



CONOCE TU PERSONALIDAD

DEPARTAMENTO DE ATENCIÓN PSICOLÓGICA A
LAS VÍCTIMAS DEL DELITO
COMISIÓN ESTATAL DE DERECHOS
HUMANOS DE DURANGO

TEST MANDALA DE COLORES

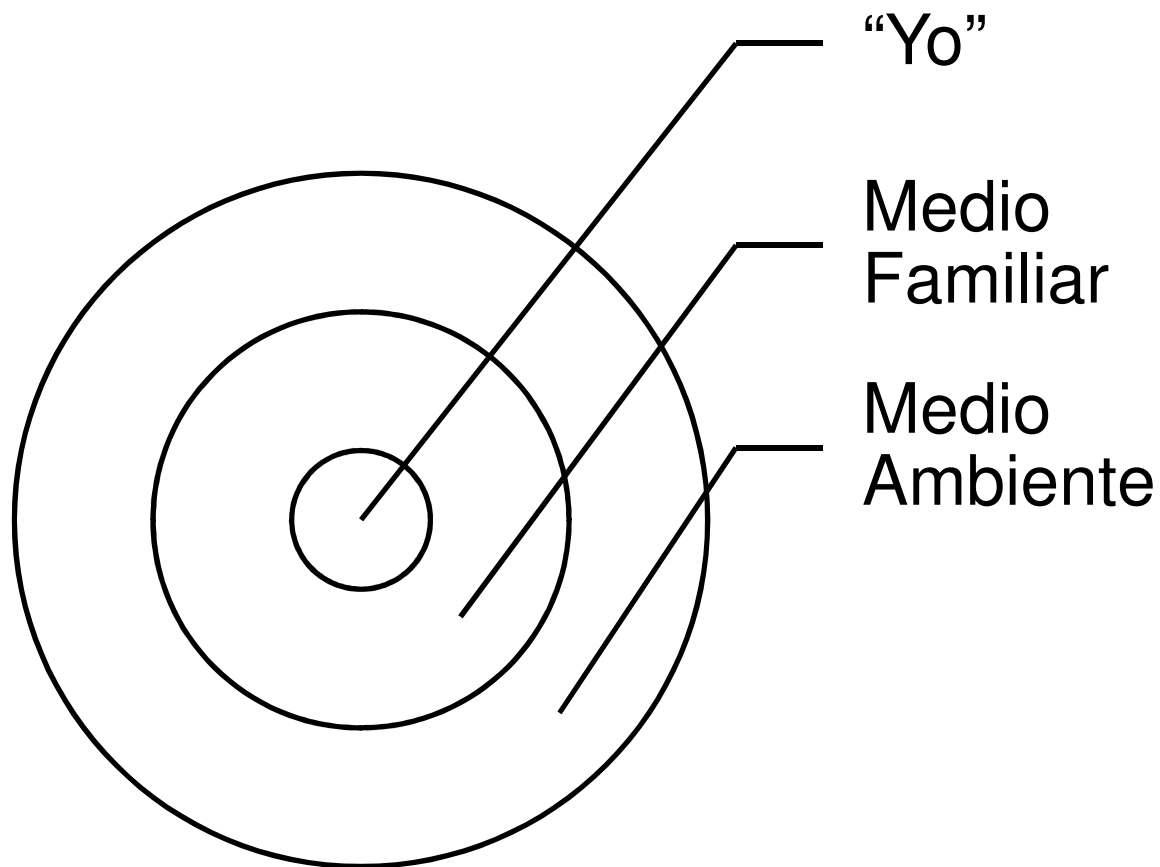
TEST MANDALA DE COLORES

¿Quieres conocer cómo te percibes a ti mismo, a tu medio familiar y el ambiente que te rodea?

- Aplica este sencillo Test y conocerás una parte de tu personalidad, que te ayudará a saber dónde se encuentran los problemas en tu vida...
- **Por favor, no veas las respuestas antes de hacer el Test.**
- Necesitas colores para dibujar cada uno de los círculos de un solo color, en total vas a utilizar sólo tres colores y vas a escogerlos dentro de las tonalidades de azul, verde, rojo, amarillo, violeta, café, gris y negro.



DESPUÉS DE HABER DIBUJADO CADA CÍRCULO DE UN SOLO COLOR, PODRÁS SABER CÓMO TE PERCIBES A TI MISMO, QUE ES EL CÍRCULO CENTRAL. CÓMO PERCIBES EL MEDIO FAMILIAR, QUE ES EL CÍRCULO MEDIO. CÓMO PERCIBES EL AMBIENTE DONDE TE DESENVUELVES, QUE ES EL CÍRCULO EXTERNO. SÓLO AL CONOCER EL SIGNIFICADO DE CADA COLOR QUE HAYAS ELEGIDO.



RESULTADOS DEL TEST

- **AZUL**: Paz, Tranquilidad, optimismo sensible, susceptible, profundidad y plenitud.
- **VERDE**: Necesidad de autoestima, de reconocimiento, de autoafirmación, esperanza, perseverancia, invita a la actividad, deseo de impresionar, necesidad de ser reconocido, constancia de voluntad.
- **ROJO**: Necesidad de actuar, de acción, de logro, de conquista de éxito de lograr cosas.
- **AMARILLO**: Necesidad de cambio, gusto por lo nuevo y novedoso, alegría, felicidad.
- **VIOLETA**: Sentimental, búsqueda de situaciones ideales, ensoñación, fantasía, misticismo.
- **CAFÉ**: Necesidades somáticas, intereses orgánicos, problema fisiológico.
- **GRIS**: Neutralidad de la persona, no se compromete con nadie, se encierra en sí mismo, se aísla.
- **NEGRO**: Negación y rechazo a todo.





- El uso terapéutico de los colores y las formas aparece como un camino de facilitación en tanto desarrolla la concentración y la atención y favorece una rápida evaluación del estado afectivo presente para luego permitir alguna estrategia terapéutica complementaria.

