

TEST DE LA ROSA



INPHAR

INSTITUTO
NACIONAL DE
ARTETERAPIA



Hola, soy Nuria Carmona, Psicóloga sanitaria especialista en Psicoterapia Humanista integrativa y Arteterapia. Directora del Centro de Psicología CANUCA.

También soy la Directora y Docente en las formaciones de INPHAR: *Especialista en técnicas de Psicoterapia Humanista y Arteterapia para adultos y niños.*

Llevo más de una década colaborando con este Instituto y hoy os traigo una herramienta de diagnóstico de las muchas que enseñamos en nuestras formaciones.

Espero que os sirva de ejemplo y que os sea útil en vuestro trabajo para ayudar a otros en el camino de conocerse mejor y ser más felices.

TEST DE LA ROSA

Lo primero, tendrías que pedirle a tu paciente que cogiera un folio y darle la consigna: "Dibuja una Rosa".

Puede dibujar la rosa en el tamaño que quiera y podría ser con colores o con un lápiz en blanco y negro.

Una vez que la de por terminada, NO podrá modificarla, sobre todo, una vez que empecéis a analizarla.





Después, tendría que describirla en primera persona y en presente (como si la rosa fuera la que hablara). Y tú, anotar lo que vaya diciendo en un folio.

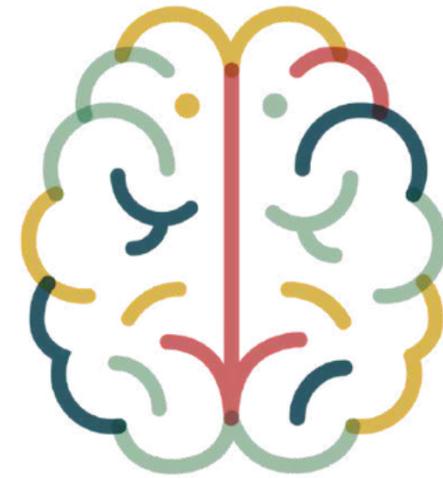
Para describirla correctamente, la posición del folio debe de ser cómo si se la pegara al pecho con el dibujo para afuera, no mirándola de frente. Para poder distinguir correctamente la derecha y la izquierda de la rosa.



El paciente detalla extensamente la Rosa dibujada y de la forma más objetiva posible, lo que verdaderamente tiene y no tiene, comparándola con una real.

Una vez terminada la definición, reviso que la persona haya hablado de todas las partes y/o se recalcarán aquellas que se han omitido u olvidado poner (tendría que tener: capullo, tallo, sépalo, raíces, hojas y espinas).





¿CÓMO SE ANALIZA LA ROSA?

Si la rosa está pintada a la derecha del folio u ocupando más la parte derecha y/o la rosa se “vuelca” hacia este lado (entendiendo que siempre se mira la rosa pegada al pecho y de frente a los demás), se relaciona con el hemisferio izquierdo del cerebro y se habla de características de energía masculinas: analítico, detallista y objetivo para estudiar la realidad, ordena temporalmente, es más lógico y lineal, más verbal, etc.





Sin embargo, si la rosa está dibujada en la parte **izquierda** del folio u ocupando más la parte izquierda y/o la rosa se “vuelca” hacia ese lado (vista en la misma posición anterior), se relaciona con el hemisferio derecho y se habla de características de energía femeninas. Así será una persona más emocional, más creativa, que propone ideas e hipótesis sobre las cosas, es capaz de analizar mejor el lenguaje no verbal, más holístico a la hora de analizar los problemas, etc.

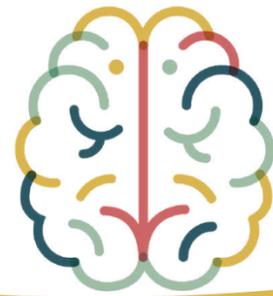


Si la rosa está dibujada en el centro del folio o está recta, sería una persona que suele estar equilibrada en lo que se refiere a sus pensamientos y sus sentimientos, suele ser emocional pero también, utiliza la razón para tomar decisiones.

Cuenta con características tanto del hemisferio derecho como del izquierdo, de energía femenina como masculina.



Y AHORA COMPARARÍAMOS LA ROSA CON LA PERSONA...



