

DETECTOMETRO EMOCIONAL



APRENDIENDO A LEER MIS EMOCIONES
EN MI ESCRITURA.



¿QUÉ ES?



El Detectómetro Emocional es una herramienta que te ayuda a identificar y comprender tus emociones a través de tu escritura. Tus letras, palabras y trazos muestran cómo te sientes por dentro.



Tus emociones no siempre se dicen con palabras, pero tu escritura puede mostrarlas.

¡Aprender a leerlas es el primer paso para cuidarte y crecer!



¿PARA QUÉ SIRVE?

Te ayuda a conocerte mejor, a manejar tus emociones, a tomar mejores decisiones y a mejorar tu bienestar en la escuela, en casa y en tu vida diaria.



¿CÓMO DESCUBRO MIS EMOCIONES?

- 1 Observa tu escritura:** cada letra, tamaño, inclinación y presión tiene un mensaje.
- 2 Reconoce lo que sientes:** alegría, tristeza, enojo, miedo, calma... todas las emociones son importantes.
- 3 Analiza tus señales:** los cambios en tu escritura pueden mostrar cómo estás emocionalmente.
- 4 Toma el control:** al entender tus emociones, puedes elegir cómo responder y mejorar tu estado de ánimo.



¡Tú puedes aprender a entender tus emociones y usarlas a tu favor!



Conocer para ser Exitosa/o y Feliz.



¿QUÉ DICE TU ESCRITURA DE TUS EMOCIONES?

En la neurografía científica o grafología (y según mi experiencia de más de 50 mil estudios realizados) Perito Grafólogo Salvador Díaz, tu escritura refleja tu mundo emocional. La inclinación y la forma de tus letras muestran cómo piensas, sientes y reaccionas ante la vida.



Una mente y un cuerpo que expresa seguridad y felicidad ya no necesita protegerse ni buscar lo que no está afuera.

1. INCLINACIÓN A LA IZQUIERDA

Necesitas protegerte
Te cierras, te guardas,
puedes sentir inseguridad
o desconfianza.

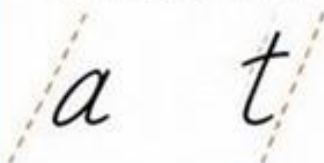


Emociones
negativas



2. INCLINACIÓN EXCESIVA A LA DERECHA

Buscas lo que no está afuera.
Tienes expectativas altas,
impulsividad, inquietud
o ansiedad por obtener.

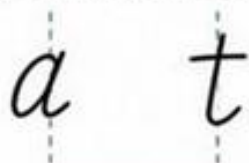


Emociones que
se desbordan



3. ESCRITURA VERTICAL (CONTROL EMOCIONAL)

Tus emociones están
controladas y equilibradas.
Tienes seguridad, estabilidad
y buen manejo emocional.



Emociones
controladas



LO IDEAL EMOCIONAL:
95° DE INCLINACIÓN
A LA DERECHA

4. INCLINACIÓN IDEAL A 95° A LA DERECHA

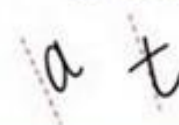
Expresas seguridad y felicidad.
Confías en ti mismo, actúas
con equilibrio y vives el
presente con claridad.



Mente y cuerpo en equilibrio:
seguridad y felicidad



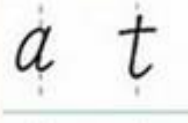
5. RESUMEN VISUAL



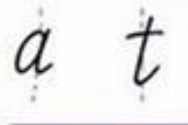
Izquierda
Emociones
negativas



Demasiado a la
derecha
Emociones que
se desbordan



Vertical
Emociones
controladas



95° a la derecha
Seguridad y
felicidad



Recuerda: tu escritura puede
cambiar. Al mejorar tu mundo
emocional, tu escritura también
se transforma.



IMPORTANTE: Si eres zurdo (mano izquierda), se invierte la descripción:

La inclinación a la izquierda indica búsqueda o impulsividad • La inclinación a la derecha indica protección o cierre



Tu escritura es un reflejo de tu mundo interior,
pero también una herramienta para transformarlo.
¡Conócete, entiéndete y toma el control!





¿QUÉ DICE EL TAMAÑO DE TUS LETRAS?

El tamaño de tus letras también muestra cómo te sientes y qué necesitas. Observa tu escritura y descubre qué puede estar expresando tu corazón.



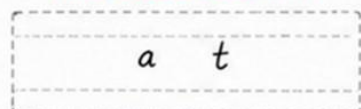
Escribe con conciencia, tu escritura también puede sanar.



LO IDEAL: LETRAS DE 2.5 mm A 3.5 mm

Tamaño medio = equilibrio emocional, seguridad y bienestar.

LETRAS MUY PEQUEÑAS MENOS DE 2.5 mm



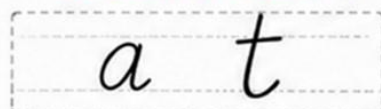
Qué puede significar:

Miedo, inseguridad, falta de confianza, aprendizaje en casa.



Tu corazón necesita apoyo, comprensión y amor.

LETRAS EN TAMAÑO IDEAL DE 2.5 mm A 3.5 mm



Qué puede significar:

Equilibrio emocional, confianza y estabilidad.



¡Vas por buen camino! Sigue cuidando tu corazón.

LETRAS MUY GRANDES MÁS DE 3.5 mm



Qué puede significar:

Necesidad de atención, exageración y posibles riesgos emocionales.



Tu corazón necesita límites, escucha y orientación.

¿CÓMO MEJORAR EL TAMAÑO DE TUS LETRAS?

- 1 Practica escribir despacio y con atención. 
- 2 Usa renglones para guiar el tamaño. 
- 3 No presiones demasiado, pero tampoco escribas muy grande. 
- 4 Respira profundo antes de escribir para estar en calma. 
- 5 Celebra tus avances, cada letra cuenta. 



¡Tu escritura puede cambiar tu mundo interior!



Tu escritura es tu voz interior. Aprende a escucharla y a cuidarte.





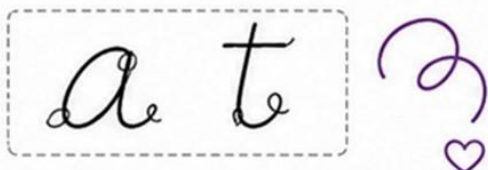
¿QUÉ DICE LA FORMA DE TUS LETRAS?

