



LAURA MARIA COJOCARU
TRAINER NLP

Cabinet Individual de Psihoterapie și
Training NLP Maria-Laura Cojocaru
Bd-ul Stirbei Vodă 7A, Craiova, Dolj
C.U.I.: 22441148
Tel.: 0725161169
www.lauramariacojocaru.ro

25.09.2017

COMUNICAT DE PRESĂ

Atunci când dragostea începe să “vadă”, abia atunci începe relația

Așa cum fiecare om parcurge un anumit proces de maturizare în ceea ce privește capacitatea lui de a iubi, la fel și un cuplu parcurge anumite etape. La început, partenerii sunt în starea de îndrăgostire bazată în principal pe aspectul erotic. Când efervescentă energiilor erotice se mai liniștește, abia atunci cei doi au posibilitatea să se vadă așa cum sunt în realitate și atunci este momentul mării decizii: continuă împreună sau separat?

În opinia psihologului Laura Maria Cojocaru, fondatorul [Institutului de Neuro-Programare Lingvistică Somato-Integrativă \(INLPSI\)](#), putem vorbi de termenul de “relație” abia după ce cuplul a depășit etapă “iubirea e oarbă”, în care ajunge să cunoască dragostea dincolo de sex și să-și iubească partenerul pentru ceea ce este el cu adevărat. “Pentru ca o relație să dureze, este vital ca partenerul să știe că e iubit. Indiferent de natura gesturilor de afecțiune: mângâieri, declarații, daruri, servicii, timp acordat, dovezile de iubire într-un cuplu hrănesc iubirea și o intensifică aducând o atmosferă de încredere reciprocă, fundamentală într-o relație. Prin dovezile de iubire, recunoști în celălalt iubirea pe care o simți și devii mai atent la sentimentele și nevoile partenerului, lucru ce dă cuplului mai multă energie și bucurie”, explică psihologul Laura Maria Cojocaru.

Nefericirea vine de la lipsă de exprimare a sentimentelor

În cuplurile unde oamenii nu-și exprimă sentimentele din diverse motive – sunt persoane cu firi mai reci, mai rezervate, văd exprimarea sentimentelor ca pe o slăbiciune de caracter, le este teamă că sentimentul nu este reciproc, nu au primit un exemplu din familiile



lor despre cum să-și exprime sentimentele, etc. – ambii parteneri sunt nefericiți, uneori ajungând până la tulburări psihice serioase, crede specialistul.

“Foarte des oamenii evită să-și exprime sentimentele pentru a nu primi un refuz, luând lipsa unui “da” hotărât ca pe o înfrângere. Nu întotdeauna acest fapt este adevărat. Momentele de tensiune sentimentală nu se produc întotdeauna în același timp la ambii parteneri. Fiecare din noi avem momente noastre de vârf și altele de cădere. Dacă declarația de iubire survine într-un moment în care tensiunea sentimentală este mai scăzută, răspunsul ar suna fals. La fel de adevărat este că există și un nivel optim pentru ca declarațiile și dovezile de iubire să vină în același timp de la ambii parteneri. Învățând să te ascuți pe tine, vei învăța să-l ascuți și pe celălalt și, astfel, vei putea simți aceste momente și vă veți putea bucura împreună de ele”, este de părere psihologul Laura Maria Cojocaru.

Unele persoane își exprimă mai greu sentimentele

De asemenea, există cupluri în care numai unul dintre parteneri își exprimă în mod constant sentimentele, fără a primi un răspuns pe care să-l înțeleagă ca dovadă de iubire de la celălalt. După o anumită perioadă de timp, mai scurtă sau mai lungă, în funcție de fiecare, acea persoană va avea senzația că investiția ei sentimentală nu are nici un sens, că se pierde în gol. Așteptând de fiecare dată un răspuns care întârzie să vină, apare o stare de insatisfacție care se transformă adesea în depresie pentru persoană în cauza și care, de cele mai multe ori, duce la rupturi.

“Cu siguranță că nu este indicat să cădem în extreme și să-l sufocăm pe celălalt cu “atenția” noastră. Este bine ca fiecare dintre parteneri să aibă suficient spațiu pentru a fi el însuși și a împărtăși iubirea atunci când și cum simte s-o facă. E bine să-i lăsăm timp și spațiu să vină și el/ea spre noi cu gesturile de afecțiune pe care le dorim și de care avem nevoie. Iubirea începe în pași de tango, unul dintre parteneri inițiază, celălalt primește, apoi inițiază la rândul său. Există tendința ca noi să așteptăm de la partenerii noștri de viață mai multe dovezi de iubire, mai multă afecțiune, înțelegere, sinceritate, respect, apreciere decât suntem noi capabili să oferim”, afirmă psihologul Laura Maria Cojocaru.



**Cabinet Individual de Psihoterapie și
Training NLP Maria-Laura Cojocaru**
Bd-ul Stirbei Vodă 7A, Craiova, Dolj
C.U.I.: 22441148
Tel.: 0725161169
www.lauramariacojocaru.ro

Oamenii își manifestă iubirea în moduri diferite

Inconștient, ceea ce oferim este ceea ce ne-am dori să ni se ofere, dar este posibil să fie într-o doză mai mică decât cea pe care o cerem. E bine să ne amintim că celălalt este posibil să-și manifeste iubirea într-un mod diferit față de al nostru și că, în aceste cazuri, este foarte importantă comunicarea sinceră și deschisă.

“Odată cu trecerea timpului, dinamica unui cuplu se modifică, partenerii pot stabili alte ritualuri de tandrețe și afecțiune, pentru a-și comunica dragostea, însă este important să o facă. Abia atunci când iubirea ne face să ne transformăm pe noi înșine în bine, atunci când putem oferi celuilalt un suflet curat, abia atunci relația de cuplu atinge deplinătatea ei, pentru că bucuria pe care o aducem celuilalt se va reflecta în noi și ne vom bucura împreună cu el”, conchide psihologul Laura Maria Cojocaru.

Laura-Maria Cojocaru, președinte și fondator al Institutului de Neuro-Programare Lingvistică Somato-Integrativă (INLPSI) și președinte și fondator al Asociației "Generația Iubire" este Psihoterapeut și Trainer în Programare Neuro-Lingvistică. A studiat natura minții umane urmând 7 formări profesionale cu abordări diferite - psihoterapie integrativă, hipnoză clinică, relaxare și psihoterapie ericksoniană, psihoterapie de cuplu și familie, psihologie clinică, neuro-programare lingvistică, terapii florale Bach, consultant Panorama Socială. De peste 8 ani ghidează oamenii atât în ședințe individuale cât și de grup și organizează cursuri și traininguri în România, cu scopul de a-i face pe oameni să-și acceseze și utilizeze la potențial maxim resursele interioare.

Persoane de contact

Laura-Maria Cojocaru Psihoterapeut &
Trainer NLP si INLPSI
Tel. 0725161169

e-mail: psih_lauramaria@yahoo.com
<http://www.consiliere-psihoterapie.info/>
<http://inlpsi.ro/>

Transmite,
Dr. Tănase Taseu
Director General
Plus Communication



LAURA MARIA COJOCARU
TRAINER NLP

**Cabinet Individual de Psihoterapie și
Training NLP Maria-Laura Cojocaru**

Bd-ul Stirbei Vodă 7A, Craiova, Dolj

C.U.I.: 22441148

Tel.: 0725161169

www.lauramariacojocaru.ro

<https://www.lauramariacojocaru.ro/>

