



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

22.02.2017

COMUNICAT DE PRESĂ

Ce spune fiecare parte a capului despre sănătatea noastră?

Capul este partea a corpului care ne diferențiază cel mai mult de restul oamenilor și are legătură cu ceea ce “știu că sunt”, “vreau să fiu”, “aleg să cred despre viață”. Deoarece este unitatea noastră centrală, care coordonează toate celelalte părți ale corpului, orice dificultate fiziologică apărută la cap – fie ea o banală durere sau o boala gravă – este un semnal de alarmă privind faptul că ne simțim “atacată” individualitatea.

În opinia psihologului Laura Maria Cojocaru, atunci când percepem o amenințare – reală sau imaginară – îndreptată către valorile și principiile noastră de viață, reacția produsă de cap este de cele mai multe ori ofensivă. “Ofensiva capului asupra situației ia multe forme, dar cele mai frecvente sunt: neacceptarea unei persoane sau situații, a propriilor nevoi, dorințe, pulsioni, rezistența la o schimbare exterioară sau interioară, inflexibilitatea în privința schimbărilor unor principii de gândire și comportament sau refuzul de a învăța lucruri noi sau într-un mod diferit. În oricare din aceste cazuri, capul nostru opune rezistență, iar toată energia folosită și efortul depus epuizează întreg corpul și apare durerea fizică”, afirmă psihologul Cojocaru.

Dacă analizăm specific fiecare parte componentă a capului, putem deveni mai conștienți asupra tipului de rezistentă psiho-emotională pe care l-am dezvoltat.

1. **Părul.** “Din punct de vedere psiho-emoțional, acesta vorbește despre forța noastră interioară. Atunci când simțim că nu avem suficientă forță pentru schimbare, sau, din contră, când utilizăm prea multă forță pentru a ne opune schimbării, părul nostru este cel care are de suferit. Când nu ne simțim bine, putem observa că și părul nostru nu ne stă bine, la fel cum dacă avem o stare foarte bună fizică și psihică, părul nostru strălucește”, afirmă psihologul Laura Maria Cojocaru.
2. **Ochii.** “Ochii, pe care îi mai numim deloc neîntâmplător “oglinda sufletului”, sunt în strânsă legătură cu părerea noastră despre viață (cum “vedem” viața). Spre exemplu, o deficiență de vedere la distanță ne poate arăta o rezistență la a vedea lucrurile dintr-o postură de perspectivă, de detașare emoțională. O deficiență de vedere la apropiere



ne poate arăta o rezistență în a vedea detaliile unei situații, uneori necesare pentru a găsi rezolvare”, afirmă specialistul.

3. **Nasul.** „Acest organ are legătură cu instinctul nostru, cu capacitatea de a simți ("a mirosi") persoane, situații, decizii potrivite sau nu, pentru noi. O problemă fiziologică în această zonă poate arăta faptul că refuzăm să ne ascultăm instinctul care vine din acea parte a creierului nostru (subconștient și inconștient) care deține toată informația despre noi, deci clar e mai "deșteaptă" și știe ce ni se potrivește cu adevărat”, crede psihologul.
4. **Urechile.** „Urechile noastre au legătură, în mod evident, cu o rezistență la ceea ce "auzim" prea mult sau prea puțin și alegem să credem. Au legătură cu lucrurile la care "plecăm urechea", deci cu înțelepciunea noastră interioară și cu rezistența la posibilitatea unui alt tip de informație sau de interpretare a ei”, declară Laura Maria Cojocaru.
5. **Gura.** „Partea superioară a gurii (atât în privința buzelor cât și a dinților) este legată de partea noastră feminină (atenția la detalii, creativitate, capacitatea de a construi visuri de viitor, empatie), iar cea inferioară este legată de partea masculină a ființei noastre (capacitatea de a analiza, decide și acționa pentru îndeplinirea visurilor). De multe ori o afecțiune în această zonă arată o dificultate în a manifesta în echilibru ambele aspecte ale ființei noastre”, consideră cunoscutul psiholog și trainer NLP, Laura Maria Cojocaru.
6. **Dinții.** În mod specific, dinții au legătură cu capacitatea de a lua decizii, deci o dificultate în această zonă poate evidenția 2 aspecte: 1) ori manifestăm mai mult partea noastră masculină, ne-am obișnuit ca zi de zi să ne cramponăm mai mult în "a face" și avem tendința să renunțăm la a "visa" (a ne permite să ne dorim mai mult de la viață) lucruri noi în legătură cu ființa și viața noastră și 2) ori manifestăm mai mult partea noastră feminină și rămânem blocați în visurile de viitor fără a face acțiunile concrete și fără a ne asuma răbdarea, timpul și minimul de efort necesar împlinirii lor.

Ce este de făcut atunci când apar afecțiuni, dificultăți, neplăceri în zona capului?

1. În primul rând, un control medical este important pentru a liniști mintea în privința temerilor legate de gravitatea situației și, în al doilea rând, pentru a putea trata corect ceea ce s-a manifestat deja în planul fizic, atunci când este necesar acest lucru.
2. Sinceritatea personală, acceptarea repetării unui mod de gândire defectuos și schimbarea acestuia (prin psihoterapie, neuro-programare-lingvistică, gândire pozitivă în general).



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

3. Lucrul cu corpul fizic pentru a elibera din "amintirea" acestuia emoțiile nepotrivite care au fost stocate (prin tehnici de somatoterapie, relaxare, meditație, și orice altă metodă care permite lucrul direct cu corpul fizic).

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

