



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

22.03.2017

COMUNICAT DE PRESĂ

Cum ne afectează “fixiștii” viața?

Este cunoscut faptul că persoana cea mai flexibilă controlează întreg sistemul. În fapt, flexibilitatea este valoarea pe care omul a împrumutat-o de la natură, și care ne-a ajutat în decursul istoriei să evoluăm. Atunci când am fost rigizi și fixiști, istoria s-a oprit în loc și a atras după sine catastrofe.

În opinia psihologului Laura Maria Cojocaru, manifestăm flexibilitate atunci când dăm voie schimbării să se producă și ne folosim creativitatea pentru a găsi o modalitate de schimbare potrivită atât nouă, cât și persoanelor din cadrul sistemului. “Flexibilitatea este o formă a inteligenței care produce efecte benefice asupra societății și ne dă voie să vedem situația și din perspectiva oamenilor din jurul nostru. Dacă EU mă schimb și-ți dăruiesc alt comportament, alt tip de gândire și emoții diferite, TU îmi răspunzi diferit față de trecut, deci și TU te schimbi! Dacă ceea ce schimb și dăruiesc EU este benefic pentru creștere și învățare, EU mă schimb în bine, TU te schimbi în bine, deci creștem, învățăm, evoluăm și sistemul în sine devine mai performant și mai plin de resurse”, afirmă specialistul în programarea neurolingvistică Laura Maria Cojocaru.

Totodată, efectul “benefic pentru creștere și învățare” nu este întotdeauna plăcut pentru persoanele din jurul nostru, deoarece îi vom scoate din zona lor de confort și astfel riscăm să îi supărăm. Chiar și așa, pe termen lung, această schimbare va fi benefică pentru toți cei implicați în proces, iar acestea vor conștientiza că așa-zisa zonă de confort era, în fapt, un lucru perimat, care nu se potrivește cu noile cerințe, deci nefuncțional. “Este de dorit să rămânem în atenție cu persoanele inflexibile, indiferent de domeniul în care le întâlnim și indiferent de rolul pe care-l joacă în viața noastră; asta deoarece vor face tot ce pot ca să ne



țină pe loc, să ne pună bariere pentru a ne opri din creștere, învățare și evoluție. Sunt persoane care o fac conștient, din cauza propriilor frustrări interioare nerezolvate, deoarece propria suferință te împiedică să poți fi îngăduitor, darnic, iubitor, flexibil. Totodată, sunt și persoane care o fac înconștient, de exemplu un părinte care crede că, dacă-și critică copilul, îl va motiva să exceleze, deoarece așa a fost și el crescut și nu-și dă voie să pună măcar la îndoială validitatea acestei metode”, explică psihologul.

Cum recunoaștem persoanele inflexibile? De obicei ele sunt:

1. Persoanele care merg pe ideea că "așa se face!"
2. Persoanele care spun "nu e bine" fără să-ți arate, prin propriul exemplu, cum e "binele" la care se referă ei.
3. Persoane care spun "nu știu", fără să facă un lucru concret pentru a învăța și exersa noi aptitudini.
4. Persoane care spun "nu pot", fără să facă un lucru concret legat de aspectul respectiv.
5. Persoanele care spun, "în glumă", că s-au săturat de reguli "politically correct" pentru a-ți crea intenționat senzația că sunt flexibile.

“De câte ori ați auzit persoane care să spună “se face ca mine, pentru că așa zic eu”? De câte ori ați auzit “nu e bine”, fără să vi se explice de ce, “nu știu/nu pot”, fără să facă un lucru concret în acest sens? De nenumărate ori. În fapt, acele persoane recurg la argumente iraționale deoarece nu au o bază concretă pentru argumentarea deciziei. Vor invoca scuze ca profesionalism, eficiență, tradiție, modele ș.a. pentru a-și justifica rigiditatea și lipsa de dorință de a face lucrurile și altfel, de a învăța și promova noi modele, de a evolua. Cum facem diferența între realitate (chiar e bine să facem “așa”) și scuzele care maschează adeseori incompetența celuilalt de a evolua? Este destul de ușor, deoarece, de obicei cei care invocă scuze “principiale” sunt primii care le-au încălcat în viața lor și le încalcă în continuare, chiar în timp ce le invocă. Sunt acele persoane care încalcă exact “regulile” prin



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

care decid ei că TU nu "corespunzi"! Este de ajutor să observăm și să analizăm faptele lor, nu vorbele", declară psihologul Laura Maria Cojocaru.

Laura-Maria Cojocaru, *președinte și fondator al Asociației "Generația Iubire", este psihoterapeut și trainer în programare neuro-lingvistică. A studiat natura minții umane urmând 6 formări profesionale cu abordări diferite - psihoterapie integrativă, hipnoză clinică, relaxare și psihoterapie ericksoniană, psihoterapie de cuplu și familie, psihologie clinică, neuro-programare lingvistică și terapii florale Bach. De peste 7 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

Telefon: 0725161169

E-mail: psih_lauramaria@yahoo.com

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

<http://www.consiliere-psihoterapie.info/>

Transmite,
Dr. Tănase Taseu
Director General
Plus Communication

