



Nombre del Alumno: Esmeralda yeraldi López morales

Nombre del tema: Súper nota

Parcial: Tercer parcial

Nombre de la Materia: Desarrollo humano

Nombre del profeso: Hortensia flores guillen

Nombre de la Licenciatura: Licenciatura en enfermería

Cuatrimestre: Sexto cuatrimestre

29 de Junio 2025

IMPORTANCIA DE LA COMUNICACION EMOCIONAL

¿QUÉ ES?

La comunicación emocional se basa en la transmisión de emociones a otra u otras personas, la comunicación emocional puede llevarse a cabo a través de un mensaje verbal, un contacto físico, un gesto o una expresión no verbal.



CARACTERISTICAS

- transmisión de un mensaje verbal o no verbal a través de un mensaje hablado o mediante el contacto físico
- Uso de verbos emocionales como encantar, sorprender, enfadar, aburrir, decepcionar
- Se incluye el estado de ánimo y están muy presentes nuestra autoestima, inseguridades, habilidades sociales y afectivas.

VENTAJAS

- El desarrollo de habilidades sociales, afectivas, de afrontamiento, de la empatía, el respeto y el entendimiento.
- Ayuda a evitar conflictos y discusiones, reduciendo así todo tipo de violencia.
- Permite mejorar nuestra autoestima, disminuir el número de inseguridades, ganar seguridad en uno mismo y mejorar nuestra salud mental.

DESVENTAJAS

- 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



IMPORTANCIA

La comunicación emocional es importante no solo para cada persona a nivel individual, sino también para el conjunto de la sociedad, el hecho de que nos comuniquemos emocionalmente ayuda a potenciar la empatía, el respeto y la comprensión mutua



IMPORTANCIA DE LA COMUNICACION EMOCIONAL

DESARROLLO PERSONAL

El lenguaje emocional ayuda a las personas a identificar, comprender y expresar sus propias emociones, lo que contribuye al autoconocimiento y la regulación emocional.



RELACIONES INTERPERSONALES

Al comunicarnos de manera clara y abierta sobre nuestras emociones, fomentamos la empatía, la confianza y la conexión con los demás, fortaleciendo los vínculos afectivos

SALUD MENTAL

La expresión de emociones a través del lenguaje puede liberar el peso emocional, reducir el estrés y promover el bienestar general.



RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS

El lenguaje emocional permite abordar conflictos de manera más efectiva al facilitar la comprensión de las necesidades y sentimientos de cada individuo involucrado.



ADAPTACIÓN Y APRENDIZAJE

El lenguaje emocional nos ayuda a comprender nuestro entorno, a predecir el comportamiento de otros y a regular nuestras propias reacciones, facilitando la adaptación social.