La Rosa que ha dibujado le representa a ella misma, a las distintas partes de su psique y de su cuerpo físico, en este momento presente.



Las raíces o tierra donde está plantada la rosa serían sus pies o sus propias raíces. Si la ha dibujado, tiene que ver con personas que se sienten enraizadas, que caminan con paso firme en la vida, que se perciben como una persona con seguridad, con apoyo, que “tienen los pies en la tierra” y no fantasean, que son realistas con las experiencias que ~~sin~~embargo, si no han trazado una línea donde estaría plantada la rosa pues pueden no contar con estas características descritas.



El tallo de la rosa se corresponde con el cuerpo físico y con la parte emocional de la persona.

Aquí se pueden observar dos aspectos fundamentales: uno, si el tallo está muy curvado o delgado puede indicar que la persona tiene problemas físicos en el cuerpo (por ejemplo, problemas de espalda, en las cervicales, en el estómago,...).

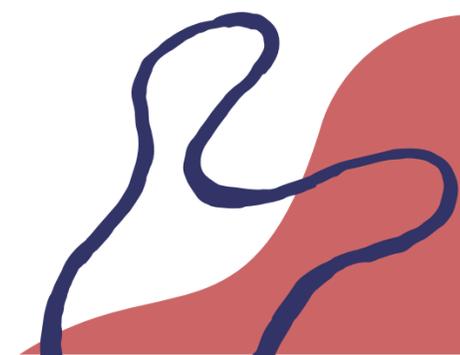
Y por otro lado, si el tallo es robusto y desproporcionado, nos habla de una persona que se desborda con sus emociones pero si es proporcionado, nos habla de una persona con vida emocional sana.





Las hojas en el tallo, se corresponden con los brazos y esto nos habla también de los recursos personales con los que cuenta la persona y con la forma en que recibe y da caricias a los demás. Los recursos hacen referencia a la forma y estrategias con las que contamos para resolver las dificultades que se nos presentan.

Al igual que comenté anteriormente, si se han dibujado hojas a la derecha, entonces se es una persona que cuenta con recursos masculinos; y si están dibujadas a la izquierda del tallo, cuentan con recursos femeninos.



El capullo de la rosa se corresponde a la cabeza y cómo se suele pensar, a cómo se viven los pensamientos.

Si han dibujado un capullo grande y enmarañado, se suele corresponder a personas que piensan mucho, que le dan muchas vueltas a la cabeza, analizándolo todo y preguntándose si lo habrán hecho bien o mal, si sería mejor hacer las cosas de esta forma o de la otra, si la mejor decisión fue la que tomaron o debería haber tomado otra, etc.

Pueden ser personas a las que le cuesta tomar decisiones por las vueltas que le dan a todo y por todas las opciones que tienen en cuenta.



INPHAR

INSTITUTO
NACIONAL DE
ARTETERAPIA





Las espinas del tallo tienen que ver con los mecanismos de defensa con los que contamos las personas.

De este modo, si han dibujado un tallo con un número de espinas proporcional al tamaño del mismo, serían personas que suelen saber defenderse de forma correcta ante los ataques de los demás o de las dificultades de las situaciones que se le presentan (y digo defenderse, no atacar a los demás).

Conocen la manera correcta de poner límites al otro, de hacer respetar su espacio vital y emocional, tienen maneras distintas de defender sus ideas, dominan estrategias para salir de situaciones donde se han sentido agredidos/as.