La forma en que escribes también muestra cómo te relacionas contigo mismo y con los demás. Observa tu escritura y descubre qué comunica.



Cada forma expresa una forma de ser. ¡Conócelas y elige cómo quieres crecer!

FORMA GARIGOLEADA SIEMPRE AMISTOSA



- Letras con demasiados adornos, vueltas y ganchos.
- Puede indicar necesidad de agradar, buscar aprobación o evitar conflictos.



♥ Tu corazón busca amistad y conexión.
¡Sigue cultivando tu bondad!

FORMA ARQUEADA SIEMPRE GENTIL



- Letras redondeadas, suaves y con curvas.
- Muestra sensibilidad, empatía, deseo de armonía y protección.



♥ Tu corazón es tierno y comprensivo.
¡Eres capaz de dar y recibir amor!

FORMA ANGULOSA COMPETITIVO DE MANDO Y FUERZA



- Letras con picos, ángulos y líneas rectas.
- Puede mostrar liderazgo, determinación, competitividad o necesidad de control.



★ Tienes fuerza y carácter.
¡Úsalos para inspirar y construir!

NUESTRA RECOMENDACIÓN

★ Escribe apegado a la norma escritural:

- ✓ Letras claras y legibles

a t

- ✓ Tamaño de 2.5 mm a 3.5 mm

- ✓ Formas equilibradas y sencillas



Hasta que decides cómo te ves a futuro, escribe con equilibrio y claridad.



Conócete, exprésate y elige quién quieres ser. Tu escritura puede crecer contigo.





¿QUÉ DICE LA DIRECCIÓN DE TUS RENGLONES?

La dirección de los renglones que forman tus palabras muestra cómo te sientes, cómo enfrentas la vida y qué tan estable está tu mundo emocional.

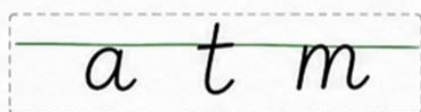


Observa la dirección de los renglones donde escribes y descubre lo que expresan tus emociones.

RENGLONES DERECHITOS

LO IDEAL

Muestran estabilidad emocional, equilibrio, seguridad y buena autoestima. Reflejan orden, control y confianza en ti mismo.



★ ¡Excelente! Tu escritura muestra equilibrio y bienestar emocional. Sigue cuidándote y confiando en ti.

RENGLONES CON LIGERA ELEVACIÓN

BIEN

Muestran optimismo, entusiasmo, energía positiva y ganas de superarte. Tienes metas y esperanza.



★ ¡Vas por buen camino! Tu energía positiva te impulsa a crecer y lograr tus sueños.

RENGLONES CON DESCENSO

NUNCA

Reflejan tristeza, desánimo, cansancio emocional, sensación de abandono y falta de esperanza.



! ¡Alto! No lo ignores. Pedir ayuda es de valientes. Habla con alguien en quien confíes. No estás solo.

¿CÓMO OBSERVAR LA DIRECCIÓN DE TUS RENGLONES?

1 Escribe varias palabras o una frase en una hoja en blanco.



2 Observa la línea imaginaria que forma la base de cada renglón.



3 Identifica si tus renglones se mantienen derechos, se elevan o descienden.



4 Reflexiona sobre lo que esa dirección puede estar expresando.



5 Recuerda: tu escritura puede cambiar cuando tú decides cuidar tu corazón y tu mente.



NUESTRA RECOMENDACIÓN

★ Escribe en hoja blanca y mantén tus renglones derechos. Si se elevan solo ligeramente, ¡está bien! Pero **NUNCA**, de los **NUNCA**, dejes que tus renglones desciendan.



Si tus renglones descienden, es una señal de alerta: tristeza, depresión, abandono... y lo más grave: ¡puede llevar al suicidio!



Tu vida es valiosa. Pide ayuda. Habla. No te guardes lo que sientes.



ESCRIBE CON FIRMEZA, MANTÉN TUS RENGLONES DERECHITOS Y ELIGE LA VIDA SIEMPRE.





¿QUÉ DICE EL ORDEN DE TU ESCRITURA?

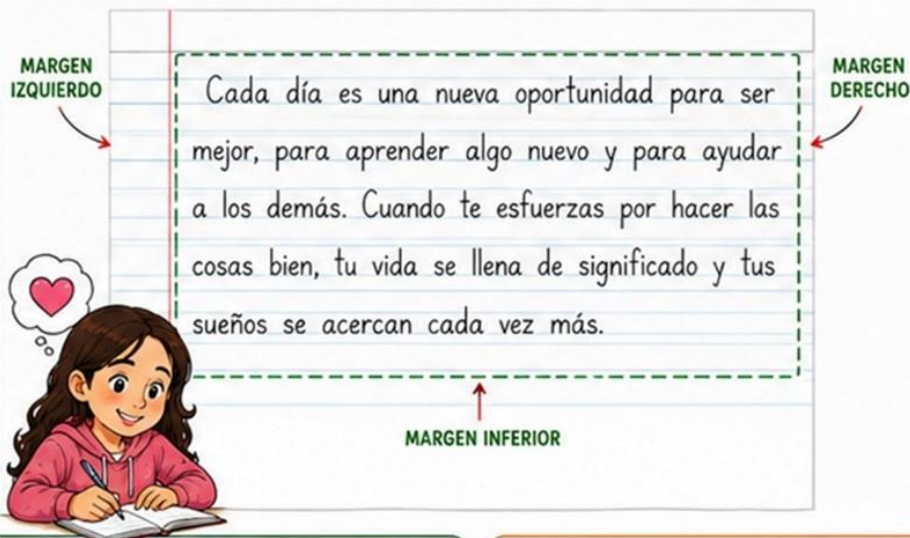
El orden al escribir muestra cómo organizas tu mente, tus ideas y tu vida. ¡El esfuerzo se nota y tu futuro también!



Observa tu escritura y descubre si reflejas orden y disciplina, o si necesitas trabajar en ellos.

¡ESFUÉZATE EN FORMAR UN CUADRO DENTRO DE LA HOJA CON TUS PROPIAS LETRAS!

Esto manifiesta una mente presente, organizada, con altos ideales pero sobre todo inteligente.



RESPETA SIEMPRE:

ESPACIOS INTERGRAMATICALES

Deja el espacio adecuado entre cada palabra para que tus ideas se entiendan.

