

Buitengewoon Actieve Breinen

Buitengewoon Actieve Breinen

Margriet Pakvis- van As
Peter J. Pakvis

Auteurs: Margriet Pakvis- van As; Peter J. Pakvis

Co-auteur: Daniëlle Kick

Redacteur: Nicky Lambregts- Leidelmeyer

Coverontwerp: Loko Cartoons

Cartoons: Loko Cartoons

Overige illustraties: Peter J. Pakvis; Margriet Pakvis- van As

ISBN: 9789402161076

© 2017 M. Pakvis- van As; P. J. Pakvis; Loko Cartoons

Inhoud

Voorwoord.....	7
1 Een buitengewoon actief brein.....	9
2 De herkomst van het buitengewoon actieve brein	11
3 De vicieuze cirkel van hyperalertheid	15
4 Persoonlijk verhaal van Peter	20
5 Tussen de schapen	23
6 Doelbewust.....	25
7 De jager	27
8 Associatief denkers (en hun emoties)	30
9 Persoonlijk verhaal van Margriet	33
10 Helden en schurken	36
11 De duistere kant	40
12 Gelijkwaardig versus gelijksoortig.....	45
13 Een BAB in relaties.....	47
14 Zorgverleners met een BAB	51
15 Het belang van erkenning	54
16 Persoonlijk verhaal van Daniëlle	56
17 Activeren	58
18 Gedomesticeerd.....	60
19 Een bewust actief brein.....	62
Nawoord.....	64
Stichting Buitengewoon Actieve Breinen	68
Dankwoord.....	70
Bibliografie.....	71

Voorwoord

Het is een hele stap voor mij om voor dit boek een voorwoord te schrijven want het boek is een mijlpaal voor iedereen die eraan heeft meegewerkt. De grootste bijdrage en het meeste werk is gedaan door iemand die al jarenlang met een idee, of beter gezegd een verzameling ideeën, rondliep. Die om zich heen dingen verkeerd zag gaan bij zichzelf en bij anderen. Op sociaal-maatschappelijk vlak maar ook in relaties en bijvoorbeeld de ontwikkeling van kinderen. De verzameling ideeën vatte zij samen onder de noemer Lente 13, een organisatie die zich wilde inzetten voor het maatschappelijk herstel van mensen met psychische klachten. Maar de verzameling was nog niet af. De ingrediënten waren in huis maar de bereiding moest nog plaatsvinden. En het gereedschap, het benodigde materiaal, moest ook nog uitgezocht worden.

Ik ontmoette Margriet van As in 2013 tijdens een fotoshoot voor de illustratie van een boek. Daarvoor waren wij elkaar al op Twitter tegengekomen, twitterend over dezelfde zaken, vrijwel altijd met onze neuzen dezelfde kant op. Eerder dat jaar werd mij als bestuurslid van het toenmalige Impuls, belangenvereniging voor volwassenen met ADHD en aanverwante stoornissen, gevraagd wat mijn visie op Autisme Spectrum Stoornissen (ASS) was en welke connectie ik ermee had. Want de vereniging zou er ook voor volwassenen met ASS zijn. Ik verwoordde toen mijn verbinding met mensen met ASS in een blog. En in dat blog kwam ik op de verzamelnaam 'mensen met een Bovenmatig Actief Brein'. Niet voor het gemak maar om een handvat te krijgen om verder te gaan in het leven. Op het werk, in het gezin, op de sportclub, in (liefdes) relaties.

In de jaren dat Margriet en ik het idee van Lente 13 en de uiteindelijke benaming van Buitengewoon Actieve Breinen samen lieten smelten, ovenklaar maakten, kwam steeds een ding klip en klaar naar voren. Mensen met een diagnose ASS, ADHD, ADD, stemmingsstoornis, persoonlijkheidsstoornis en alle varianten en combinaties van genoemde zaken, willen uiteindelijk nog maar een

ding. En dat is verder met het leven. Een leven dat misschien opnieuw moet worden ingericht. Een leven dat een compleet andere wending neemt. Maar hoe dan ook een leven dat zo uniek ingericht, samengesteld en vormgegeven moet worden dat alleen zij, de eigenaren van dat leven, weten hoe het allemaal tot stand moet komen. Dat alleen zij de maatschappij kunnen leren hoe daarmee om te gaan om uiteindelijk een goed en tevreden leven op te bouwen in die maatschappij. En dat alleen al is voor alle betrokkenen de grootste stap die ze zullen maken in hun leven. Het erkennen van zichzelf als de grootste en enige deskundige van hun eigen leven.

Dit boek is geschreven door mensen die zichzelf als de grootste deskundigen van hun leven hebben gemaakt. We zijn er niet rijk mee geworden; zullen dat ook niet worden. Materialistisch rijk tenminste en dat is toch maar betrekkelijk. Geestelijk rijk zijn we wel geworden. Gewoon om datgene te doen waar we graag mee bezig zijn en waar we goed in zijn. En omdat we er zeker van zijn dat we meerdere mensen op weg kunnen helpen, hebben wij dit boek geschreven.

Peter J. Pakvis