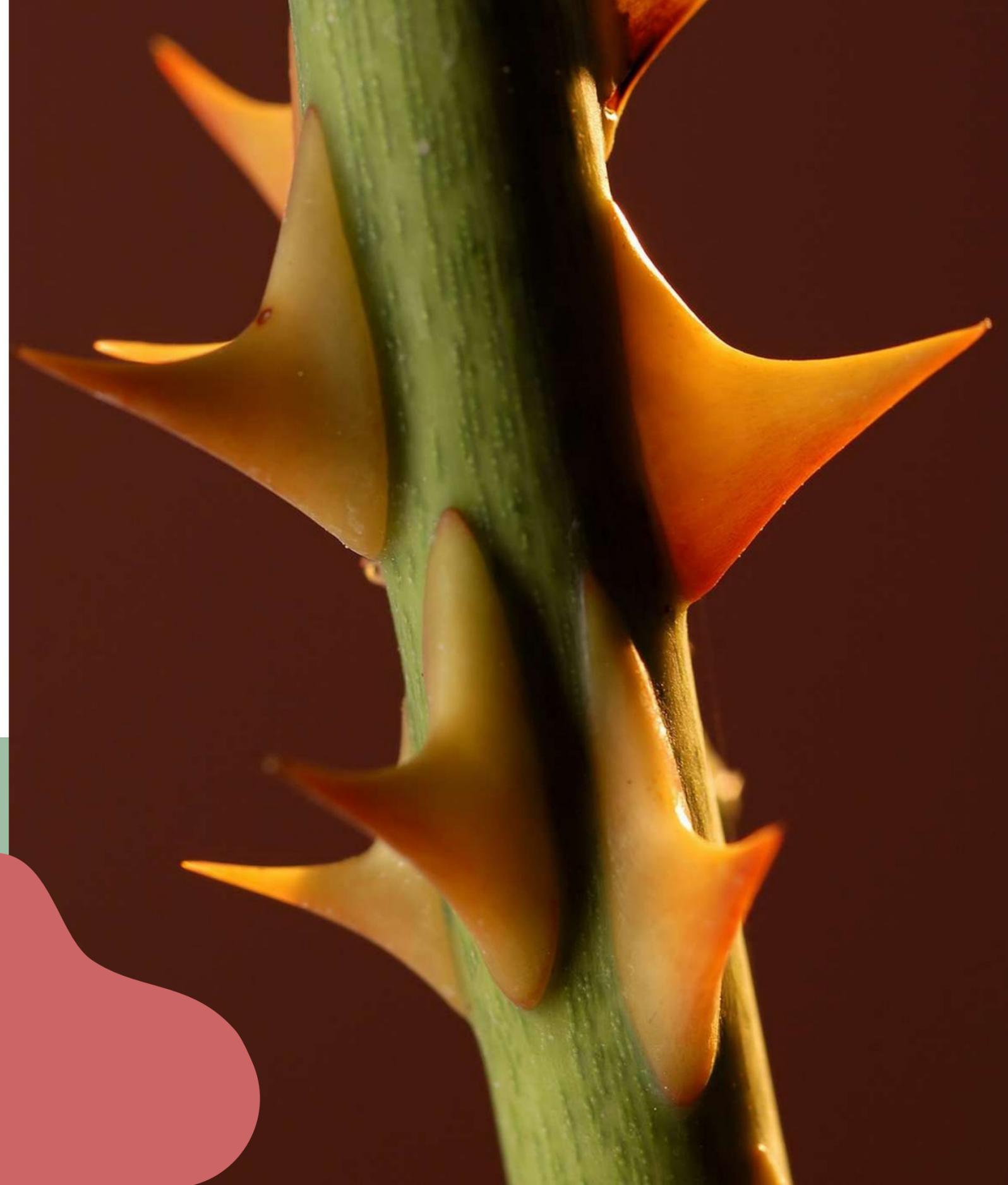
Sin embargo, si han puesto muchas espinas, puede que sean unas personas que suelen estar a la defensiva y le molestan las críticas de los demás por que las viven como ataques.

Y si No se han pintado espinas, estamos delante de alguien que, ahora mismo, no sabe defenderse, que todo le afecta demasiado, que la situación le supera o que le cuesta poner límites sanos. Si no hay espinas, significa que sus antiguos mecanismos de defensa ya no le sirven en el presente.