ESPACIOS INTERLINEALES

Escribe sobre la línea y deja el espacio correcto entre renglón y renglón.

MÁRGENES

Cuida los márgenes izquierdo, derecho e inferior. Dan equilibrio y organización a tu escritura.

PROPORCIÓN DE LAS LETRAS

Las letras minúsculas deben caber al menos 2 veces en las letras altas. Esto muestra madurez y control.

a A

¿CÓMO MEJORAR EL ORDEN EN TU ESCRITURA?

- 1 Usa hojas limpias y en blanco para practicar.
- 2 Traza primero tus márgenes ligeramente, si lo necesitas.
- 3 Escribe despacio y con atención a cada detalle.
- 4 Revisa tus espacios entre palabras y renglones.
- 5 Verifica que tus letras minúsculas quepan 2 veces en las altas.



ESCRITURA ORDENADA

¡Vas por excelente camino!

- Tus ideas están claras.
- Eres una persona organizada.
- Tienes disciplina y altos ideales.
- Tu futuro se construye con inteligencia.



ESCRITURA CON DESORDEN

¡Puedes mejorar!

- Tu mente puede estar dispersa.
- Te cuesta seguir reglas o límites.
- Practica el orden cada día.
- ¡Tú puedes lograrlo!



ESCRITURA DESCUIDADA

¡Pon atención!

- Puede reflejar desorganización.
- Te distraes con facilidad.
- Afecta tus estudios y decisiones.
- Es momento de cambiar.



NUESTRA RECOMENDACIÓN

Respetar siempre los espacios, los márgenes y la proporción de tus letras. Tu escritura reflejará orden, inteligencia y respeto por ti mismo y por los demás.



El orden en tu escritura es el orden en tu mente. ¡Organízate hoy para tener éxito mañana!





¿QUÉ DICE LA PRESIÓN DE TUS DEDOS AL ESCRIBIR?



La presión que ejerces al escribir refleja tu estado emocional. Tu mano, brazo, músculos, nervios y vasos sanguíneos reaccionan a tus emociones, que nacen de tus pensamientos y fueron aprendidos en tu niñez.

Observa tu escritura y descubre cuánta presión usas al escribir y lo que tus emociones quieren decirte.

1. PRESIÓN MUY MARCADA (ALTO RELIEVE)

Presión fuerte.

El relieve de las letras se siente mucho al pasar el dedo por el reverso de la hoja.

a t m



¿QUÉ PUEDE SIGNIFICAR?

- Muchas emociones acumuladas.
- Tensión, enojo, irritabilidad.
- Necesidad de control o dominio.
- Alta exigencia contigo mismo y con otros.



2. PRESIÓN MEDIA (POCO RELIEVE)

Presión moderada.

El relieve se siente ligeramente al pasar el dedo por el reverso.

a t m



¿QUÉ PUEDE SIGNIFICAR?

- Emociones equilibradas y manejadas.
- Seguridad, confianza y estabilidad.
- Control de tus reacciones.
- Buena relación contigo y con los demás.



3. PRESIÓN BAJA (SIN RELIEVE)

Poca presión.

El relieve desaparece, como si fallara la tinta.

a t m



¿QUÉ PUEDE SIGNIFICAR?

- Estado emocional afectado por tristeza.
- Desánimo, cansancio, desmotivación.
- Complejo de inferioridad.
- Emociones aprendidas en el hogar que limitan tu seguridad.



¿CÓMO OBSERVAR LA PRESIÓN EN TU ESCRITURA?

- 1 Escribe en una hoja blanca con tu forma normal. 
- 2 Voltea la hoja y pasa suavemente tu dedo por el reverso de las letras. 
- 3 Siente el relieve o la falta de él en las letras. 
- 4 Compárala con los ejemplos de esta hoja. 
- 5 Reflexiona sobre tus emociones y lo que puedes mejorar. 

NUESTRA RECOMENDACIÓN
 Trabaja en tu equilibrio emocional. Tus pensamientos crean tus emociones y tus emociones se reflejan en tu escritura.



Tus emociones escriben contigo. Conócelas, entiéndelas y elige pensamientos que te hagan bien.





ES HORA DE QUE ESCRIBAS TU NOMBRE TRES VECES Y DESCUBRAS QUE AHÍ ESTÁN REFLEJAS TUS EMOCIONES.



Todo lo que descubras en tu nombre puede ser mejorado.

1. _____
2. _____
3. _____

¿QUÉ PUEDES OBSERVAR EN TU NOMBRE?

Marca lo que notes en tu escritura:

- ☐ Tamaño de las letras _____
- ☐ Forma de las letras _____
- ☐ Dirección de los renglones _____
- ☐ Orden y espacios _____
- ☐ Presión al escribir _____
- ☐ Otras cosas que descubras _____



RECUERDA:

- ✓ No eres quien te dijeron.
- ✓ No eres quien crees que eres.
- ✓ Hoy todavía eres los argumentos de papá, de mamá, de cómo te vas conociendo.
- ✓ Todavía no eres quien te dices ser.

APROVECHA PARA TRANSFORMARTE:



ACEPTARLAS

Acepta las emociones que vienes cargando de tu hogar. Tenías que aprenderlas.



RECONCILIARTE

Reconciliarte con quienes te las enseñaron, porque esa persona también las trae cargando y te las transmitió.



PERDONARLA

Perdónala, porque no supo que te dañaba. Pero ahora, consciente, ya no las vas a cargar porque sabes identificarlas y dejarlas ir.



Para convertirte en el miembro de la familia libre del pasado y feliz, presto para alcanzar tus metas con:

LOS OJOS PUESTOS EN UNA ESTRELLA

Y CON LOS PIES EN LA TIERRA

(José de Ingenieros)



¡TÚ TIENES EL PODER DE ELEGIR QUIÉN QUIERES SER! ESCRIBE TU HISTORIA CON CONSCIENCIA, AMOR Y LIBERTAD.





YA APRENDISTE A VER EL BOSQUE, AHORA APRENDE A VER CADA ÁRBOL.



Cada árbol tiene su forma, su tronco, sus ramas, sus hojas y su fruto.

Así también, cada letra refleja partes profundas de ti.

Puedes ahondar aún más en tu inconsciente, que es quien guarda las emociones negativas que te transmitieron tus padres, abuelos, tíos, primas, primos, vecinos y maestros, sin darse cuenta que repetían el daño, porque ellos las sufrieron tal vez al doble, y porque son las que viniste a aprender a identificar para ser el mejor en tu generación.

