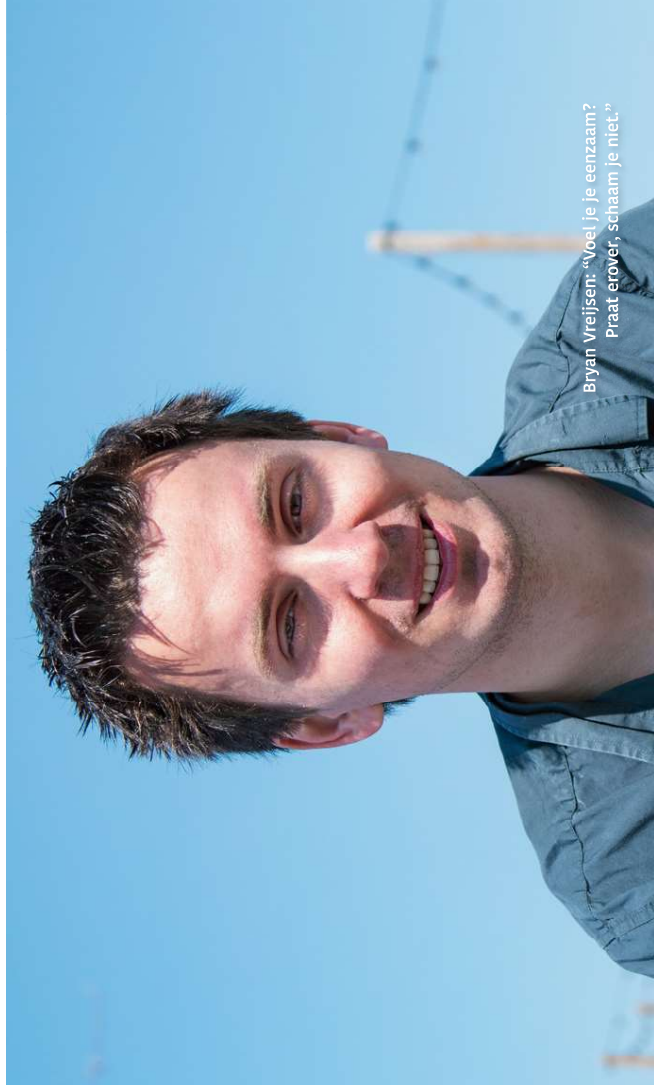


Oprichter van Brabant Maatjes Bryan Vreijisen: “Openheid scheidt verbinding”



Bryan Vreijisen: “Voel je je eenzaam? Praat erover, schaam je niet.”

Hoe lukt het mensen ondanks ziekte, beperkingen, tegenslagen of andere hobbels waarde aan hun leven te geven? En wat drijft en motiveert hen van waarde en betekenis te zijn voor anderen? In deze aflevering vertelt Bryan Vreijisen (30) hoe hij uit de eenzaamheid kwam en zijn passie vond: andere jongvolwassenen helpen.

Liever had Bryan Vreijisen een gelukkige, stabiele jeugd gehad. Maar dat zat er niet in. Sinds hij in 2019 zijn eenzaamheid op Twitter deelde, veranderde zijn leven drastisch. “Het was een wanhoopskreet. Ik had nooit verwacht dat er zoveel reacties op zouden komen. Sindsdien heb ik een handvol goede vrienden en veel maatjes.” Als kind werd Bryan veel gepest. Hij hoort nog vaak

de stemmen in zijn hoofd die zeggen dat hij stinkt, een hoerenzoon is, niks zal bereiken. Elke keer moest hij van basisschool wisselen, omdat hij het probleem zou zijn. Bij zijn gescheiden ouders kon hij niet terecht. Met zijn oudere broer en zus heeft hij nooit een band kunnen opbouwen. “Ik trok me terug, ging al jong veel gamen. Toen ik jaren later ict studeerde op het mbo was er voor het eerst een leraar die vroeg: ‘Bryan, gaat het wel goed met je? ‘Ik was altijd heel moe, hing onderuit in de bank en verwaarloosde mezelf. Door die vraag ben ik met jeugdzorg in contact gekomen en op mijn 17de uit huis geplaatst.”

