



Nombre del alumno: Leyvi Jacqueline Hernández Aguilar.

Nombre del profesor: Hortensia Flores Guillen.

Nombre del trabajo: Super nota.

Materia: Desarrollo humano.

Grado: 6°

Grupo: A

De Psicología

Comitán de Domínguez Chiapas a 03 de Julio de 2025.

IMPORTANCIA DE LA COMUNICACIÓN EMOCIONAL

DEFINICIÓN.

La comunicación emocional es fundamental para construir relaciones saludables, comprender a los demás y expresar lo que sentimos de manera efectiva, promoviendo la empatía, la conexión interpersonal y el bienestar emocional.

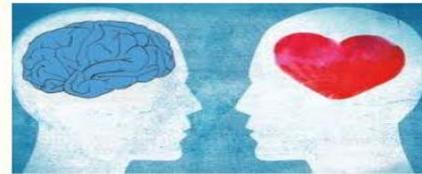


CARACTERÍSTICAS PRINCIPALES

- Involucra palabras, pero también gestos, tono de voz, expresiones faciales y lenguaje corporal.
- Permite decir cómo nos sentimos sin lastimar a los demás.
- Ayuda a crear vínculos afectivos fuertes y relaciones saludables.

¿POR QUÉ ES IMPORTANTE?

- Fomenta la empatía y el respeto.
- Reduce conflictos y malentendidos.
- Mejora la salud emocional.
- Nos permite resolver problemas con calma.
- Ayuda a tener relaciones más honestas y profundas.

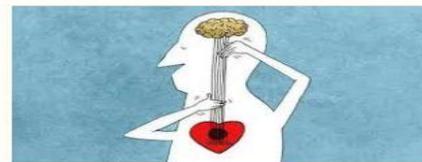


HABILIDADES QUE IMPLICA.

- Reconocer tus emociones.
- Ponerles nombre (tristeza, enojo, miedo, alegría...).
- Expresarlas adecuadamente.
- Escuchar al otro con empatía.
- Responder sin juzgar.

SIMBOLOGÍA.

- Corazón: Emoción y afecto.
- Cerebro: Entender lo que sentimos.
- Flechas en doble sentido: Intercambio emocional.
- Oreja: Escucha empática.
- Puente: Unión emocional entre personas.



La comunicación emocional no es solo hablar, sino transmitir lo que sentimos de forma clara, respetuosa y empática. Esto favorece el entendimiento, la confianza y el crecimiento personal y social.