Y me refiero a las letras reflejas de ti que son como tu huella digital y que puedes mejorar.



ESTAS LETRAS REFLEJAN PARTES IMPORTANTES DE TI:

 LA LETRA "o" EL YO Refleja cómo te ves a ti mismo, tu autoestima y tu mundo interior.	 LA LETRA "t" LA VOLUNTAD Muestra tu fuerza interior, tu determinación y tu capacidad para tomar decisiones.	 LA LETRA "d" LA ARMONÍA Habla de tu equilibrio emocional, tu capacidad para convivir y adaptarte.	 LA LETRA "g" LOS INSTINTOS Representa tus instintos básicos como el hambre, la supervivencia y tus relaciones profundas.	 LA LETRA "p" EL TRABAJO Refleja tu actitud frente al esfuerzo, tu productividad y tu manera de aportar al mundo.	 LA LETRA "q" LA FACILIDAD DE PALABRA Y LAS MATEMÁTICAS Muestra tu forma de comunicarte, tu agilidad mental y tu pensamiento lógico.	 LA LETRA "r" LAS ARTES Expresa tu sensibilidad, tu creatividad y tu forma única de ver y sentir el mundo.
o	t	d	g	p	q	r

Observa estas letras en tu escritura. ¿Cómo las formas? ¿Qué te dicen de ti?
Puedes mejorar cada una de ellas con práctica y consciencia.



Cada persona repite lo que vivió. Tú puedes elegir romper ese ciclo, identificar lo que no te sirve, soltarlo y transformar tu historia.

¡Tú puedes ser el cambio en tu familia!

¿CÓMO OBSERVAR TUS LETRAS REFLEJAS?

- 1 Escribe varias palabras o tu nombre.
- 2 Busca las letras reflejas: o, t, d, g, p, q, r.
- 3 Observa su forma, tamaño, dirección, orden y presión.
- 4 Reflexiona sobre lo que cada letra te puede estar diciendo.
- 5 Escribe qué emociones descubres y cómo puedes mejorarlas.



Tu escritura es única, como tu huella digital. Conócete, entiéndete y elige ser mejor cada día.



NUESTRA RECOMENDACIÓN

Conócete letra por letra. Entiéndete cada día más. Suelta lo que no te sirve, fortalece lo que te hace bien y construye tu mejor versión.



ERES MÁS GRANDE QUE TU PASADO. PUEDES SER LA MEJOR VERSIÓN DE TI MISMO. ¡TÚ ELIGES!





LA LETRA REFLEJA "O" EL YO



Esta letra refleja tu mundo interior, cómo te ves a ti mismo, cómo te sientes y cómo te relacionas con la vida.



LO IDEAL: hacerla angosta. Ya no debes hacerla redonda (atrapado en la infancia).

ANGOSTA		LO IDEAL Muestra equilibrio emocional, seguridad en ti mismo y buena autoestima.	
REDONDA (ATRAPADO EN LA INFANCIA)		Buscas protección, necesitas aprobación, te cuesta tomar decisiones por ti mismo.	
APLASTADA		El ambiente en que creciste te oprimía. Te sentías sin voz, sin espacio para ser tú.	
ANGULOSA		Papá agredía, mamá gritaba palabras fuertes, tenías que sobresalir o defenderte.	
ABIERTA POR ABAJO		Te quedaste con deseos de todo, sientes que nada es suficiente.	
ABIERTA POR ARRIBA		Fácil de engañar, confías demasiado y te cuesta poner límites.	
ABIERTA A LA IZQUIERDA		No quieres que se sepa lo que pasó. Guardas secretos, te cuesta hablar de tu dolor.	
ABIERTA A LA DERECHA		Vas por tus deseos insatisfechos. Buscas llenar vacíos con cosas, personas o situaciones.	

¿CÓMO OBSERVAR TU LETRA "O"?

- 1 Escribe tu nombre varias veces en una hoja en blanco.
- 2 Busca todas las letras "o".
- 3 Observa su forma, tamaño, dirección y presión.
- 4 Identifica qué forma se parece más a la tuya.
- 5 Reflexiona sobre lo que esa forma puede decirte de ti.
- 6 Escribe qué puedes mejorar y cómo quieres transformar tu "o".



RECUERDA:

No estás condenado a repetir tu historia. Conócete, acéptate, sana y transforma tu vida. Tú puedes elegir ser libre y feliz.



NUESTRA RECOMENDACIÓN

Practica escribir tu "o" angosta cada día. Escribe tu nombre, frases positivas y tus metas. Tu escritura puede cambiar tu mente y tu destino.



**CONÓCETE, TRANSFÓRMATE Y ELIGE SER EL MEJOR EN TU GENERACIÓN.
¡TÚ PUEDES ESCRIBIR UNA NUEVA HISTORIA!**





LA LETRA REFLEJA "T"

LA LETRA DE LA VOLUNTAD



Todo cuenta en ella: la dirección, la inclinación, la presión, el inicio, el final.
Pero lo que más debes de tomar en cuenta es la posición de la tilde,
o sea, el travesaño.



Este grafismo tiene la característica de recibir una orden tuya y tu inconsciente obedece: avanza, cambia, ¡sí puedo, yo decido! Entonces, cuando coloques el travesaño, ordena: SI PUEDO.



LA POSICIÓN DEL TRAVESAÑO (TILDE) REVELA TU VOLUNTAD

FLOTANDO POR ARRIBA

Tu voluntad es una fantasía.



Sueñas con hacer cosas, pero no aterrizas tus decisiones. Te falta compromiso contigo mismo.

ABAJO DE LA MITAD O A LA ALTURA DE LAS MINÚSCULAS

Tu voluntad está dañada.



Dudas, te cuesta decidir, te rindes fácil, sientes que no puedes o que otros deciden por ti.

ARRIBA DE LA MITAD

Tu voluntad para cambiar y ser mejor.



Tienes fuerza interior, decisión y compromiso. Puedes cambiar, crecer y alcanzar tus metas.

¿CÓMO OBSERVAR TU LETRA "T"?

- 1 Escribe tu nombre varias veces en una hoja en blanco.



- 2 Busca todas las letras "t".



- 3 Observa la posición del travesaño (tilde).



- 4 Revisa también: dirección, inclinación, presión, inicio y final.



- 5 Reflexiona sobre lo que esa "t" dice de tu voluntad.



