



Nação
Empreendedora

O Poder do
EMOCIONAL

Guia de Aulas

DISTRITO  EMOCIONAL





Nação
Empreendedora

O Poder do
EMOCIONAL

Guia de Aulas

DISTRITO  EMOCIONAL



**NAÇÃO
EMPREENDEDEDORA**
é a plataforma de cursos do
Dr. Édel Pontes dentro
do Hotmart.

Este guia é item
de um curso e é pertence exclusivo
do(a) aluno(a), sendo proibido divulgá-lo,
reproduzi-lo ou compartilhá-lo
no todo ou em parte.

O Poder do Emocional

Guia de Aulas
2022
Versão 1.0

Direção

Pedro Rocha

Projeto Gráfico

Rebo Design Bureau

© Édel Pontes

Todos os direitos reservados

SUMÁRIO

Aula 01	
Emoções no Tempo e Espaço	4
<hr/>	
Aula 02	
Breves Dados Emocionais	6
<hr/>	
Aula 03	
De Onde Surgem as Emoções	7
<hr/>	
Aula 04	
As Emoções Básicas	8
<hr/>	
Aula 05	
Vibração e Emoção	9
<hr/>	
Aula 06	
Controle Emocional: Falso Conceito	10
<hr/>	
Aula 07	
Gratidão Consciente: Verdadeiro Conceito	11

Emoções no Tempo e Espaço

O Poder do Emocional - Aula 01

Entender as emoções, principalmente no momento quando acontecem, poderia ser uma habilidade complicada ou desnecessária. Porém, através do método do Dr. Édél Pontes, resultante dos estudos científicos em tese de doutorado, serão percebidas de maneira consciente ao longo do treinamento, iniciado pelos seguintes tópicos:

- Emoções por correspondência: relato pessoal;
- Tempo como fator para frustrações;
- Espera e a ansiedade;
- Efeitos da tecnologia nas pessoas;
- Importância da inteligência emocional;
- Benefícios ao perceber as emoções.

INSTRUÇÕES INICIAIS

A] Atenção exclusiva: a compreensão dos assuntos abordados ao longo deste curso depende do seu poder de concentração, motivo pelo qual recomendo que assista as aulas sem que esteja realizando alguma outra atividade em paralelo.

B] Tome notas: separe um caderno ou algum bloco de papel e exercite a observação. Copie aquilo que lhe chamou mais atenção nas aulas ou pontos fundamentais que serão indicados. Esta pequena ação fará todo diferencial no seu aprendizado.

C] Máxima interação: compartilhe experiências ou tire dúvidas relacionadas aos assuntos das aulas escrevendo na aba “comentários”, disponível logo abaixo do “player”. Esse processo nos conectará ainda mais enquanto membros da Nação Empreendedora.

Breves Dados Emocionais

O Poder do Emocional - Aula 02

Antes de compreender as emoções, alguns dados são bem úteis para que você perceba como a ciência trabalha as emoções, revelando a importância não apenas do assunto, mas dos desdobramentos que são gerados a partir desse conhecimento, conforme brevemente abordado nos tópicos que seguem:

- O imediatismo na vida;
- Inteligências múltiplas;
- Humanos e robôs;
- Alinhamento emocional.

De Onde Surgem as Emoções?

O Poder do Emocional - Aula 03

Compreender as emoções básica é certamente o primeiro passo diante de um processo de aprendizado sobre **O Poder do Emocional**. Contudo, antes é necessário saber de onde surgem essas manifestações emocionais de forma clara e certa, cientificamente embasada, garantindo o aprendizado necessário à sequência do treinamento, mas por agora temos os tópicos:

- Cérebro trino;
- Comandos emocionais;
- A base reptiliana;
- Sistema límbico;
- Emoção e ação;
- Neocórtex.

As Emoções Básicas

O Poder do Emocional - Aula 04

Sabendo de onde surgem as emoções, entender uma por uma com certeza é o passo que vai gerar toda diferença na percepção emocional, sobretudo com conhecimento e inteligência. Assim sendo, foram separados, além das seis bases, tópicos iniciais que merecem toda atenção, conforme dispostos abaixo:

- Aviso importante;
- Emoção positiva e negativa;
- Raiva benéfica;
- Medo também é importante;
- Entendendo a raiva;
- Como se dá o medo;
- Características da tristeza;
- Alegria e fatores hormonais;
- Nojo também é uma emoção;
- Surpresa é emocional.

!] Aviso importante: utilize um caderno ou mesmo uma folha avulsa para anotar os principais pontos desta aula, pois todo conteúdo é cumulativo e necessário à compreensão do método e aplicação dele cotidianamente.

Vibração e Emoção

O Poder do Emocional - Aula 05

As emoções não são somente decorrências que interagem internamente no próprio sistema. Elas vão além, atravessando o próprio ser quando atingem o âmbito externo. Justamente por tal informação é que a compreensão emocional é a chave de inúmeros problemas no século XXI, conforme será verificado nos tópicos a seguir:

- Atraímos assim como imãs;
- Estudo de caso: problemas com ansiedade;
- Ansiedade advindo da base medo;
- Medo como prisão;
- Neurônios e sinapses;
- Relaxamento e estresse;
- Tudo está no comando;
- O hormônio dopamina.

Controle Emocional: Falso Conceito

O Poder do Emocional - Aula 06

Quando as emoções são abordadas, geralmente o primeiro impulso é justamente de controle, embora isso seja apenas o passo inicial para ignorar **O Poder do Emocional** e deixar de usufruir de um método capaz de fazer o indivíduo transitar de estados indesejados para aqueles mais desejados, segundo os tópicos colocados:

- Controle emocional;
- Danos ao controlar as emoções;
- Compreensão da emoção é a chave;
- O vínculo entre o físico e o emocional.

Gratidão Consciente: Verdadeiro Conceito

O Poder do Emocional - Aula 07

Como visto, controlar as emoções é o caminho contrário à compreensão de **O Poder do Emocional**, sendo, como dito, falso conceito. Nesta última aula você além de notar como de fato acontece a Gratidão Consciente, poderá praticá-la utilizando uma ferramenta exclusiva para assinantes da **NAÇÃO EMPREENDEDORA**. Dessa forma, seguimos aos tópicos:

- Revisão rápida dos assuntos anteriores;
- Aprendendo com as emoções;
- Transmutando através do aprendizado;
- Questionamento como gerador de dopamina.

Caderno da Gratidão: através de 21 dias, realizando exercícios práticos, transmute suas emoções saindo de estados indesejados, vivendo plenamente aquilo que você realmente merece viver conscientemente.

!] Lembre-se: começamos uma jornada na **NAÇÃO EMPREENDEDORA**. Neste curso, localizado naquilo que chamamos por **Distrito Mental**, podemos perceber

como é **O Poder do Mental** através de conceitos básicos, porém, indispensáveis à transmutação de onde você está para onde quer chegar. Aguardo-te no próximo curso.