

Jasper weet nu waar het geluk in zit



Jasper Buitenhuis kwam er pas in zijn studietijd achter dat hij adhd had. Na een rommelig leerpad gooide hij het roer om. Hij werd coach en geeft lezingen. „De wereld zou meer rekening moeten houden met mensen die anders in elkaar zitten.”

Sofie van de Waart
Houten

Jasper Buitenhuis (36, Ede) voelde zich alleen maar veilig in het stadion van Go Ahead Eagles. „Het moment dat ik voor het eerst, als 11-jarig mannetje, samen met mijn vader dat stadion binnentapte viel alles van me af. Het gepest op school, het gevoel dat ik bekeken werd en niemand kon vertrouwen; in het stadion was ik dat vergeten. Ik rook de sigarenlucht, ik zag de mensen om me heen met dezelfde passie, het was voor mij een veilige haven.”

„Op de basisschool ging het al wisselend. Ik was redelijk intelligent, dus hoefde niet veel te leren, maar voelde mij wel anders dan de rest van de klas. Ik was druk, aanwezig, vond alles interessant, behalve school. De eindcito haalde ik met een topscore van 550 maar ik ging naar havo/vwo vanwege mijn werkhouding. Mijn moeder had een keer een oudergesprek met alleen maar klachten over mij en is toen huilend teruggelopen naar de juffrouw om te vragen of er ook nog goede dingen over mij te vertellen waren.”

Op de middelbare school verzoop Jasper snel. „De wisselingen van lokalen, het grote gebouw, alles was onoverzichtelijk. Ik maakte geen huiswerk en werd het mikpunt van pesten. Ik was heel aanwezig en gevoelig, alles raakte me en ik hapte meteen als iemand mij probeerde te pakken. Elk jaar ging ik met mijn hakken over de sloot over door heel even gas te geven als de proefwerken eraan kwamen, en ik haalde mijn eindexamen havo terwijl ik met 8 tekorten de examens inging. In het weekend was ik

alleen maar bezig met de voetbalclub en stappen.”

Jasper raakte zichzelf kwijt, vervolgt hij. „Ik was bezig met overleven. Toen ik een studie moest kiezen koos ik voor economie omdat mijn beste vriend dat koos, niet omdat ik dat zelf nou zo interessant vond. Maar zodra ik op mezelf ging wonen ging het helemaal mis. Ik verhuisde regelmatig, maar hoe dichter ik bij school kwam te wonen, hoe minder vaak ik er was.”

„Alles wat ik verdiende gaf ik meteen uit, en nog een beetje meer. Tot mijn tweede studie ook mislukte en ik er de brui aan gaf. In die periode kreeg ik ook eindelijk de diagnose adhd, maar ik voelde me niet prettig met medicatie, het vlakke te veel af.”

Hij ging werken in de horeca en in een magazijn. „Ik zorgde slecht voor mezelf. Ik hield mezelf wakker met koffie en sliep soms maar 3 uur per dag. In het weekend ging ik naar voetbal en zuipen, en doordeweeks werkte ik me naar de vernieling door veel te lange dagen te draaien. Ik wist niet waar mijn grenzen lagen en putte mezelf compleet uit. Tot ik op een dag voelde: zo wil ik niet meer leven. Ik sleepte de ene voor de andere voet, terwijl ik pas 25 was. Voor mij hoefde het allemaal niet meer.”

▲ Jasper Buitenhuis maakt een podcast 'Succesvol leven met adhd'.

FOTO MARLIES WESSELS

Toen besloot hij het roer om te gooien. „Ik ging drie maanden reizen, even weg van alles. Maar ik ben uiteindelijk drie jaar weggebleven. Het gevoel van vrijheid, de ellende die ik achter me had gelaten, ik vond het heerlijk. Maar ik liep ook tegen dingen aan. Als je 15.000 kilometer verderop met iemand over dezelfde dingen ruzie krijgt als thuis, realiseer je je op een gegeven moment wel dat je in de spiegel moet gaan kijken.”

Tijdens de reis ontmoet Jasper ook zijn vriendin, inmiddels woont hij in Nederland samen. „Ik heb mezelf een aantal leefregels opgelegd waarmee ik mijn adhd onder controle houd. Ik eet gezond, ik sport veel en ik mag mezelf niet in een nieuwe hobby storten als ik er niet minstens drie maanden enthousiast over ben.”

Nieuw dingen

Jasper is autodidact, als hij iets interessant vindt, leert hij het zichzelf aan. Waar het schoolsysteem eerder knelde heeft hij inmiddels meerdere opleidingen op coachingsvlak gedaan en vindt hij nieuwe dingen leren hartstikke leuk.

„Ik ben nu echt gelukkig. Ik heb veel gekke dingen gedaan, op veel plekken gewoond, veel gereisd en veel gefeest, maar ik begrijp nu wie ik ben en waar het geluk in zit. Het grappige is dat ik juist van hetgeen me vroeger zo tegenstond, me bemoeien met anderen, mijn vak heb gemaakt. Ik werk als adhd-coach en geef lezingen, ik heb een podcast 'Succesvol leven met adhd' en ik streef niet meer van alles en nog wat na. Het meest gelukkig word ik van een telefoontje van een klant die aangeeft dat zijn leven echt veranderd is.

„Ik geloof in twee dingen: de wereld zou meer rekening moeten houden met mensen die anders in elkaar zitten én mensen hebben zelf een verantwoordelijkheid om zich aan te passen en het werkbaar te maken. Daar wil ik aan bijdragen.”



Op een dag voelde ik: zo wil ik niet langer

– Jasper Buitenhuis

De rubriek wordt gemaakt door Juf Sofie', Sofie van de Waart. Zij is spreker en begeleidt scholen, ouders en kinderen die soms vastlopen in het geijkte onderwijssysteem, bijvoorbeeld als kinderen hoogbegaafd zijn of een taalachterstand hebben.



Suggesties? Mail naar: buitenbeentjes@dpgmedia.nl

■ Wil je Eva volgen op haar bijzondere reis? Instagram @eevjeev