

Nakladatelství EDIKA nám laskavě poskytlo k recenzi knihu americké autorky Jennifer Cook O´Toole [Tajná kniha pro aspergerý](#) s podtitulem [Jak zmáknout pravidla společenského chování](#). Jak už sám název napovídá, jedná se o průvodce a rádce pro osoby s diagnózou Aspergerův syndrom, kterým by kniha měla zábavnou formou pomoci dešifrovat společenská pravidla a dobře fungovat ve světě entýček (NT – neurotypik, člověk, který nemá žádné neurologické variace, v jehož mozku nejsou žádné odlišnosti od většiny populace).

Autorka se sice na začátku knihy obrací na „aspiky všech věkových kategorií“, ale ze zpracování, obrázků a použitého jazyka je zřejmé, že rady jsou zacílené především na děti a dospívající. Čím dříve se totiž „Aspéráček“ (jak autorka něžně nazývá své tři potomky s Aspergerovým syndromem) dozví o existenci „tajných“ pravidel, kterými se řídí neurotypická společnost, tím lépe pro něj. Na rozdíl od neurotypiků, kteří většinou chápou, přijímají, vytvářejí i dodržují společenská pravidla snadno, rychle, přirozeně a nenuceně, mají aspíci problém s pochopením i přijetím něčeho, co do jejich způsobu myšlení nezapadá a o čem nevědí, k čemu je to vlastně dobré. O některých nevyřčených pravidlech dokonce nemají ani tušení, zůstávají jim jaksi utajena. A to se Jennifer Cook O´Toole ve své [Tajné knize](#) pokouší napravit.

První knihu pravidel začala sepisovat bezprostředně po tom, co jí byl v dospělosti diagnostikován AS. Pozorovala „vzory lidského chování“ a dělala si poznámky. Pomáhalo jí to lépe se vyznat ve světě kolem sebe. A brzy po ní chtěly svůj vlastní exemplář i její děti. Protože Jennifer hovoří z vlastní protrpěné zkušenosti, dokáže velmi názorně vysvětlit, jaké výhody má, když se člověk v pravidlech společenského chování orientuje a co může následovat při jejich nedodržení. Obojí v knize demonstruje na konkrétních situacích z vlastního života a neváhá se podělit i o celou řadu trapasů. Jestli se pak čtenář bude jejími radami řídit, to ponechává autorka na jeho vlastním rozhodnutí. Dobře vycházet s ostatními totiž člověka na spektru autismu stojí mnohem víc úsilí, přemýšlení, plánování a přemáhání nežli neurotypika. Varování je ale jednoznačné: bez znalosti a pochopení pravidel, která zjednodušují společenské vztahy, člověk neustále tápe, naráží, mezi ostatní nezapadá, nechová se podle očekávání. Což je druhým nepříjemné, trapné, mohou se cítit podvedeně a dokonce jim takové „jiné“, nečekané chování může nahánět strach. A vnímají pak člověka, který tajná pravidla porušuje, jinak, než jaký doopravdy je. To může vést k společenskému vyloučení, šikaně, dobírání, vysmívání.

V průběhu čtení se seznámíme se 138 pravdami – pravidly, které autorka v jednatřiceti kapitolách překládá z „entýčtiny“ do „asperštiny“. Pro lepší přehlednost v úvodu knihy najdeme jejich soupis. Tyto „nepřepsané pravdy ve stručných bodech“ samy o sobě ne vždy dávají smysl, stejně jako názvy jednotlivých kapitol. Autorka totiž pro jednotlivé rady a strategie používá zjednodušující názvy jako „Podrž polštář“, „Zlomené špagety“, „Zrcadlo, zrcadlo“ a podobně. Nenechte se tím zmást a čtěte, všechno se v jednotlivých kapitolách objasní a vysvětlí. Dozvíte se, jak si poradit v celé řadě oblastí společenského styku od prostého poděkování nebo vyslovení komplimentu po tak obtížné situace jako je randění nebo přijetí kritiky. Na řadu přijde i tak ožehavé téma jakým je osobní hygiena. Jako bonus je na konci knihy připojen oddíl „Lepítka – stručné útržky pravd aspíků“ a také šest praktických cvičení v komiksových příbězích. Autorka se nesnaží čtenáře kritizovat, mentorovat nebo předělávat. Sama je na svou jinakost hrdá a svými radami se snaží spíš pomoci ostatním Aspergerům nabýt sebevědomí při navazování vztahů a vážit si sama sebe.

Knihy v českém překladu Hany Marsault vychází v poměrně velkém formátu a v pevných deskách. Dá se totiž předpokládat, že se čtenář bude k jednotlivým radám i kapitolám opakovaně a často

vracet, ostatně jej k tomu i autorka sama vyzývá. A ze skladného paperbacku by se tak záhy stalo tzv. „salátové vydání“. Pro ty, kterým je podobně jako mě nepohodlné s tak velkou a těžkou knihou manipulovat, mám dobrou zprávu – Tajná kniha pro Aspergery je k dostání také jako e-kniha! A jedná se v každém případě o publikaci pozoruhodnou, jaká na trhu chyběla a lidem s AS může pomoci najít v počínání ostatních jistou logiku, celou řadu matoucích situací pochopit a lépe se vyznat ve světě, který je obklopuje.

Tajnou knihu pro aspergery si můžete zakoupit na:

<https://www.albatrosmedia.cz/tituly/40827342/tajna-kniha-pro-aspergery/>