UNIVERSIDAD BÍBLICA LATINOAMERICANA
PENSAR • CREAR • ACTUAR

Guía para la Elaboración de un Mapa Mental

¿Qué es un mapa mental?

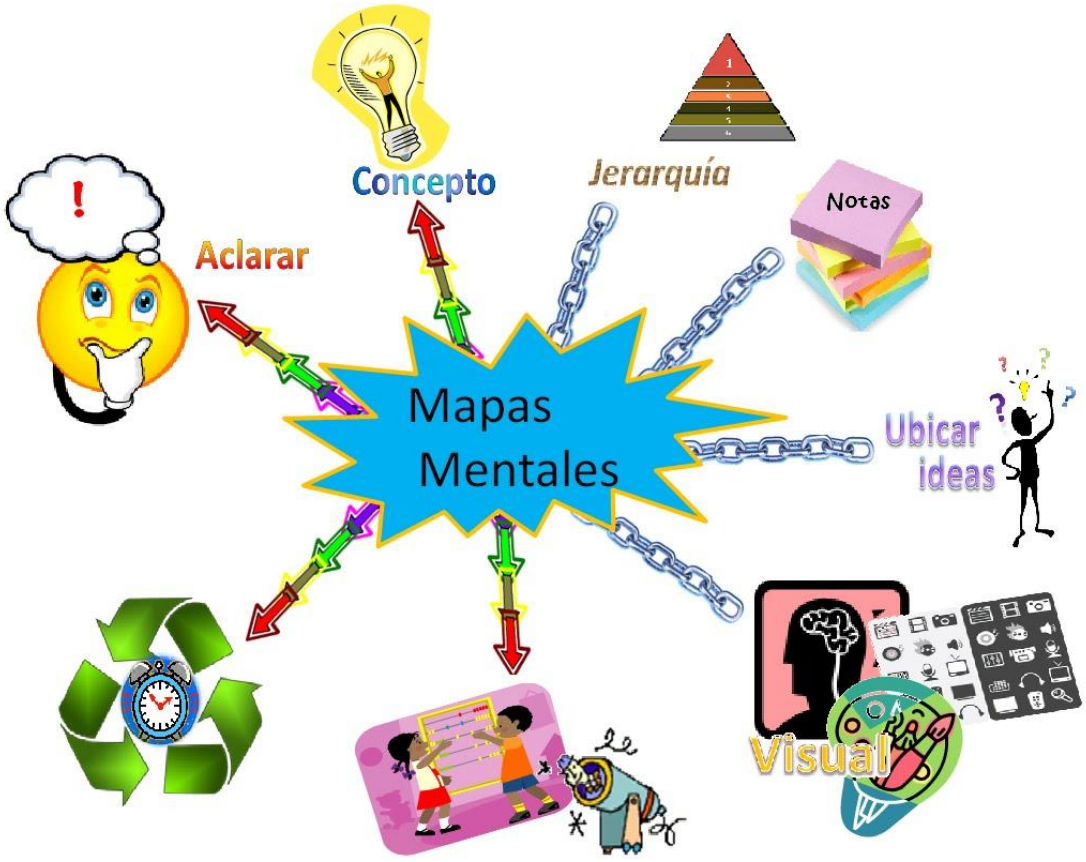
Los mapas mentales son herramientas que nos permiten generar ideas a través de la asociación y la reflexión. La particularidad del mapa mental es que las ideas se organizan radialmente alrededor de un tema, un concepto, una palabra o una imagen, de manera libre.

a) Como *mapa,* plasma o "mapea" ideas y conceptos en forma gráfica de manera que podamos asociar, comprender y recuperarlas y la asociación entre ellas.
b) Como ejercicio *mental*, se basa en la capacidad de agrupar conceptos e ideas y crear estructuras cognitivas.
c) Como ejercicio *reflexivo*, permite libertad para explorar asociaciones y conexiones nuevas desde las experiencias propias.

El concepto de mapa mental está vinculado al diagrama o bosquejo que se desarrolla con la intención de reflejar conceptos o actividades que se hallan vinculados a una idea principal o a un término clave. Estos conceptos se disponen en los alrededores de la palabra principal, creando una red de relaciones. La elaboración de mapas mentales es un proceso que puede realizarse tanto individualmente como en grupo. Es por eso que muchos relacionan los mapas mentales con el pensamiento colectivo o la lluvia de ideas. Cada participante hace suya cada una de las ideas y sus relaciones expresadas en el mapa, lo que ayuda a "llenar lagunas" mediante conexiones en las que antes no habíamos pensado, incentivando la generación de nuevas ideas. (http://definicion.de/mapa-mental/)

Propósito de un mapa mental

Por medio de la disposición de conceptos, ideas, imágenes que se ligan radialmente alrededor de una idea central o palabra clave. Un mapa mental se busca desarrollar la capacidad de generación de ideas, organización y asociación, reflexión, e incluso memorización.



Los Mapas Mentales tienen muchos usos en el mundo académico. Nos ayudan a resumir ideas, repasar para un examen o una presentación, como también para planificar fases de un trabajo y su presentación. https://www.examtime.com/es/blog/como-hacer-un-mapa-mental/

Nota: Es preciso tomar en cuenta que un **Mapa Mental** es distinto de un **Mapa Conceptual** en sus principios. Un mapa conceptual, como el propio nombre indica, explora los conceptos de un determinado texto, charla, conferencia, clase. Los Mapas Mentales siguen la guía de nuestra propia mente y memoria.

