

LAURA ROJAS MARCOS

Conferenciante, Mindfulness, Psicóloga



Laura Rojas-Marcos (Nueva York, 1970) es una de las psicólogas más reconocidas de nuestro país. Tras una estancia en París para estudiar Humanidades en la Universidad de la Sorbona de París, en 1989 regresó a Nueva York, donde se licenció en Psicología y cursó el Master en Psicología por la Universidad Albert Einstein de Yeshiva.

Trabajó en el Hospital Bellevue de la Universidad de Nueva York, en el Instituto de Familia Puertorriqueña y en el Proyecto Renovación. Tras los atentados de las Torres Gemelas fue voluntaria de apoyo para la Cruz Roja y colaboró en el Proyecto Libertad, un programa creado por el Gobierno federal estadounidense para ofrecer asistencia psicológica a las víctimas del atentado del 11-S.

"A veces no puedes desactivar al tóxico porque vive o trabaja contigo. Intenta tomar distancia emocional"

Temática

#familia #cambio #culpa
#aptitud
#crecimiento personal
#comunicación
#autoconocimiento
#autoliderazgo #equilibrio
#salud emocional
#superación #gestión de la adversidad

Conferencia

La adaptación a los cambios
El reto de salir de la zona de confort
Relaciones familiares
Relaciones tóxicas
Emociones
Conocerse a uno mismo

Libros

Desde 2002 reside en Madrid donde trabajó como coordinadora del programa "La Vida es Cambio. El Cambio es Vida" en la Fundación la Caixa hasta diciembre de 2006. En la actualidad mantiene una consulta privada de psicología y colabora con instituciones dedicadas a diversos temas sociales y de salud mental. Además de ser psicóloga en la Universidad de Nueva York.

Laura ha seguido el camino profesional de su padre, el Doctor Luis Rojas-Marcos, con el que mantiene una magnífica relación y del que sigue aprendiendo.

Es experta en los temas relacionados con la mente humana y sus emociones. Divulgadora en medios y autora de varios libros.

Laura mantiene que "somos cambio", a lo largo de la vida afrontamos infinitos retos y nos adaptamos a ellos con mayor o menor dificultad. Unos son positivos y otros negativos ¿Por qué sentimos incertidumbre y ansiedad ante una experiencia nueva? ¿Es posible liberar este estrés? ¿Somos asertivos o tendemos a atrincherarnos en nosotros mismos? ¿Afrontamos las cosas con proactividad o nos refugiamos en un estado pasivo? ¿Somos creativos a la hora de adaptarnos a las novedades? ¿Es el aburrimiento una forma de no actuar?

Excelente oradora, en sus conferencias Laura Rojas- Marcos sabe comunicar con claridad el mensaje que quiere transmitir a su audiencia. Le gusta hablar sobre las formas de afrontar la adversidad, defiende la fortaleza, el cambio y la serenidad desde un prisma positivo y realista

Contacto y contratación:

Tel: 686 04 41 46

sanchez.arman@helpersconsulting.com