INPHAR

INSTITUTO
NACIONAL DE
ARTETERAPIA



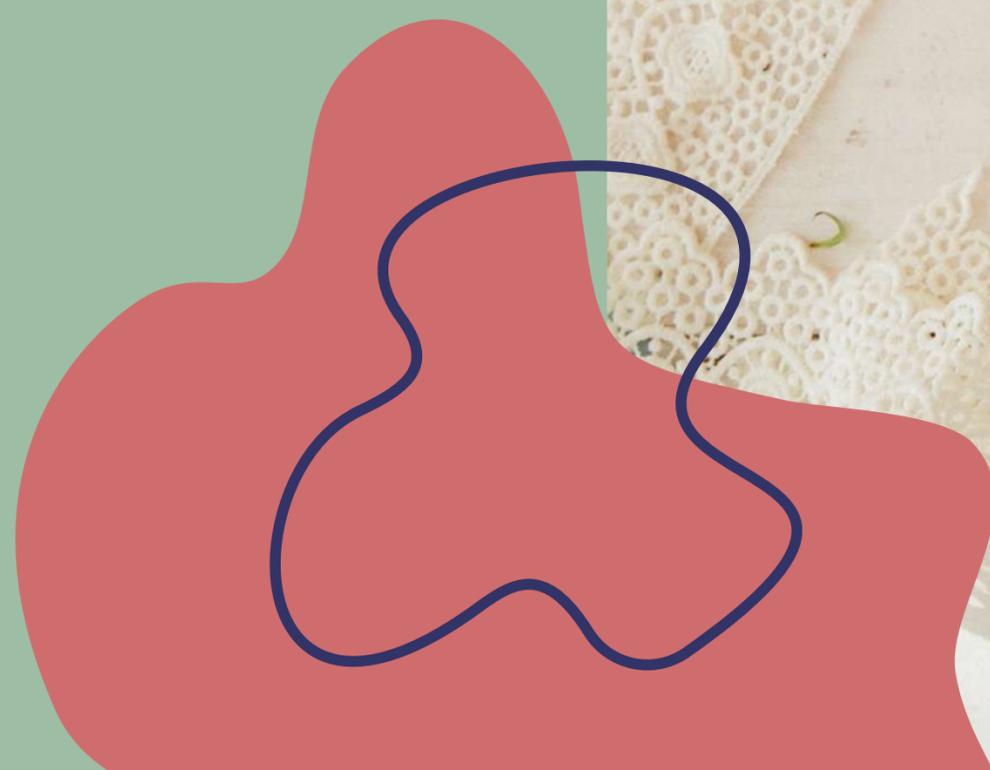


Y el sépalo o la parte de la rosa que une el tallo con el capullo, está relacionado con el cuello de la persona.

Si no han pintado esta parte, pueden ser personas a las que les cuesta decir lo que les molesta o no quieren hablar por no molestar a los demás, se tragan cosas que no les gustan para que no se genere un conflicto ~~sin~~ control. pensar que sus palabras pueden dañar al otro. Generalmente, esto suele ocurrir por que son personas que aguantan mucho antes de decir lo que les molesta o lo que les hace estar mal. Y cuando, finalmente, lo hacen, sale en forma de "explosión" y sin control.



Si se han dibujado cosas alrededor de la Rosa, por ejemplo, otras florecillas, una casa, nubes, el sol o la luna, etc., muy en general, tiene que ver con personas que quieren agradar a los demás. Por otro lado, si se pinta un sombreado alrededor de la Rosa suele ser un indicador de que sienten presión del exterior, de otras personas y/o de cosas, como un jefe, las tareas del trabajo, las responsabilidades de la casa o de los hijos, etc.



