

Razvoj metode



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

Edini cilj **TCT®** je pomoč pri doseganju večje izpolnjenosti in notranje sreče osebe, na tistih področjih osebnega, poslovnega, intimnega ter tudi duhovnega življenja, ki si jih sama izbere. Spoštovanje integritete in svobodne izbire osebe je absolutno.

Izkušnje in tudi raziskave so pokazale, da analiziranje, intelektualiziranje, postavljanje diagnoz in nudenje dokončnih rešitev za trenutne težave v življenju oseb, ne omogočajo temeljitega in dolgotrajnega napredka. Zato samo srž metode **TCT®** tvori humanistično pojmovanje človeške psihe. V kombinaciji z osnovami kognitivne in določenimi vidiki transpersonalne psihologije je mehansko in meseno dožemanje človeške zavesti tako preseženo v samih temeljih.

Več o metodi TCT® spodaj.

Bistvo metode TCT®:

- natančno delo na odstranjevanju nekonstruktivnih vzorcev vedenja, seveda popolnoma v skladu s svobodno voljo osebe,
- dosledno odstranjevanje negativnih čustvenih stanj, prav tako v skladu s svobodno voljo osebe,
- pomoč pri aktualizaciji (večji in globji stik) pristnejših čustev, želja in ciljev osebe, v skladu z njeno svobodo izbire,
- podpora pri realizaciji tistih osebnih ciljev v življenju osebe, ki se zdijo pomembne zanjo,
- odločna prizemljenost dela in pristen stik med terapevtom in stranko,
- varno okolje, v katerem se lahko oseba res odpre in sooči s svojimi željami, avtentičnimi cilji in hrepenenji.

Pri TCT® je oseba aktivno vključena v sam proces terapije in napredka. Napredek osebe izven seanse je odvisen od njene angažiranosti in pripravljenosti na življenje v globjem stiki same s sabo, svetom in drugimi. Eden izmed globalnih ciljev metode TCT® je tako pomoč pri doseganju globjega, bolj avtentičnega življenja osebe.

TCT® tako nosi pečat humanistične psihologije, ki voljno zagovarja optimističen in pristen pristop k napredku osebe na katerem koli področju življenja.

Kaj TCT® ne zajema?

- neosebne obdelave abstraktnih energij,
- kakršne koli analize osebnosti,
- podajanja relativnih in/ali dokončnih rešitev, nasvetov,
- dela z astralnimi entitetami, duhovi, umrlimi itd...
- new-age pristopa k napredku,
- analitično - akademskega pristopa k napredku,
- psihiatričnega ali medicinsko kliničnega pristopa k napredku,
- energijskega pristopa in
- kakršnega koli vplivanja na odločitve osebe.

Glede na to, da lahko iz Class II theta stanja zavesti in transpersonalnega stika kadar koli in komur koli (v skladu z njegovo/njeno svobodno voljo) zamenjamo kateri koli vzorec v umu in

katero koli čustveno stanje, je **TCT®** prava revolucionarna metoda na področju (humanistične/transpersonalne) psihoterapije. Mukotržno prekladanje pozornosti med nasprotji v umu ali pa brezpredmetno in suhoparno analiziranje vsebine uma je tako preseženo v samih temeljih.

Edina omejitev učinkovitosti te metode (če odmislimo nevoljnost spreminjanja, napredovanja in življenja v globjem stiku osebe same s sabo, svetom in drugimi) je dvom in nezaupanje v višja stanja zavesti.

Če verjamete v obstoj višjih stanj zavesti in da vam lahko le-ta pomagajo, potem enostavno ni omejitev učinkovitosti metode TCT®.

[Osebna pričevanja strank >>](#)

[Individualne konsultacije >>](#)