Niets te beleven

Bryan ging op kamertraining. Of hij daar nu echt beter van werd? “Ik kwam in Waalwijk terecht waar niets te beleven viel. Met huisgenoten kon ik niet veel; ieder had zijn eigen problemen. Mijn dagen bestonden uit heen en weer met de bus naar het roc in Tilburg, eten en slapen.” En gamen.

Mijn leven bleef instabiel, zegt hij. “Ik moest vaak verhuizen. Voelde me heel eenzaam. Had geen echte vrienden. Mijn vader, bij wie ik regelmatig te vinden was, overleed aan asbestkanker toen ik 20 was. Ik kon het niet geloven toen de huisarts me beide met de mededeling dat hij hooguit nog een half jaar te leven had. Er was niemand om dat mee te delen.”

Na de ict-opleiding te hebben afgerond ging Bryan aan het werk. Eerst in zijn vakgebied, later gewoon als vakkenvuller. “Het waren banen waar ik niets bij voelde. Daarnaast had ik veel therapie, waar ik behalve wat praktische handvatten niet echt wijzer van ben geworden. De diagnose ADD verklaarde overigens wél dat ik soms lastig kan focussen, meer waarneem dan een gemiddeld mens en daarom heel druk kan zijn in mijn hoofd. Sinds ik vijf jaar geleden mijn eigen appartement kreeg, heb ik meer rust en ben ik gestopt met gamen.”

Niet de enige

Op de Tweet uit 2019 kreeg hij duizenden reacties. Veel jongeren voelden zich aangesproken. Zoveel, dat Bryan besloot een besloten Facebookgroep op te richten: Brabant Maatjes. Inmiddels hebben zo'n 1300 jongvolwassenen tussen de 18 en de 35 jaar zich aangeslo-

ten. Bryan: “Ik zag dat ik niet de enige was die verbinding zocht. Het leek wel een soort meldpunt. Samen met mijn beste vriendin organiseren we nu eens in de twee weken een activiteit. Dat kan een wandeling zijn, een bbq, een avondje poolen, bowlen of gewoon met elkaar eten en spelletjes doen. Een heel diverse groep studenten, alleenstaanden, statushouders, jongeren met een rugzakje kan elkaar ontmoeten en laagdrempelig dingen met elkaar delen. Mijn boodschap is: voel je je eenzaam? Praat erover, schaam je niet. Het is mooi mensen te zien loskomen en groeien in hun ontwikkeling.”

“Steeds meer kom ik erachter dat kwetsbaarheid tonen een kracht is”

Fake wereld

Met Brabant Maatjes heeft Bryan zijn passie gevonden. Het valt hem op hoeveel reacties hij krijgt op de ervaringen die hij regelmatig op LinkedIn plaatst. Zijn laatste bericht is ruim 1,2 miljoen keer bekeken. “Ik deel ervaringen als uitlaakklep. Steeds meer kom ik erachter dat kwetsbaarheid tonen geen zwakte is maar een kracht. En dat ik op een simpele manier andere mensen kan helpen. Ik vermoed dat er veel eenzaamheid is, omdat de samenleving zo individualistisch is. Ik zie wat er schuilgaat achter die vrolijke foto's op sociale media. Dat is een fake wereld.”

De komende tijd wil Bryan Brabant Maatjes verder uitbouwen. Als hij er een betaalde baan van zou kunnen maken, zou dat mooi zijn. “Deze formule werkt gewoon omdat we niet binnen een systeem opereren. Door jongeren, voor jongeren - dat is onze kracht.”

Brabant Maatjes is voortdurend op zoek naar vrijwilligers. Meer informatie: www.brabantmaatjes.nl

Tekst: Plien Heuts