



UDS
Mi Universidad

NOMBRE COMPLETO DEL

DOCENTE: Ortencia Flores Guillen

NOMBRE COMPLETO DEL ALUMNO:

Yuridia Aguilar Montero

CUATRIMESTRE: 6to

PARCIAL: 3er

MATERIA: Desarrollo Humano

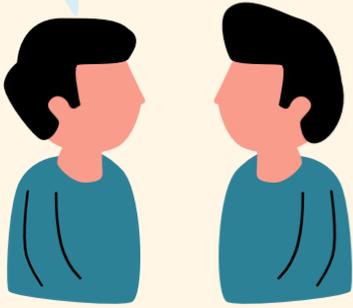
TRABAJO: Super Nota

IMPORTANCIA DE LA COMUNICACION

EMOCIONAL

DEFINICION

La comunicación es el acto de transmitir un mensaje a otra persona, la cual debe descifrarlo y captar el contenido del mensaje. Dicho proceso puede ser verbal o no verbal. El mensaje que se transmite mediante el proceso comunicativo puede ser de diversa índole, es decir, podemos transmitir información, sentimientos, emociones



CARACTERISTICAS

- Transmisión de un mensaje verbal o no verbal a través de un mensaje hablado o mediante el contacto físico, desde una perspectiva subjetiva, ya que se emplea para expresar cómo nos sentimos y poder entender también cómo se sienten los demás.
- Uso de verbos emocionales como encantar, sorprender, enfadar, aburrir, decepcionar, etc.
- Se incluye el estado de ánimo y están muy presentes nuestra autoestima, inseguridades, habilidades sociales y afectivas.
- La comunicación emocional se centra en describir cómo nos sentimos, definir comportamientos en lugar de personas y centrarse en llegar a la comprensión mutua



IMPORTANCIA

- Ayuda a potenciar la empatía, el respeto y la comprensión mutua
- Evita discusiones, conflictos y altercados innecesarios
- Nuestro interlocutor se abrirá y podrá ser más sincero
- Nuestros actos quedan mucho más justificados

IMPORTANCIA DE LA COMUNICACION

EMOCIONAL



¿COMO MEJORAR?

- Reflexiona antes de comenzar a habla
- Utiliza el contacto visual
- Hazte cargo de tus propias emociones
- Respeta
- Integra
- Usa verbos emocionales
- Evita juzgar

VENTAJAS Y DESVENTAJAS

- Ayuda a evitar conflictos y discusiones
- Permite mejorar nuestro autoestima
- Nos ayuda a mejorar la calidad de nuestras relaciones interpersonales
- El hecho de ser rechazados.
- Que la otra persona no sea capaz de ponerse en nuestro lugar
- Que nos juzguen por cómo nos sentimos y/o que nos genere inseguridades



EJEMPLO

Existe un sinfín de ejemplos de comunicación emocional. Algunos de estos ejemplos son: las sonrisas, las miradas cómplices, un abrazo, un beso, las caricias o la expresión de algún deseo.