- 6 Escribe qué puedes mejorar y cómo vas a fortalecer tu voluntad.



CADA PARTE DE LA "T" TIENE UN MENSAJE PARA TI

DIRECCIÓN

Muestra tu rumbo en la vida.



INCLINACIÓN

Revela tu actitud: hacia adelante o hacia atrás.



PRESIÓN

Refleja tu energía y fuerza interior.



INICIO

Así comienzas tus decisiones.



FINAL

Así terminas lo que empiezas.



TRAVESAÑO

Tu voluntad: ¿fantasía, dañada o con fuerza?



RECUERDA:

Tu letra "t" puede cambiar cuando tú cambias por dentro. Tú tienes el poder de dar órdenes a tu mente inconsciente. ¡Tú decides tu destino!



Cada vez que escribas la letra "t" con su travesaño arriba de la mitad, di en silencio o en voz alta:

"SI PUEDO"



Tu inconsciente recibe tu orden y comienza a transformar tu vida. ¡Avanza, cambia, tú puedes!



TU VOLUNTAD ES TU PODER INTERIOR. ORDENA: SI PUEDO Y TRANSFORMA TU HISTORIA. TÚ ERES EL AUTOR DE TU CAMBIO.





LA LETRA REFLEJA "d"

LA LETRA DE LA ARMONÍA



Esta letra une dos partes importantes de ti:
el palote que representa tus pensamientos y la "o" que representa tu yo.
Cuando está bien hecha, expresa tu **armonía interior**
y te liberas de creencias, apegos, abusos sufridos en tu infancia.

La "d" te ayuda a estar
en equilibrio contigo mismo
y con el mundo.



LO IDEAL: una letra "d" armónica tiene un palote firme y derecho,
y una "o" angosta, cerrada y bien unida al palote.
Todo en equilibrio y con buena proporción.

d

← Palote (pensamientos):
firme, recto y seguro.
← "o" (yo):
angosta, cerrada y bien formada.

LO QUE TU "d" PUEDE DECIR DE TI

PALO RÍGIDO (FIRME Y DERECHO)

Firmeza de principios
morales y religiosos.

d

Tienes claridad en tus ideas,
seguridad en tus valores
y convicciones firmes.



ANGULOSO EL PALO Y HACIA ARRIBA

Rebelde.
Agresividad.

d

Tiendes a cuestionar la autoridad,
eres impulsivo(a) y puedes
reaccionar con enojo o desafío.



PALO DESCENDENTE

Imposición de criterios.
(Si el ángulo es muy
agudo: Despotismo)

d

Quieres tener la razón y
decides por los demás.
Puedes ser autoritario(a).



PALO REGRESIVO Y ÓVALO ESPIRAL

Refugio en el pasado.
Contención. Reserva.

d

Vives recordando el pasado,
te cuesta soltar y te guardas
mucho en tu interior.



PALO CÓNCAVO

Amabilidad.
Complacencia.
Tolerancia.
Adaptabilidad.

d

Eres comprensivo(a) y flexible.
Te adaptas, evitas conflictos
y buscas agradar.



PALO CONVEXO

Intolerancia.
Orgullo. Antipatía.
Inadaptabilidad.

d

Te cuesta aceptar opiniones
distintas. Puedes ser orgulloso(a)
y poco flexible.



CURVA REGRESIVA Y AVANCE

Finura espiritual. Lógica.
Diplomacia. Deducción rápida.

d

Tienes capacidad de análisis,
intuición y tacto para resolver
situaciones con inteligencia.



¿CÓMO OBSERVAR TU LETRA "d"?

- 1 Escribe varias veces tu
nombre y otras palabras
en una hoja en blanco.
- 2 Busca todas las letras "d".
- 3 Observa su forma:
¿cómo es el palote?
¿cómo es la "o"?
¿están en equilibrio?
- 4 Revisa la inclinación,
tamaño, presión,
inicio y final.
- 5 Reflexiona sobre lo que
esa letra puede decir
de tu armonía interior.
- 6 Escribe qué puedes
mejorar y cómo vas
a lograr más armonía
contigo mismo.



RECUERDA:

Cuando haces tu "d" con conciencia,
le das orden a tu mente y a tu corazón
para que trabajen juntos en armonía.
¡Cada "d" bien hecha es un paso
hacia tu libertad interior!



NUESTRA RECOMENDACIÓN

Practica tu "d" todos los días.
Hazla con amor, paciencia y atención.
Con cada letra, sanas, mejoras
y te acercas a tu mejor versión.



TU "d" PUEDE SER TU ALIADA

Cada vez que escribas una "d" perfecta, repite en tu mente:

**"Vivo en armonía
conmigo y con mi mundo."**

Así tu inconsciente recibe la orden
y comienza a transformar tu historia.
¡Armonía, equilibrio y paz
empiezan en ti!



**CUANDO TUS PENSAMIENTOS Y TU YO ESTÁN EN ARMONÍA,
VIVES EN PAZ Y TE LIBERAS DE LO QUE TE HIZO DAÑO.**





LA LETRA REFLEJA "g" LA LETRA DEL LIBIDO



La "g" refleja tus instintos básicos, tu energía vital, el hambre, la sexualidad y las relaciones con los demás.
Muestra cómo vives tus deseos, cómo te das y cómo recibes amor.
Cuando la haces consciente y equilibrada, puedes transformar tu energía en creatividad, trabajo y amor sano.



La energía no es buena ni mala, lo importante es cómo la usas y cómo la diriges hacia tus metas y tu bienestar.



LO IDEAL: una "g" equilibrada y armónica muestra que conoces y controlas tus instintos, tienes relaciones sanas y usas tu energía para crecer y ayudar. Tu inconsciente se armoniza cuando aceptas, canalizas y respetas tu energía.