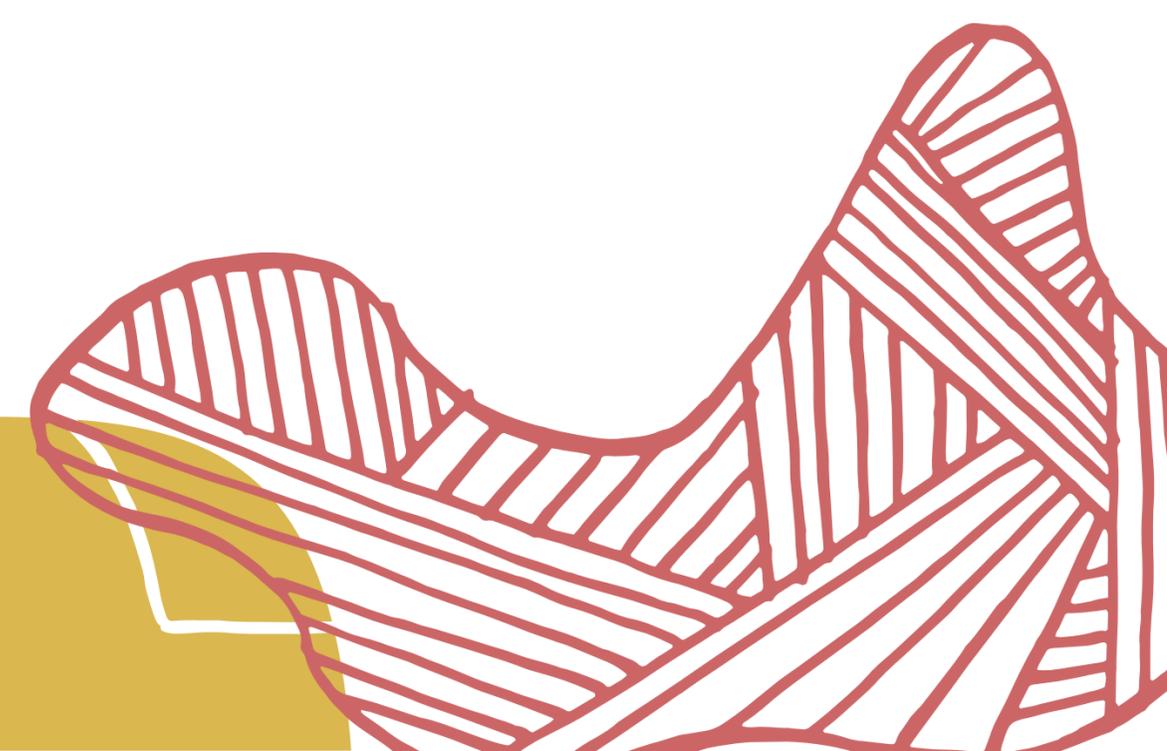


SIGNIFICADO DE LOS COLORES DE LA ROSA

Si se han dibujado Rosas con color, primero habría que investigar el significado de cada color para la persona que lo ha dibujado, pero según la CROMOTERAPIA:



INPHAR INSTITUTO NACIONAL DE ARTETERAPIA





El Rojo suele corresponderse con personas pasionales, amorosas e impulsivas. También nos habla de rabia o enfado e igualmente, de agitación y tensión.



El Rosa tiene que ver con: la feminidad, con aspectos femeninos, con energía femenina.



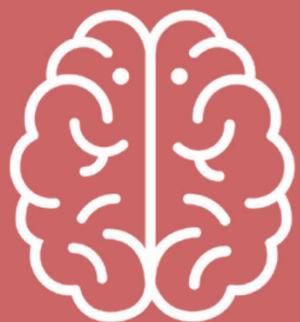


El Negro, culturalmente se relaciona con el luto y la muerte.

Igualmente, con tristeza y ansiedad.

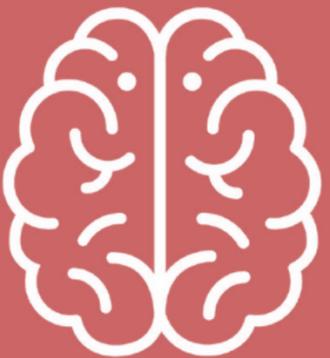


El Blanco suele relacionarse con pureza y con ingenuidad.
También, con ganas de que las cosas empiecen de nuevo.

