



**CONCIENCIA  
EMOCIONAL**



**Capacidad de reconocer, nombrar y comprender las propias emociones y las de los otros, así como las relaciones que existen entre lo que pensamos, sentimos y hacemos.**

**CONCIENCIA EMOCIONAL**



**Lenguaje  
emocional**



**Capacidad de  
reconocer, poner  
nombre y significar  
las emociones  
propias y las de  
otras personas.**

**Lenguaje  
emocional**



**Atención  
plena**



**Capacidad de  
prestar atención al  
momento presente  
con todos  
los sentidos.**

**Atención  
plena**



**Lenguaje  
estético**



**Capacidad  
de apreciar las  
emociones estéticas  
que pueden originarse  
a partir de diferentes  
recursos expresivos  
y artísticos.**

**Lenguaje  
estético**