LO QUE TU "g" PUEDE DECIR DE TI

EQUILIBRADA (LO IDEAL) Óvalo cerrado y cola armónica.		Buen control de tus instintos. Energía bien dirigida. Relaciones sanas. Seguridad y autoestima.		Usas tu energía para crecer y aportar.
ÓVALO GRANDE INFLADO		Necesitas mucha atención y afecto. Deseas impresionar. Puede haber búsqueda de aprobación.		Buscas que te vean y te valoren.
ÓVALO PEQUEÑO O CERRADO EN EXCESO		Te guardas tus emociones y deseos. Puede haber miedo a sentir o a entregar tu energía.		Te cuesta abrirte y confiar.
COLA MUY LARGA Y DESCENDENTE		Mucha energía instintiva. Necesitas aprender a poner límites y autorregularte.		Tu energía es intensa, aprende a canalizarla.
COLA CORTA O CERCENADA		Puedes reprimir tus deseos. Falta de vitalidad o miedo al placer y a la intimidad.		Te cuesta disfrutar y expresar tu energía.
INCLINADA HACIA ADELANTE		Impulsivo(a), te dejas llevar por tus deseos. Actúas sin pensar en las consecuencias.		Actúas por impulso, piensa antes de actuar.
INCLINADA HACIA ATRÁS		Tienes dudas para relacionarte. Inseguridad o miedo al rechazo.		Necesitas más confianza en ti y en los demás.
ABIERTA POR ARRIBA		Dificultad para poner límites. Te dejas llevar por los demás o por las circunstancias.		Aprende a decir no y a cuidarte.
ABIERTA POR ABAJO		Inquietud constante por satisfacer deseos materiales o sensaciones.		Buscas fuera lo que necesitas dentro.

¿CÓMO OBSERVAR TU LETRA "g"?

- 1 Escribe tu nombre varias veces en una hoja en blanco.
- 2 Busca todas las letras "g".
- 3 Observa su forma: óvalo, cola, inclinación, tamaño, presión y apertura.
- 4 Reflexiona sobre lo que esa forma puede decir de tu energía e instintos.
- 5 Escribe qué puedes mejorar y cómo vas a usar tu energía para tu crecimiento.



RECUERDA:

Tus instintos no te hacen mejor ni peor. Lo importante es conocerlos, aceptarlos y dirigirlos con responsabilidad, respeto y amor propio. Así tu energía se convierte en creación, trabajo y amor sano.



NUESTRA RECOMENDACIÓN

Cuida la información que entra a tu mente y a tu corazón. Rodéate de personas que te respeten y te inspiren. Usa tu energía para construir tu mejor versión y un mundo mejor.



TRANSFORMA TU ENERGÍA

Tu "g" puede mejorar cada día. Con conciencia, disciplina y amor propio, puedes convertir tu energía instintiva en tu mayor fuerza para alcanzar tus metas.

MI ENERGÍA
ES MI FUERZA
CUANDO ELIJO
CONSCIENTEMENTE



Tu inconsciente obedece tus órdenes: ¡Yo decido qué hacer con mi energía! ¡Yo elijo crecer, amar y servir!



CONOCE TU ENERGÍA, DIRÍGELA CON AMOR Y RESPONSABILIDAD, Y LOGRARÁS TODO LO QUE TE PROPONGAS.





LA LETRA REFLEJA "p" LA LETRA DEL TRABAJO

La "p" se relaciona con las **necesidades materiales**, el trabajo y el modo de vincularse con el otro. Desde el punto de vista psicoanalítico se afirma que la letra "p" simboliza la **imagen paterna**.



El trabajo dignifica cuando te conecta con tu propósito y cuando aporta al bienestar propio y de los demás.



LO IDEAL: una "p" equilibrada muestra responsabilidad, constancia, capacidad de esfuerzo y buena relación con la autoridad y con las figuras paternas. Tu inconsciente se armoniza cuando trabajas con sentido y honras tu palabra.

LO QUE TU "p" PUEDE DECIR DE TI

PALO RECTO Y FIRME, ÓVALO CERRADO Y PROPORCIONADO (LO IDEAL)		Tienes buena relación con la figura paterna y la autoridad. Responsable, constante y trabajador(a).		Cumples tus metas con esfuerzo y te sientes capaz.
PALO DECIDIDO Y ÓVALO GRANDE		Ambición, necesidad de reconocimiento y éxito. Deseas destacar y obtener logros materiales.		Buscas crecer y progresar.
ÓVALO PEQUEÑO O MUY CHICO		Poca confianza para pedir o recibir. Miedo a no ser suficiente o a molestar.		Te cuesta aceptar ayuda o pedir lo que necesitas.
PALO INCLINADO HACIA ADELANTE		Iniciativa, entusiasmo y energía para trabajar. Te adelantas y tomas la iniciativa.		Te mueves hacia tus objetivos.
PALO INCLINADO HACIA ATRÁS		Falta de confianza para asumir responsabilidades. Postergas o evitas el compromiso.		Te cuesta decidir y asumir retos.
PALO MUY LARGO Y ÓVALO GRANDE (EXCESO)		Necesidad excesiva de control, poder o logros. Puede haber rigidez o autoritarismo.		Cuidado con querer tener siempre el control.
PALO MUY CORTO Y ÓVALO GRANDE (FALTA DE BASE)		Falta de esfuerzo sostenido. Dependencia económica o necesidad de apoyo constante.		Necesitas construir tu independencia paso a paso.
ÓVALO ABIERTO POR ABAJO		Inseguridad en lo material. Miedo a perder lo que tienes. Sensación de que nunca es suficiente.		Trabaja tu seguridad interna y la confianza en la abundancia.
PALO PRESIONADO FUERTE		Esfuerzo constante, autoexigencia, presión interna para cumplir. Puedes cansarte fácilmente.		Aprende a descansar y a valorar tus logros.
PALO DÉBIL SIN PRESIÓN		Falta de energía o motivación para trabajar. Desánimo o resignación.		Recupera tu motivación y conecta con tu propósito.

¿CÓMO OBSERVAR TU LETRA "p"?

- 1 Escribe tu nombre varias veces y otras palabras en una hoja en blanco.
- 2 Busca todas las letras "p".
- 3 Observa su forma: palo (dirección y tamaño) y óvalo (tamaño, presión y cierre).
- 4 Revisa la presión, inclinación, inicio, unión palo-óvalo y final de la letra.
- 5 Reflexiona sobre lo que esa letra puede decir de tu relación con el trabajo y la autoridad.
- 6 Escribe qué puedes mejorar y cómo vas a usar eso para crecer.



RECUERDA:

Honar a papá es reconocer su historia y lo que te dio, y soltar lo que te hizo daño. ¡Tú puedes elegir tu propio camino!



NUESTRA RECOMENDACIÓN

- Encuentra un trabajo o actividad que tenga sentido para ti.
- Cumple tus compromisos.
- Aporta algo valioso cada día.
- Pide ayuda cuando la necesites.
- Sé agradecido con lo que tienes y sigue aprendiendo.