Para orientar su elaboración del mapa mental considere las siguientes preguntas:

1. ¿Cuál es el tema, concepto o imagen central del contenido que está analizando?
2. ¿Qué ideas, imágenes, conceptos, preguntas surgen en su mente como asociadas de manera prioritaria con ese tema central?
3. ¿Qué otras ideas, imágenes o palabras le provoca el tema?¿Cómo las podría mapear para indicar la relación entre ellas y su importancia relativa al tema?



¿Cuáles son los elementos que componen un mapa mental?

El mapa mental contiene:

a) La idea, el asunto o el enfoque principal, que se simboliza en una imagen central;
b) Los temas principales, que irradian de la imagen central como "bifurcaciones";
c) Las bifurcaciones, que incluyen una imagen o palabra clave dibujada o impresa en su línea asociada;
d) Los temas de menor importancia, que se representan como "ramas" de la bifurcación oportuna;
e) Las bifurcaciones que forman una estructura de nodos conectados.



¿Cómo elaboro un mapa mental?

Contenido

1. Tenga claro el propósito del mapa y cómo se relaciona con el objetivo del curso y la sesión en la que está.
2. Haga una lluvia de ideas para tener claras las ideas que quiere plasmar y cómo se relacionan entre sí.
3. Defina el tema central que desea desarrollar. Si es posible asóciela a una imagen visual. Coloque la idea e imagen en el punto central de su mapa.
4. Ubique las ideas claves que se desprenden del tema central alrededor de la idea central y colóquelos con rayas conectándolas con el tema central. Deben estar ubicadas como las manos de un reloj.
5. Añada ramas a cada idea clave según su proceso de desarrollo de las ideas y asociaciones. La forma de organizar estas sub-ramas refleja la relación jerárquica entre las ideas, sea por su importancia, relevancia, prioridad o grado de especificidad.

VIDEO: ¿Cómo se elabora un mapa mental?

Formato

1. Procure que el mapa sea claro y sencillo.
2. Siempre que pueda, utilice imágenes además de palabras.
3. Use los mismos colores para cada nivel de jerarquía con el fin de que sea más comprensible el mapa.
4. Asegúrese de que todos los conceptos, ideas, e imágenes estén conectadas y que todo se conecte con el tema central.
5. No deje ninguna idea o palabra suelta.
6. Al final de la guía se recomiendan programas disponibles en forma gratuita que puede usar para elaborar mapas mentales.

Evaluación de un mapa mental

Enfoque: El tema principal se presenta en el centro como el tronco de donde se desprenden las demás ramificaciones.

Palabras Claves: Se manejan conceptos importantes destacándolos y diferenciando las ideas principales de las secundarias por medio de colores diferentes, subrayados, recuadros y otras formas.

Organización: Los elementos que componen el mapa mental se encuentran organizados de forma jerárquica, conectores que hacen fácil su comprensión. Los elementos deben colocarse como el movimiento de un reloj, según su importancia.

Imágenes: Las imágenes son nítidas y claras además de que son representativas del concepto que se intenta manifestar,

Reflexión y profundidad: El mapa refleja un proceso de reflexión, desarrollo de ideas y profundización en el tema de estudio.

Creatividad: Se utilizan diferentes materiales en su elaboración, así como elementos que mejoran su aspecto, lo hacen más interesantes y llamativo.

Recursos disponibles para elaborar mapas mentales

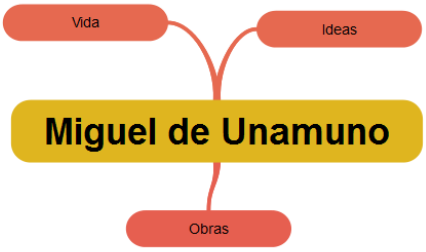
Puede elaborar su mapa usando un procesador de texto como Word, Libre Office u otro. Sin embargo, hay programas disponibles en forma gratuita que facilitan el proceso y permiten mayor flexibilidad y creatividad. Uno de ellos es Exam Time y está disponible en español. Para descargar el programa utilice el siguiente enlace: https://www.examtime.com/es/blog/como-hacer-un-mapa-mental/ e instale el programa con en el botón “Empiece ahora”.

Tomamos el siguiente ejemplo del blog de la página citada.

Supongamos que queremos hacer un mapa mental sobre Miguel de Unamuno, un escritor y filósofo español. El primer paso sería crear nuestro nodo central:



A continuación, creamos las ramas con las principales ideas sobre las que queremos desarrollar el tema:



El siguiente paso es desarrollar estas ideas en un siguiente nivel. En este proceso de elaboración del mapa mental es precisamente donde reside parte de su magia. Mientras lo creamos estamos aprendiendo, realizando un proceso mental, resumiendo y enlazando ideas.



Bibliografía

Jiménez G. (s.f.). *Los mapas mentales en los procesos de enseñanza aprendizaje*. Disponible en: http://www.ceuarkos.com/Vision_docente/revista13/t7.htm

Departamento de Innovación y Sociedad de Conocimiento. "Curso Básico de Mapas Mentales" Disponible en: http://cursomapasmentales.igipuzkoa.net/.

"Exam Time. Crea Mapas Mentales", software gratuito disponible en: https://www.examtime.com/es/mapas-mentales/

"Cómo hacer un mapa mental" Disponible en: https://www.examtime.com/es/blog/como-hacer-un-mapa-mental/

"¿Qué es un mapa mental?" Disponible en: http://www.queesunmapamental.com/

"Definición de mapa mental" Disponible en: http://definicion.de/mapa-mental/

Centro de Capacitación en Educación a Distancia (CECED). "El mapa mental. Estrategia para relacionar y construir aprendizajes". San José: UNED. Disponible en: http://www.uned.ac.cr/academica/images/ceced/docs/Estaticos/Estrategia_Mapas_mentales.pdf