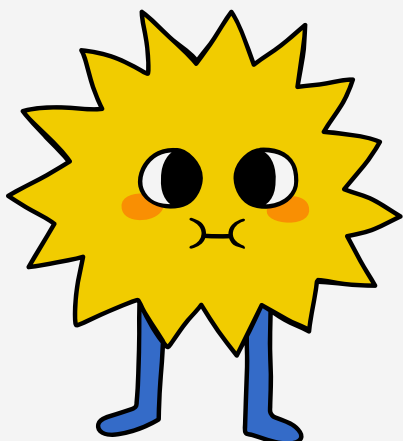


EMOCIONAL

1

¿QUÉ ES?

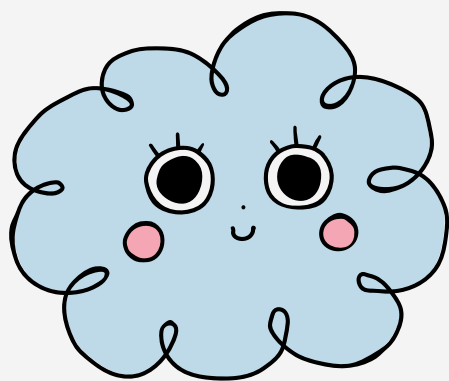
La comunicación emocional es esencial para construir relaciones saludables, comprender a los demás y expresar nuestros sentimientos de forma auténtica, favoreciendo la empatía, la conexión humana y el bienestar personal y social.



2

SECUENCIALIDAD

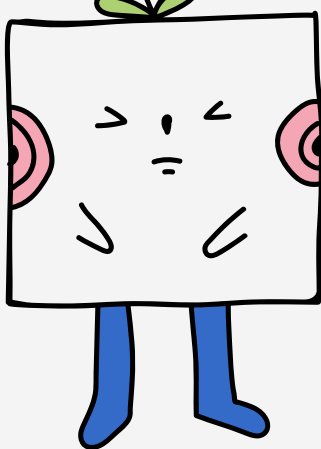
- Percepción emocional
- Identificación
- Expresión emocional
- Recepción y empatía
- Retroalimentación emocional



3

ESTRUCTURA

- Emisor emocional
- Mensaje emocional
- Canal
- Receptor
- Contexto emocional



4

INTERPRETACIÓN

- Percepción emocional: Reconocer lo que sentimos.
- Identificación: Ponerle nombre a nuestras emociones (alegría, tristeza, miedo, etc.).
 - Expresión emocional: Comunicar lo que sentimos de forma adecuada.
 - Recepción y empatía: Escuchar y comprender las emociones del otro.
 - Retroalimentación emocional: Responder con respeto, comprensión o apoyo.



5

SIMBOLOGÍA

- ♥ Corazón: Representa la empatía, amor y conexión emocional.

