



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

06.08.2018

COMUNICAT DE PRESĂ

Explicațiile psihologului Laura Maria Cojocaru

De ce suntem posesivi?

Una dintre nevoile primordiale ale omului este nevoia de libertate. Libertatea înseamnă posibilitatea de a acționa în mod conștient după propria voință sau dorință, posibilitatea de a avea o opinie proprie și de a o exprima, posibilitatea de a alege. Din punct de vedere social, este de dorit ca libertatea personală să întâlnească libertatea celor din jur, astfel încât să n-o îngrădească.

Omul se naște având dreptul la libertate, iar instituțiile europene și mondiale (precum C.E.D.O.) promovează și apără aceste drepturi și condamnă statele care nu le respectă. Cu cât suntem mai conștienți de acest drept, cu atât reacția este de mai mare amploare atunci când ne simțim îngrădiți, când simțim că ne este anulat acest drept firesc.

În opinia renumitului psiholog Laura Maria Cojocaru, cu cât îngrădirea este simțită ca fiind mai puternică și mai de durată, cu atât dorința de a “ieși” devine mai mare, iar tendința de a îngrădi libertatea celuilalt apare în mai toate relațiile vieții: copil-părinte, partener-parteneră, prieten-prieten, șef-subaltern, ș.a.m.d.

“În relația copil-părinte apare adesea confuzia între a educa și “a ști” ce este bine pentru copil. Sigur că experiența de viața ne îndreptățește să cunoaștem anumite lucruri, însă le cunoaștem prin propria noastră percepție și ca având un anumit rol la momentul respectiv și în contextul respectiv. A avea experiență nu presupune a trasa copilului un drum cum credem noi ca părinți că este bine ci a susține un drum așa cum își dorește copilul și astfel încât să-i permită să-și dezvolte cu adevărat capacitățile native. A educa înseamnă a sprijini, a iubi, a proteja, a învăța oferind un exemplu pozitiv și coerent, păstrând concordanța vorbelor cu faptele, a încuraja asumarea responsabilității prin luarea propriilor decizii, a-l ajuta să se descurce singur în viață atunci când va fi nevoie”, declară [psihologul Laura Maria Cojocaru](http://www.psihologul Laura Maria Cojocaru), președinte și fondator al Institutului de Neuro-Programare Lingvistică Somato-Integrativă (INLPSI).



Mai mult, potrivit specialistului, tendința de a minimaliza sau chiar de a anula libertatea celuilalt, odată trăită în copilărie în relația cu părinții, îi face pe oameni să o considere ca pe o acțiune firească, ducând mai departe acest comportament în relația de cuplu și nu numai.

“Deoarece nici gelozia și nici posesivitatea nu reprezintă măsuri ale iubirii, în cuplu, a respecta libertatea celuilalt înseamnă a-l iubi cu adevărat și totodată a ști că celălalt te iubește cu adevărat așa cum ești și pentru ceea ce ești. De cele mai multe ori, atunci când partenerul/a intră într-o altă relație apare credința că gelozia voastră s-a dovedit a fi justificată. În realitate, tocmai gelozia a generat nevoia celuilalt de a-și recăpăta și afirma dreptul la libertate, nevoia celuilalt de a se regăsi într-o relație cu cineva cu care poate fi el/ea însuși/însăși”, afirmă psihoterapeutul Laura Maria Cojocaru.

De ce apare posesivitatea și încercarea de limitare a libertății celuilalt?

1. Lipsa de încredere în propria persoană

Persoanele care nu se cred suficient de bune, frumoase, inteligente, capabile etc., sunt predispuse la un comportament posesiv. “Cum ajung astfel de persoane să aibă o încredere scăzută în propria persoană este un subiect destul de vast, însă acest proces începe de cele mai multe ori chiar din perioada copilăriei, în momentele în care copilului de atunci i-au fost subliniate mai degrabă situațiile în care nu a făcut ceva, decât să-i fie evidențiate, apreciate și recunoscute părțile bune și reușitele. Conștientizând că părerea celorlalți nu este întotdeauna cel mai bun instrument de măsură al adevăratei voastre valori, puteți învăța în timp să vă creșteți încrederea în voi și să renunțați la a mai căuta valorizarea personală prin îngrădirea celorlalți. Mai ales că acest gen de valorizare este unul iluzoriu”, explică psihologul.

2. Frica

Fie că e vorba de maturizarea și detașarea firească a copilului față de părinți, fie că e vorba de “pierderea” unui partener, credința falsă că dacă acea persoană iese din viața voastră, voi nu vă mai puteți bucura de viață, sau poate de împlinirea unor nevoi, unor dorințe, creează teamă.

“Odată cu apariția sentimentului proprietății apare și frica, frica de a nu pierde lucrul respectiv care ne place foarte mult. Teama pentru ziua de mâine determină oamenii să se agațe de cei din jur ajungând să le anuleze libertatea. Făcând acest lucru nu mai trăiesc bucuria zilei prezente și reușesc să aducă în viața lor exact lucrul care-i sperie cel mai mult, adică îndepărtarea persoanei iubite/simpatizate/dorite. Teama prezentă pentru o eventuală

suferință de mâine determină de fapt persoana să trăiască în prezent suferința imaginară de care se teme”, este de părere psihologul Laura Maria Cojocaru.

3. Nevoi neîmplinite

Fiecare persoană are nevoie de iubire, înțelegere, apreciere, respect, recunoaștere, comunicare. Cu cât aceste lucruri au lipsit în copilărie, cu atât nevoia este mai mare. Această lipsă determină “agățarea” de cei din jur care sunt capabili să împlinească aceste nevoi.

“Cu cât încercați să posedați mai mult o altă persoană, cu atât mai mult ea va încerca să devină mai independentă. Tentativa de posesiune nu poate aduce decât suferință de ambele părți, deoarece anularea libertății celuilalt nu reușește într-un final decât să îndepărteze persoana pe care o iubiți. A reduce o ființă vie la statutul de obiect este un act împotriva firii. Lucrurile, obiectele pot fi posedate, ființele nu pot fi posedate. Poți poseda un obiect, însă acel obiect nu te poate iubi! Posesivitatea transformă ființa îngrădită în sclav. Un sclav nu te poate iubi! Nu poți fi iubit decât de către o persoană liberă, căreia alegi să-i respecti libertatea și unicitatea. Viața nu poate fi posedată ci doar trăită! O persoană nu poate fi posedată ci doar iubită! Cu o altă persoană putem trăi doar o stare de comuniune și de împărtășire cu aceasta a frumuseții din adâncul ființei noastre. Atunci când fiecare dintre voi, în relație, indiferent de genul relației, simte că este înțeles, apreciat, acceptat așa cum este, simte că poate fi ceea ce este fără să i se reproșeze acest lucru, atunci sunteți pe drumul cel bun, atunci trăiți cu adevărat iubirea”, conchide [psihologul Laura Maria Cojocaru](http://www.psihologul.com), președinte și fondator al Institutului de Neuro-Programare Lingvistică Somato-Integrativă (INLPSI).

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

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

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