TRANSFORMA TU RELACIÓN CON EL TRABAJO

Tu "p" puede mejorar cada día. Trabaja con amor, responsabilidad y constancia. Así tu inconsciente te ayuda a construir una vida próspera y llena de significado.

TRABAJO CON AMOR, DISCIPLINA Y PROPÓSITO. CONSTRUYO MI FUTURO Y DEJO MI HUELLA.



Tu inconsciente obedece tus órdenes: ¡Yo decido esforzarme, aprender y aportar cada día!



EL TRABAJO CON PROPÓSITO TE DA DIGNIDAD, LIBERTAD Y REALIZACIÓN. TÚ TIENES EL PODER DE CREAR LA VIDA QUE DESEAS.





LA LETRA REFLEJA "q"

LA LETRA DE LA PALABRA Y LOS NÚMEROS



La "q" refleja tu facilidad de palabra, tu comunicación con los demás y tu manejo con los números y las ideas. También muestra cómo usas tu inteligencia práctica y si puedes ser honesto(a) o caer en el engaño.



La verdad en tus palabras y en tus números te da credibilidad. Úsalos para sumar, no para manipular.



LO IDEAL: una "q" equilibrada indica claridad al comunicarte, bueno para los números, pensamiento lógico y honesto, y habilidad para convencer sin manipular.

Tu inconsciente se armoniza cuando hablas con verdad y haces uso justo de tu talento.



Óvalo (mente e ideas): abierto, claro y bien formado.

Cola (expresión y acción): descendente y firme.

LO QUE TU "q" PUEDE DECIR DE TI

ÓVALO EQUILIBRADO Y COLA FIRME (LO IDEAL)



Mente clara, buena memoria, facilidad de palabra y habilidad con los números. Sabe escuchar y convencer sin manipular.



Expresas bien tus ideas y logras lo que te propones con honestidad.

ÓVALO MUY GRANDE Y COLA LARGA



Mucha imaginación y facilidad de palabra, pero puedes exagerar o prometer más de lo que cumples. Te cuesta poner límites.



Puedes caer en exageraciones o engañarte a ti mismo y a otros.

ÓVALO MUY PEQUEÑO Y COLA CORTA



Timidez al hablar, poca confianza para expresarte. Te cuesta explicar tus ideas o defenderlas. Dudas de ti mismo(a).



Te cuesta expresarte y otros pueden decidir por ti.

COLA HACIA LA IZQUIERDA



Tendencia a ocultar información o no ser claro(a). Puedes callar lo que piensas o actuar a escondidas.



Puede traer malentendidos o desconfianza.

COLA QUEBRADA O EN DOS PARTES



Inconstancia al hablar o decidir. Dices una cosa y luego otra. Falta de compromiso con tus palabras.



Pierdes credibilidad y otros no confían en ti.

COLA MUY INCLINADA HACIA ADELANTE



Impulsividad al hablar. Te adelantas a los hechos, a veces interrumpes o hablas sin pensar.



Puedes decir cosas que te causen problemas.

¿CÓMO OBSERVAR TU LETRA "q"?

1 Escribe tu nombre varias veces y otras palabras en una hoja en blanco.



2 Busca todas las letras "q".



3 Observa su forma: óvalo, cola, inclinación, tamaño, presión y dirección.



4 Reflexiona sobre lo que esa forma puede decir de tu comunicación, tus números y tu honestidad.



5 Escribe cómo puedes mejorar tu forma de comunicarte y usar tu inteligencia para el bien.



6 Pon en práctica: habla con verdad, escucha, piensa antes de hablar y cumple lo que dices.



RECUERDA:

Tus palabras tienen poder. Puedes construir confianza o destruirla con mentiras. Tus números también hablan de ti: úsalos con inteligencia y justicia.

La honestidad en lo que dices y haces te hace grande.



TU "q" PUEDE SER TU ALIADA

Cada vez que escribas una "q" con conciencia, recuerda ordenar a tu inconsciente:

USO MI PALABRA
Y MIS NÚMEROS
PARA EL BIEN



Así tu mente se enfoca, tu palabra inspira y tu vida suma valor.



NUESTRA RECOMENDACIÓN

- Lee en voz alta cada día.
- Practica cálculos y problemas.
- Di siempre la verdad.
- No prometas lo que no puedes cumplir.
- Usa tu mente para crear, no para dañar.



**HABLA CON VERDAD, PIENSA CON CLARIDAD Y TRABAJA CON HONESTIDAD.
TUS PALABRAS Y TUS NÚMEROS PUEDEN CAMBIAR TU VIDA Y LA DE LOS DEMÁS.**





LA LETRA REFLEJA "r"

LA LETRA DEL ARTE Y LA CREATIVIDAD



La "r" refleja los aspectos artísticos de tu personalidad.

Expresa tu sensibilidad, imaginación y talento.

Se relaciona con la música, el baile, la pintura, la poesía, la escritura y la creación en general.



El arte te conecta contigo mismo y con los demás. Desarrolla tu talento y comparte tu creatividad.



LO IDEAL: una "r" equilibrada y armónica muestra expresión artística, sensibilidad, gusto estético, imaginación y alegría para crear y compartir. Tu inconsciente se armoniza cuando te permites expresar tu talento.



- Inicio suave y ligero: inspiración.
- Palo inclinado y flexible: expresión y movimiento.
- Terminación con ritmo: liberación y fluidez.

LO QUE TU "r" PUEDE DECIR DE TI

PEQUEÑA Y LIGERA



Eres sensible, discreto(a) y creativo(a) en lo íntimo. Disfrutas el arte de forma personal.



Tu creatividad es delicada y auténtica.

GRANDE Y EXPRESIVA



Tienes gran imaginación y te gusta destacar con tu talento artístico. Te expresas con libertad.



Tu arte es tu forma de brillar.

INCLINADA HACIA ADELANTE



Eres entusiasta y te gusta crear, actuar y compartir tu arte con los demás. Tienes iniciativa artística.



Tu talento te impulsa hacia delante.

INCLINADA HACIA ATRÁS



Eres más reservado(a) con tu talento. Te cuesta mostrar lo que haces o temes que no te comprendan.



Necesitas más confianza para expresar tu arte.

PRECIONADA Y OSCURA



Tu creatividad es intensa, pero puede estar bloqueada por emociones o presión. Necesitas liberar tu expresión.



Libera lo que sientes y tu arte fluirá.