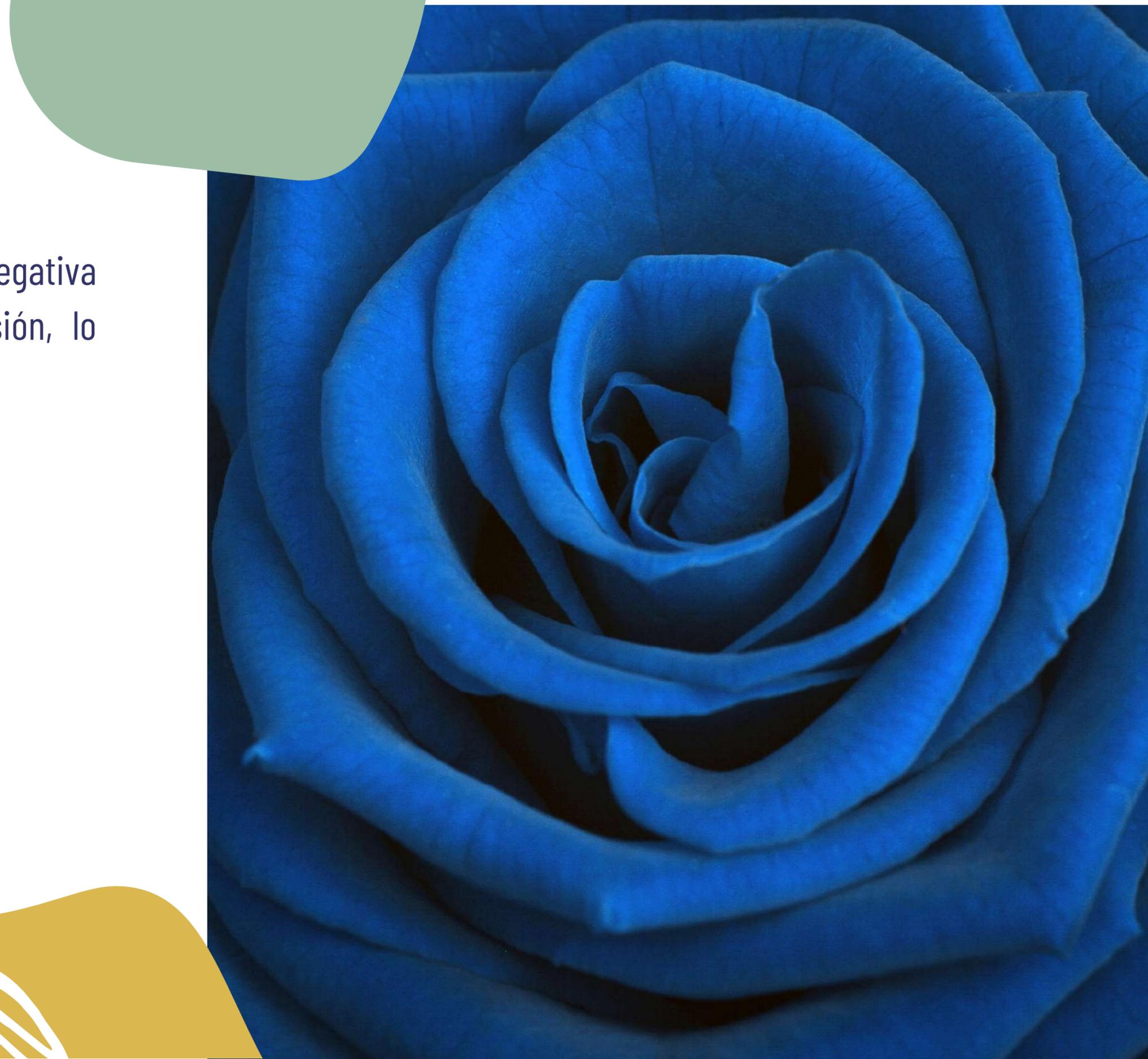
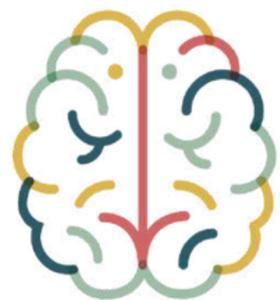




El Azul claro con la maternidad o lo maternal, con la parte "buena" de la madre (las caricias maternas, la protección, el amor incondicional, etc.). También, se pinta con este color cuando queremos relajar nuestra cabeza.



El Azul oscuro tiene que ver con la parte negativa de la madre (la sobreprotección, la invasión, lo castrante, etc.).



