

MAPA DE PALESTRA — O COQUEIRO EMOCIONAL

Dener Darc

Tema Central

Como emoções, hábitos e padrões de comportamento são construídos através do ambiente, das experiências e das estruturas emocionais desenvolvidas ao longo da vida.

OBJETIVO DA PALESTRA

Levar o público a compreender:

- como emoções são construídas,
 - como hábitos automáticos surgem,
 - a influência dos ambientes na identidade,
 - a importância da maturidade emocional,
 - e como padrões emocionais afetam relacionamentos, decisões e resultados.
-

ESTRUTURA DA APRESENTAÇÃO

1. ABERTURA — O AUTOMÁTICO DA VIDA

Introdução ao tema

- Pessoas vivendo no automático
- Repetição de padrões
- Decisões emocionais inconscientes
- Introdução ao conceito de construção emocional

Perguntas iniciais

- Por que algumas pessoas repetem os mesmos erros?
- Por que muitas sabem o que fazer, mas não conseguem mudar?
- O que realmente constrói uma pessoa?

2. COMO AS EMOÇÕES SÃO CONSTRUÍDAS

Desenvolvimento

- Influência da infância
- Ambientes emocionais
- Experiências e memória emocional
- Construção de crenças
- Formação de comportamentos automáticos

Conceitos abordados

- Repetição emocional
 - Aprendizado comportamental
 - Associação emocional
 - Programação inconsciente
-

3. O COQUEIRO EMOCIONAL

Metáfora central da palestra

Raízes

Representam:

- ambiente,
- experiências,
- dores,
- crenças,
- formação emocional.

Tronco

Representa:

- estrutura emocional,
- identidade,
- resistência,
- maturidade.

Frutos

Representam:

- comportamentos,
- resultados,
- relacionamentos,
- decisões,
- vida financeira e emocional.

Água do coco

Representa:

- emoções internas,
 - sentimentos armazenados,
 - aquilo que alimenta a identidade da pessoa.
-

4. HÁBITOS AUTOMÁTICOS E PADRÕES

Explicação

- Como o cérebro cria padrões automáticos
- Repetição de comportamentos
- Reações emocionais automáticas
- Ciclos emocionais invisíveis

Exemplos

- Ansiedade
 - Autossabotagem
 - Necessidade de aprovação
 - Medo
 - Procrastinação
 - Impulsividade
-

5. FALTA DE FUNDAMENTO EMOCIONAL

Desenvolvimento

- Pessoas emocionalmente instáveis
- Falta de estrutura interna
- Fragilidade emocional
- Construção sem base sólida

Comparação

- Estruturas fortes vs estruturas frágeis
 - Construção emocional e sustentação da vida
-

6. A INFLUÊNCIA DOS AMBIENTES

Pontos abordados

- Ambientes que fortalecem
- Ambientes que adoecem
- Influência social e emocional
- Energia emocional dos ambientes
- Como ambientes moldam identidade e comportamento

Aplicação prática

- Relações
 - Família
 - Redes sociais
 - Cultura
 - Ciclos sociais
-

7. MATURIDADE EMOCIONAL

Desenvolvimento

- Diferença entre idade e maturidade
- Inteligência emocional
- Controle emocional
- Resposta vs reação
- Consciência emocional

Reflexão

- O impacto da maturidade nas decisões e nos relacionamentos
-

8. RECONSTRUÇÃO EMOCIONAL

Caminho da transformação

- Consciência

- Novos hábitos
- Novos ambientes
- Reprogramação emocional
- Reconstrução da identidade

Conceitos

- Neuroplasticidade
 - Mudança de comportamento
 - Desenvolvimento emocional
-

FECHAMENTO

Reflexão final

- A importância de cuidar das raízes emocionais
- A influência das emoções na construção da vida
- O poder da consciência emocional

Mensagem final

“Antes de tentar mudar os frutos da vida, é necessário compreender quais raízes estão sustentando tudo aquilo que somos.”