UNIDA A LA SIGUIENTE LETRA SIN SALIR CLARA



Te cuesta iniciar o expresar tu creatividad. Falta de seguridad o miedo a ser juzgado(a).



Permítete empezar y confiar en tu creatividad.

¿CÓMO OBSERVAR TU LETRA "r"?

- Escribe tu nombre varias veces y otras palabras en una hoja en blanco.
- Busca todas las letras "r".
- Observa su forma: tamaño, inclinación, presión, inicio, curva y final.
- Reflexiona sobre lo que esa forma puede decir de tu creatividad y expresión artística.
- Escribe qué artes te gustan y cómo puedes seguir desarrollándolas.
- Pon en práctica tu talento y compártelo con el mundo.



RECUERDA:

El arte es una forma hermosa de comunicar lo que llevas dentro. No importa si crees que eres el mejor, lo importante es expresarte y disfrutar lo que haces. ¡Tu talento es único!



TU "r" PUEDE SER TU ALIADA

Cada vez que te expresas con tu arte, tu mente se libera y tu corazón se alegra.



CANTAR, BAILAR,
PINTAR, ESCRIBIR POEMAS,
HACER CANCIONES...
¡TODO ES ARTE!



NUESTRA RECOMENDACIÓN

- Escucha música que te inspire.
- Dibuja, pinta o baila.
- Escribe poemas o historias.
- Aprende a tocar un instrumento o canta.
- Comparte tu arte con tu familia y amigos.



EXPRESA TU TALENTO, DISFRUTA TU CREATIVIDAD Y HAZ DEL ARTE TU FORMA DE SER FELIZ.



RESUMEN FINAL

EL DETECTÓMETRO EMOCIONAL



Este resumen reúne todo lo que has aprendido.
Úsalo como guía para transformar tu vida.

**1 MIRAR A LOS OJOS**

Mirar a los ojos nos permite comenzar a conocernos y conocer a los demás.
Todos sentimos las mismas emociones.
Lo que cambia es la intensidad con la que fueron aprendidas en el hogar.
Hay padres que aprendieron a dar amor.
Otros todavía cargan el sufrimiento de su infancia.

**2 LOS SECRETOS QUE DUELEN**

Todos vamos a mejorar cuando descubramos que los secretos que dañan ya no deben guardarse.
Lo que se habla sana.
Lo que se comprende deja de destruirnos por dentro.

**3 LA INCLINACIÓN DE TU ESCRITURA**

Cuando escribes con la mano derecha y tu letra se inclina hacia la izquierda, es como si todavía cubrieras tu carita por el dolor o la vergüenza que cargas.
Decide perdonar...
y descubrirás cómo también tu escritura comienza a corregirse.

**4 EL TAMAÑO DE TU FELICIDAD**

¿Qué tan grande es tu decisión de ser feliz?
No hagas nunca tu letra pequeña.
Haz grande tu confianza, tus sueños y tu alegría de vivir.

**5 TU POSICIÓN ANTE LA VIDA**

Aquí decides tu posición existencial: hacer curvas o hacer ángulos.
Pero lo que decidas...
hazlo con voluntad propia y conciencia.



No es lo que te pasa,
es lo que decides hacer con lo que te pasa
lo que cambiará tu vida.



RESUMEN FINAL

EL DETECTÓMETRO EMOCIONAL

Este resumen reúne todo lo que has aprendido.
Úsalo como guía para transformar tu vida.



6 EL COMIENZO DE TU MADUREZ

Mantén en tu escritura una imagen de limpieza, seguridad y fe.

Este mundo ya no es para sobrevivir...
ahora es para aprender a ser feliz.



7 EL ORDEN Y LA INTELIGENCIA

Cuando formas un cuadro dentro de la hoja con tus letras,
tu mente aprende orden, dirección y control.
El resultado serán tus talentos.



8 LA FUERZA DEL PERDÓN

Acepta lo sufrido. Reconcilia tus recuerdos.
Cada persona expresa su dolor en su conducta.
Perdónalos.... muchas veces no sabían cuánto
daño estaban repitiendo.
Cuando dejas de cargar ese peso,
aparece fuerza física y emocional.



9 TU NOMBRE

Haz de tu nombre una obra de arte.
Llévalo de: fe, voluntad, seguridad,
inteligencia y amor propio.
Cuando escribes tu nombre con amor,
el dolor, la vergüenza y la duda ya no caben dentro de ti.



10 COMENZAR A VER

Ahora empiezas a recuperar tus talentos.
Hay niños que todo lo ven....
y tú puedes desarrollar mucho más
de lo que imaginas.
Lo lograrás si practicas constantemente con tu nombre.



Cada paso que das hacia tu conciencia,
te acerca a la mejor versión de ti mismo.



RESUMEN FINAL

EL DETECTÓMETRO EMOCIONAL

Este resumen reúne todo lo que has aprendido.

Úsalo como guía para transformar tu vida.

11 AL 17: LAS LETRAS REFLEJAS

Las letras reflejas son como tu huella digital emocional.

Siempre las haces igual porque guardan información profunda de tu historia.



NO CAMBIAN SOLO POR VOLUNTAD. CAMBIAN CUANDO DECIDES:



Aceptar

Aceptar tu historia tal como fue.



Comprender

Comprender por qué actuaste como actuaste.



Reconciliarte

Reconciliarte contigo y con los demás.



Perdonar

Perdonar para liberarte del peso emocional.



Tomar control de tus emociones

Elegir tus respuestas en lugar de reaccionar.



LA CLAVE PARA INICIAR EL CAMBIO ES APEGARTE A LA NORMA ESCRITURAL.

Porque cuando controlas tu escritura...
también comienzas a controlar tus emociones.

Y ese día... comienza tu verdadero cambio.



ESTOY PARA ACOMPAÑARTE EN TU CAMINO DE TRANSFORMACIÓN

Si tienes dudas, necesitas orientación o deseas profundizar en tu desarrollo emocional a través de la escritura, estaré encantado de ayudarte.

• Contacto •



Teléfonos:

656 311 6940

656 243 6035



Correo electrónico:

salvadordiazinstructor@gmail.com



Página web:

www.salvadordiaz.mx



Facebook:

Perito grafologo Salvador Diaz



**TEN LA CERTEZA QUE
SIEMPRE TE CONTESTARÉ**

Tu crecimiento es importante
y cada mensaje será atendido con gusto y compromiso.
Cuenta conmigo.

