

Recensie: Peter Vermeulen

Pel de Trekker: **‘Autisme en een bijzonder bewustzijn. Hoe overprikkeling mijn leven bepaalt’**. Uitgeverij Kirjaboek, Hoogwoud, 2015. ISBN: 9789460082382 (Autisme Spectrum Stoornis (ASS)/Asperger/ED) Zie ook www.kirjaboek.nl

Soort boek/ziekte/stijl: Persoonlijke beschrijving hoe chronische overprikkeling het leven van Pel de Trekker bepaalt. Aantal pgs: 129.

Over de auteur: Over Pel de Trekker is niets bekend.

Beschrijving: In dit autobiografische boek gaat de schrijver op zoek naar zijn autisme – binnen het Autisme Spectrum Stoornissen (ASS) geldt Pel de Trekker als een Asperger - en tracht duidelijk te maken in hoeverre chronische overprikkeling zijn leven beïnvloedt. Na introductie van het onderwerp en het motief om dit boek te schrijven, wordt uitleg gegeven over de gehanteerde begrippen en komen vervolgens zijn persoonlijke ervaringen aan bod. De zelfrationalisaties en zelfanalyses hebben geen wetenschappelijke onderbouwing, toch probeert hij met zijn filosofisch-wetenschappelijke verhandeling bij te dragen aan een beter inzicht in geestesaandoeningen en als aanvulling op bestaande diagnoses en therapiën.

Wat viel op: Het boek heeft een schematische, soms bijna wetenschappelijke opzet, maar dat geeft Pel de Trekker juist voldoende ruimte om zijn persoonlijke bevindingen tot in detail te beschrijven en het komt de leesbaarheid ten goede. Hij aarzelt niet om inzichten aan zijn ervaringen te koppelen die filosofisch lijken maar, voor veel autisten en waarschijnlijk ook hooggevoelige mensen, herkenbaar zullen zijn. Sommige van die analyses of ervaringen zijn verbijsterend scherp en dwingen de lezer er nog eens goed over na te denken. In een aantal paragrafen wordt duidelijk gemaakt wat in zijn ogen de relatie is tussen bewustzijn en onderbewustzijn. Zijn visie op dit onderwerp is zo rijk, dat een deskundige zich nog wel eens op het achterhoofd zal krabben en zich afvragen waar hij het allemaal vandaan heeft. Pel de Trekker verstaat simpelweg de kunst van het gevoelig observeren. Iemand die zo goed kan omschrijven wat overprikkeling doet met zijn gedrag en levenswijze, draagt vast en zeker bij aan wetenschappelijk inzicht.

Het boek is zeker bestemd voor lezers die met chronische overprikkeling te kampen hebben. Het geeft géén tips of aanwijzingen in het geval van chronische overprikkeling, maar zijn ervaringen bieden veel stof tot nadenken. In een wereld waar het voor steeds meer mensen een probleem kan gaan worden, geven zijn beschouwingen de mogelijkheid om zicht te krijgen op de eigen situatie. Daarnaast is het voer voor diegenen die zich beroepsmatig met dit onderwerp bezig houden en iedereen die zich op een of andere manier aangetrokken voelt tot de relatie bewustzijn en onderbewustzijn. Een waardevol boek!

Citaten:

Pg. 35: ‘Het gevoel dat de schreeuwerige buitenwereld mijn hoofd probeert binnen te dringen is tot op de dag van vandaag van tijd tot tijd realiteit. Het betreft hier uitdrukkelijk geen verbeelding, fantasie of een psychose. Maar een concreet gevoel dat optreedt bij overprikkeling of een teveel aan impulsen.’

Pg. 41: ‘De samenhang tussen overprikkeling of een teveel aan impulsen enerzijds en het actief concentreren en focussen anderzijds staft mijn vermoeden, dat door middel van focussen de

scheiding tussen het bewustzijn en het onderbewustzijn tijdelijk wordt versterkt.'

Pg. 94: 'Mijn eerste twee therapeuten hingen de analytische psychotherapie aan. Een dergelijk staat mij inmiddels echter zwaar tegen, omdat het de mens en zijn beleving naar mijn gevoel niet centraal stelt. Het stelt daarentegen juist bepaalde vastomlijnde theorieën centraal. Sindsdien heb ik altijd hypnotherapeuten bezocht. Met name omdat ik bij hen het gevoel krijg dat zij de mens en zijn beleving centraal stellen en geen starre kapstokjes hanteren.'

Pg. 122: 'Ik denk dat veel niet-autistische lezers, als zij zich proberen in te leven in mijn situatie, een diep gevoel van eenzaamheid ervaren. Klopt dat? Nee, dan kan ik hen meteen gerust stellen. Op de een of andere manier associeer ik alleen zijn niet met eenzaamheid.'

Recensies:

Bol.com (Joepaa): 'Het boek geeft een leuke inkijk in het zeer rechtlijnige denken van deze hoogfunctionerend autist. Hij legt vanuit zijn eigen ervaringen uit wat hem in het leven prikkelt en overprikkelt en hoe hij zijn weg daarin gevonden heeft.'

Bol.com (Kroko515): 'Juist door een blik te krijgen in de beleving van de schrijver en wat autisme voor hem betekent, op een manier zonder complexe en verhullende terminologie, weet hij inzicht te verschaffen en hier en daar een glimlach op te roepen.'

Meer informatie:

www.kirjaboek.nl