

**ENSAYO**  
**(COMUNICACIÓN EMOCIONAL)**

**DESARROLLO HUMANO**

**LIC. VIDALS CAMPOSECO BAYRON IRAM**

**PRESENTA EL ALUMNO:**

**JOMNY ALEXEI MORALES RAMIREZ**

**GRUPO, SEMESTRE y MODALIDAD:**

**6to. Cuatrimestre “A” Enfermería Semiescolarizado**

**Frontera Comalapa, Chiapas**

**20 de JUNIO del 2020**

## COMUNICACIÓN EMOCIONAL

Como sabes hoy en día estos temas son de mucha importancia en nuestras vidas ya que estas influyen de una manera eficaz de las cuales nos ayuda demasiado a relacionarnos con la sociedad que nos rodea, en esta ocasión les hablare acerca de la comunicación emocional, esta es sencillamente la transmisión de nuestras emociones a otras personas. Es la inclusión de nuestras emociones en lo que comunicamos, es el 75 uso de las emociones para que el mensaje sea más efectivo, Controlar las emociones se trata de una forma de convencer a modo de que esta sea de interacción en donde vemos si somos capaces de controlar nuestras propias emociones y las de los demás, la forma de comunicarnos será mucho mejor ya que sabremos emocionar a los demás. Por otra parte, el resto de comunicaciones se olvidan fácilmente, pero no pasa lo mismo con las que nos tocan las emociones, la comunicación siempre existirá en todo momento, un ejemplo claro podría ser a lo que llamamos comunicación no verbal. Es en donde comunicamos haciendo cosas y sin hacerlas, con una sonrisa, con la forma de andar, de mirar, con los silencios, entre otras cosas. somos lo que comunicamos en muchos sentidos, existen cuatro razones para aprender a comunicarse emocionalmente:

- 1) Evitar conflictos y discusiones. La gente no podrá criticar nuestros argumentos ni nuestras opiniones, porque estarán basados en nuestras emociones y sensaciones.
- 2) Nuestro interlocutor empatizará mejor con nosotros y sentirá que nos conoce más. Hablar de nuestras emociones permite que el otro nos conozca más profundamente. De esta forma podremos generar más proximidad con alguien que acabemos de conocer.
- 3) La persona con la que estemos hablando se abrirá y sincerará más. La comunicación emocional expone y a la vez protege nuestros sentimientos. Eso, por contagio emocional, provocará que nuestro interlocutor haga lo mismo. Suele ocurrir que la persona con la que hablamos termina copiando inconscientemente nuestro estilo de comunicación.
- 4) Justificaremos más nuestros actos. Al hablar de nuestras emociones, podremos legitimar mejor lo que hagamos. La gente entenderá que son las emociones las que nos han movido a actuar como actuamos y que no lo hacemos por capricho, azar o incluso premeditación. Y eso siempre es más comprensible y aceptable porque de forma implícita estaremos aportando nuestros motivos en forma de emociones.

Este tema tiene relación con algunas otras ya que están conectadas para un buen funcionamiento, todo esto va en relación para tener una completa comunicación y poder expresar nuestras emociones las cuales pueden ser decisiones por es muy fundamental que desde pequeños tengamos muy claro estos puntos para que durante nuestro crecimiento y desarrollo podamos tener esa capacidad de comunicarnos y más que nada tener una buena expresión y día con día tener una buena calidad de vida emocionalmente.

## **BIBLIOGRAFIA**

Desarrollo Humano UDS, Vidals Camposeco Bayron Iram