

Do leta 2011 sem tako preučil veliko literature, spisane o telesu in načinih, kako izboljšati delovanje telesa ter odpraviti težave in neravnovesja v njem.

Šele pozneje, ko sem se začel poglobljati v možne vzroke za nezmožnost odprave bolečin, sem naletel na razlage delovanja telesa in uma v luči somatike Thomasa Hanne.

Klinično somatiko sem se učil pri Marthi Peterson in jo tudi uspešno zaključil, sočasno pa se izobraževal tudi pri drugih strokovnjakih s sorodnih področij. Somatski pogled na delovanje uma in telesa mi je postopoma omogočil najti boljše razlago za vzroke težav, ki so me pestile. Po drugi strani pa sem spoznal, kaj mi sporoča družina, ko me opozarja na neželene posledice mojih odločitev in dejanj.

Štiriletno učenje za učitelja klinične somatike mi je dalo dovolj širine in globine razumevanja somatike, da sem jo lahko uspešno uporabljal pri pomoči klientom, ki so iskali rešitev za kronične bolečine in bolezninske sklepe ter okostja. Več tisoč klientov, ki sem jih učil klinično somatiko, da bi razumeli, zakaj trpijo kronične bolečine, ter več tisoč aktivnih procesov z njimi so mi odprli možnost določanja, kaj pri klinični somatiki deluje, obenem pa odkrivati, kje ima klinična somatika pomanjkljivosti, ki onemogočajo celosten in dolgoročen vpliv prejetega znanja in občutenja na klienta za trajno odpravo kroničnih stanj. Sočasno z razvojem AEQ metode je potekal tudi razvoj procesov šolanja učiteljev AEQ metode.

Leta 2019 sem dovolj dobro preučil človeško dihanje, da sem lahko v drevo AEQ metode dodal novo vejo, tj. AEQ dihanje.

Iz razumevanja vloge čustvene zrelosti in učinkovitosti, ki se je začelo bistriti od leta 2017 ter dokončno dozorelo po uvedbi spletnih programov, sva z Vesno oblikovala AEQ odnose. Od takrat se namreč kaže vse večja potreba po primerni razlagi in učenju vloge odnosov v življenju. Namen je kliente naučiti, zakaj trenutni odnosi zanje niso zadovoljujoči in od kod izvirajo neprimerni vzorci, ki takšne odnose oblikujejo ter vzdržujejo, čeprav so zanje škodljivi in nepotrebni. AEQ tako vedno bolj pomaga pri urejanju odnosov med partnerjema, do staršev in otrok, navsezadnje tudi v poslovnem ali športnem svetu. Tako kot AEQ metoda in AEQ dihanje omogočata spremembo odnosa do sebe, AEQ odnosi omogočijo nadaljevanje urejanja ter povečujejo zmožnost imeti učinkovitejše in boljše odnose z drugimi.

Leta 2021 in 2022 smo izvajali znanstveno raziskavo o vplivu učenja AEQ metode na spletnih programih na kronične bolečine. V raziskavi je sodelovalo 749 udeležencev spletnih programov. Raziskava je pokazala statistično pomembno razliko v medicinsko nepojasnjenih stanjih (kroničnih bolečinah) pred udeležbo in po udeležbi v AEQ-programih. Torej v povprečju se zmanjša nivo kroničnih bolečin, kar je glavni cilj udeležencev, ki že dlje časa močno trpijo zaradi kroničnih bolečin. Učinek udeležbe na AEQ programih je viden po enem mesecu, treh mesecih, šestih mesecih kot tudi po devetih mesecih. Vse to, kar sva z Vesno razvila, je bilo potrjeno na objektivni in merljivi način. Enako dobre rezultate pa dosegajo tudi ostali učitelji AEQ metode v Sloveniji in na Hrvaškem.

AEQ sistem je postal dovolj razvit, urejen in stabilen, da se lahko postopoma širi tudi v tujino, saj je potreba po pristopu, ki lahko učinkovito razlaga in omogoča predvidljivo učinkovit vpliv

na kronična stanja, vse večja. Prav v to smer bo tudi najbolj usmerjen prihodnji razvoj AEQ pristopa. Vsekakor pa je možnosti izboljšanja vseh treh vej AEQ še obilo.

Obdobje po letu 2011 sem tako posvetil proučevanju somatskih pristopov in razmišljanj ter učenju klinične somatike. Vsemu temu sem dodal že naučeno znanje v povezavi s tem, kar sem trenutno spoznaval, obenem pa dodajal Vesnine poglede. Medtem sem bundo opazoval odzive in učinke pri klientih. Postopno sva krepila nov model razmišljanja, ki je z leti dozorel v celosten pristop. Poimenovala sva ga AEQ metoda (AEQitas). Čez čas sva spoznavala omejitve razlage, da je za kronična stanja odgovorna samo senzornomotorna amnezija, ob tem pa razvijala koncept čustvene zrelosti kot tiste vrednosti in sposobnosti, ki vpliva na vsa področja našega življenja, predvsem pa določa, kako bomo živeli.

Čustvena zrelost po AEQ metodi je vse bolj nazorno in uporabno razkrivala, na katerih področjih smo v redu in na katerih ne. Veliko lažje je razumeti, da na določenem področju nismo primerno čustveno zreli in učinkoviti, da bi lahko na njem rešili več problemov, kot pa jih ustvarili. Če tega ne zmoremo, smo v tem delu življenja vse bolj nemočni, kar nas sili v razvoj senzornomotorne amnezije, senzornomotorne odtujitve in senzornomotorne iluzije. Od več tisoč klientov, ki sem jih naučil AEQ metode, sem dobil potrditev koncepta, ki jim je brez izjem omogočil postopno odpravo kroničnih stanj. Toda to je uspelo le tistim, ki so zmogli odločenost, predanost in potrpežljivost, potrebno za postopno zavestno spremembo svojega vedenja, spoštuječ pravila, po katerih delujejo zavest, podzavest, avtonomni živčni sistem in telo.

Nadaljnji razvoj AEQ metode je narekovala korona, ki je tako rekoč čez noč korenito spremenila življenje velike večine ljudi. Takšni ekstremni dogodki vedno razkrijejo veliko več globine, kot jo je mogoče razkriti v normalnih časih. Prav korona je bila tista, ki je Vesni porodila idejo programov, vodenih prek spleta. Pred tem sem imel do vsega tega zelo velik odpor. Bil sem prepričan, da je za učenje AEQ metode nujno potreben osebni stik, zato učenju prek spleta nikoli nisem bil naklonjen. Sprememba odnosa do spletnega učenja je pri meni nastala v trenutku, ko sem zaradi zaprtja družbe izvajal vse več učenja prek spleta, ker drugih oblik ni bilo mogoče izvajati.

Tako sem moral spoznavati, razvijati in tudi sprejemati vse bolj učinkovit način dela s klienti, kar mi brez Vesnine pomoči, usmeritev in nasvetov ne bi povsem uspelo. Postopoma sem iz večurnih delavnic prešel na večtedenske vsakodnevne programe, ki so pri klientih povzročili do takrat največje premike. Kar nekaj mesecev sva potrebovala, da sva razvozlala, zakaj spletni programi veliko bolje pomagajo pri odpravi kroničnih stanj kot pristopi, ki sem jih za učenje AEQ metode uporabljal pred korono.