



Nombre de alumno:

Lizbeth Elizabeth López de León

Nombre del profesor: Tenchy Flores

Nombre del trabajo: super nota

Materia: desarrollo humano

PASIÓN POR EDUCAR

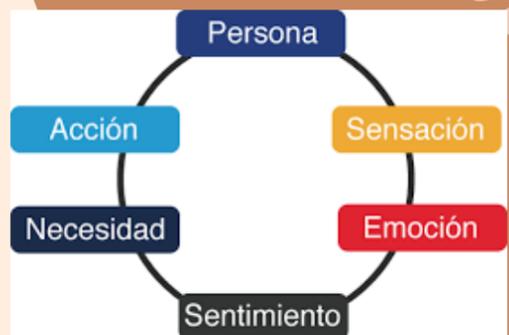
Grado: 6

Grupo: A

IMPORTANCIA DE LA COMUNICACIÓN EMOCIONAL

✓ IDEA PRINCIPAL

La comunicación emocional es la capacidad de expresar y comprender emociones propias y ajenas de forma clara, respetuosa y empática. Es esencial para fortalecer las relaciones interpersonales, prevenir conflictos y promover el bienestar emocional y social.



📋 SECUENCIALIDAD

1. Reconocimiento emocional
2. Antes de comunicar, debemos identificar nuestras propias emociones.
3. Gestión emocional
4. Saber manejar lo que sentimos para expresarlo de forma adecuada.
5. Expresión emocional
6. Comunicar lo que sentimos con palabras, gestos, tono y acciones.
7. Escucha empática
8. Estar atentos a las emociones de los demás sin juzgar ni interrumpir.
9. Retroalimentación emocional
10. Responder de manera comprensiva, validando lo que el otro siente.



📄 ESTRUCTURA

Elemento	Descripción
Emisor emocional	Persona que expresa su estado emocional
Mensaje emocional	Contenido afectivo transmitido (alegría, tristeza, miedo, etc.)
Canal	Forma en que se transmite (voz, cuerpo, escritura, redes sociales)
Receptor emocional	Persona que recibe, interpreta y responde emocionalmente
Contexto emocional	Situación en la que ocurre la comunicación (escuela, familia, trabajo, etc.)

🌈 SIMBOLOGÍA

Imagen	Significado
🗣️	Expresión verbal de emociones
❤️	Conexión emocional y empatía
💡	Escucha activa y atención emocional
🌱	Desarrollo personal y emocional
⚖️	Equilibrio emocional
🔄	Intercambio emocional

🧠 INTERPRETACIÓN

La comunicación emocional no se trata solo de hablar de lo que sentimos, sino de crear conexión auténtica con los demás. Una buena comunicación emocional:

- Fomenta relaciones sanas y empáticas
- Previene malentendidos y conflictos
- Aumenta la autoestima
- Favorece la resolución de problemas
- Contribuye al desarrollo de habilidades socioemocionales

Además, quienes saben expresar y recibir emociones de forma saludable suelen tener mayor inteligencia emocional, lo que influye positivamente en su desempeño académico, laboral y personal.