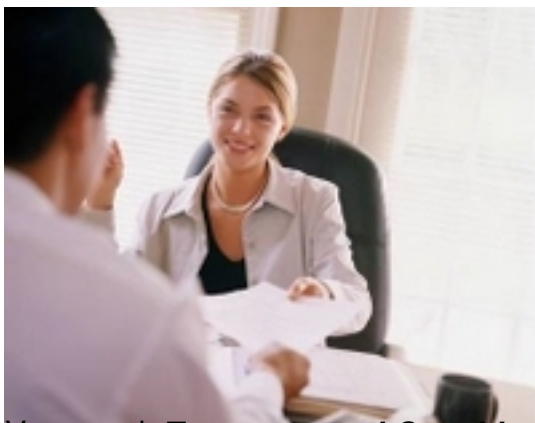


Na podlagi več kot desetletnih izkušenj pri vodenju humanistične psihoterapije je Edmond Cigale, integriral določene elemente humanistične, kognitivne in transpersonalne psihologije v novo metodo, **Transpersonal Cognitive Therapy** (v nadaljevanju **TCT®**).

Moderna kognitivna psihologija nam ponuja zanimivo razlago dojemanja oz. doživljanja nas samih, drugih in sveta v katerem živimo.

Inteligentna bitja ne zaznavamo življenja direktno temveč le na podlagi mentalnih predstav. Vedno torej obstaja dvojnost v procesu zaznavanja: objekt in subjektivna zaznava le-tega. Vse, prav vse, kar smo, kar vemo in kar doživljamo torej temelji na teh notranjih mentalnih predstavah, t.i. prepričanjih oz. mentalnih vzorcih.

Vzroki za katere koli težave na katerem koli področju človeškega bivanja se tako lahko nahajajo v nas samih in sicer v obliki mentalnih (umskih, miselnih) vzorcev. Ti vzorci so lahko tako globoko v podzavesti, podkrepljeni s čustvenimi stanji, da jih je zelo težko locirati, še težje pa odstraniti.



[Več o razvoju metode >>>](#)