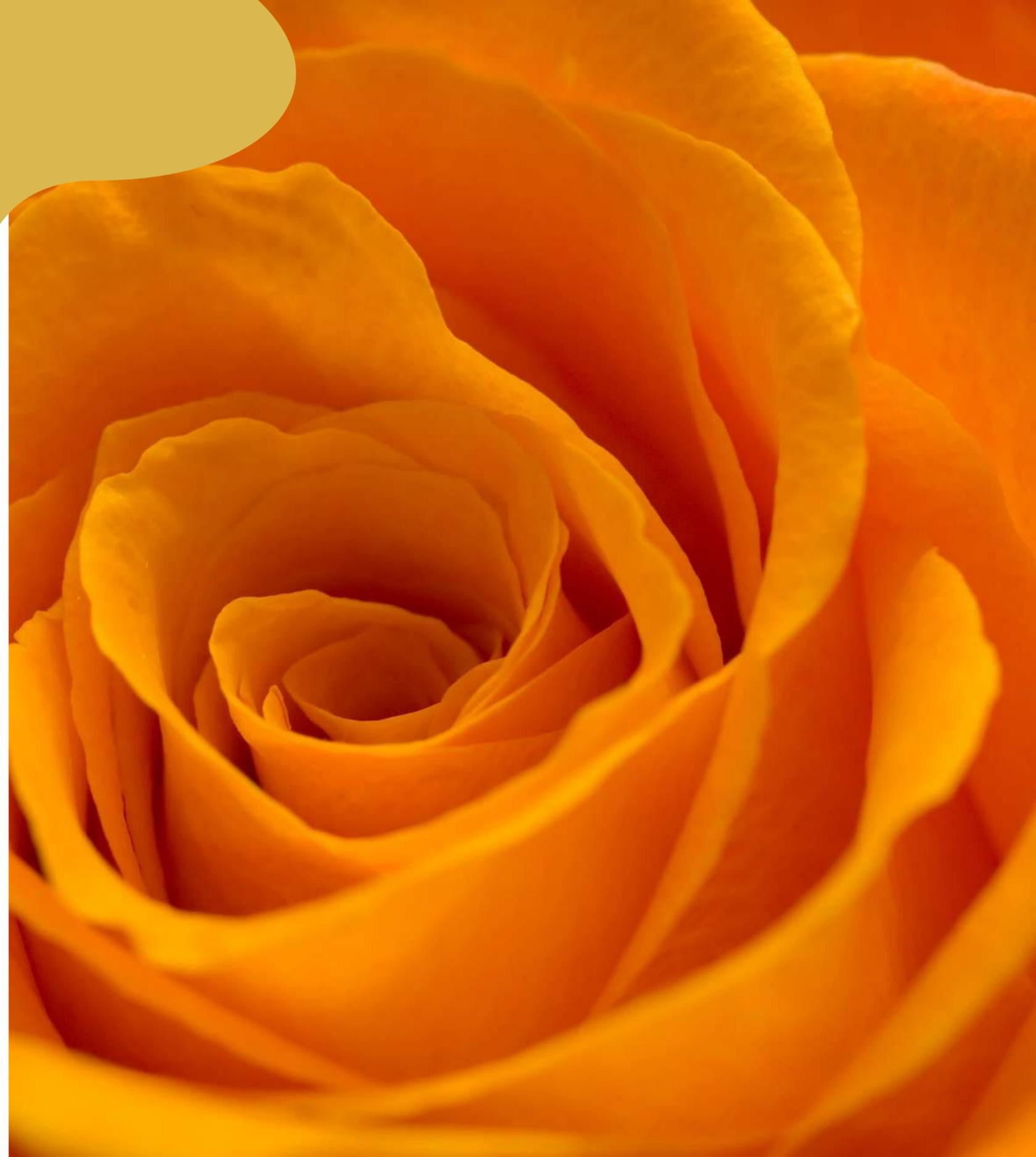


El Amarillo se relaciona, por un lado, con la tristeza cuando es de color claro o es de tono pastel. Pero por otro, cuando es un amarillo fuerte y vibrante, con la seguridad y la protección. También, suele hacer referencia al padre, marido o lo masculino. Este color estimula la actividad mental.



El Naranja se utiliza cuando uno necesita energía y vitalidad.

También, se relaciona con la pareja.





El Verde se relaciona con: la madre naturaleza, personas que necesitan raíces y sentirse terrenales. Es un color que equilibra las emociones.



El Morado tiene que ver con la espiritualidad,
pero también lo emplean personas que necesitan
cambios o están pasando por cambios en su vida.





INPHAR

INSTITUTO
NACIONAL DE
ARTETERAPIA

Para más información:

**INSTITUTO NACIONAL DE PSICOTERAPIA HUMANISTA Y
ARTETERAPIA**

Tlfo. 627.550.432

info@inphar.org



Todos los derechos reservados. ©. Nuria Carmona Cabanillas, Canuca - Sevilla, 2022. Queda expresamente prohibida la reproducción, distribución, comunicación pública o cualquier otra forma de puesta a disposición, así como la transformación, traducción y/o adaptación; con lo que cualquier uso no permitido será considerado una infracción de propiedad intelectual prevista por la ley y perseguible judicialmente.