



**UHASSELT**

KNOWLEDGE IN ACTION

## School voor Educatieve Studies

Educatieve master in de wetenschappen en technologie

### **Masterthesis**

**Studeren met een coördinatieontwikkelingsstoornis in het hoger onderwijs**

#### **Stan Engelbosch**

Scriptie ingediend tot het behalen van de graad van Educatieve master in de wetenschappen en technologie, afstudeerrichting engineering en technologie

#### **PROMOTOR :**

Prof. dr. Wim TOPS



**UHASSELT**

KNOWLEDGE IN ACTION

[www.uhasselt.be](http://www.uhasselt.be)  
Universiteit Hasselt  
Campus Hasselt:  
Martelarenlaan 42 | 3500 Hasselt  
Campus Diepenbeek:  
Agoralaan Gebouw D | 3590 Diepenbeek

**2021**  

---

**2022**



# **School voor Educatieve Studies**

Educatieve master in de wetenschappen en technologie

## ***Masterthesis***

### ***Studeren met een coördinatieontwikkelingsstoornis in het hoger onderwijs***

#### **Stan Engelbosch**

Scriptie ingediend tot het behalen van de graad van Educatieve master in de wetenschappen en technologie, afstudeerrichting engineering en technologie

#### **PROMOTOR :**

Prof. dr. Wim TOPS





# **Studeren met een coördinatieontwikkelingsstoornis in het hoger onderwijs**

**Auteur:** Stan Engelbosch

**Academiejaar:** 2021-2022

**Promotor:** Prof. Dr. Wim Tops



## Abstract

Coördinatieontwikkelingsstoornis (DCD) is een ontwikkelingsstoornis waar de laatste jaren veel onderzoek naar wordt gedaan, vooral bij (jonge) kinderen maar niet bij adolescenten en volwassenen. Het onderzoek naar DCD bij deze doelgroep is tot de dag van vandaag beperkt, ook al zet deze stoornis zich voort tot in de volwassenheid. In dit onderzoek worden verschillende moeilijkheden en ondersteuning die studenten met DCD in het hoger onderwijs ervaren onder de loep genomen. De focus van dit onderzoek wordt gelegd op zeven topics (1) studies in het hoger onderwijs, (2) executieve functies, (3) autorijden, (4) dagelijks leven, (5) sport, (6) sociale vaardigheden en (7) mentale gezondheid.

Er werd een multimethodisch onderzoek uitgevoerd om de moeilijkheden en de ondersteuning van studenten met DCD in het hoger onderwijs en in hun vrije tijd in kaart te brengen. Ten eerste werd er a.d.h.v. een systematische literatuurreview kwalitatieve en kwantitatieve evidentie verzameld om zowel de moeilijkheden als de ondersteuning van studenten met DCD te achterhalen. Vervolgens werden semigestructureerde interviews afgenomen van twee studenten waarvan één met een diagnose en één met een vermoeden van DCD en van drie experts op het gebied van DCD.

Dit onderzoek toont aan dat DCD-studenten in het hoger onderwijs aanhoudende problemen ervaren bij het nemen van notities omwille van hun gebrekkig handschrift en de verdeelde concentratie tijdens de les. De meeste studenten met DCD ervaren ook moeilijkheden met executieve functies (EF), meer bepaald met het integreren van informatie, planning en organisatie. Het raadplegen van leerplatformen verloopt ook moeizamer voor DCD-studenten dan voor studenten zonder DCD. Al deze problemen kunnen leiden tot lagere academische prestaties. In hun vrije tijd zullen ze ook problemen ervaren met autorijden, sporten en dagdagelijkse taken omwille van hun ontwikkelingsstoornis. Zo zal het leren autorijden meer tijd en moeite vergen dan bij een persoon zonder DCD. Studenten met DCD ervaren moeilijkheden met *multitasking* waarbij ze diverse handelingen uitvoeren terwijl ze prikkels van de omgeving verwerken. Tijdens het rijden zal het behouden van hun laterale positie op de weg moeilijker zijn. Deze problemen tijdens het autorijden zullen verergeren indien de zintuiglijke belasting zal verhogen. Sport en dagdagelijkse taken vereisen motorische handelingen die eveneens voor problemen kunnen zorgen. Zo zullen studenten met DCD deze activiteiten sneller vermijden dan leeftijdsgenoten zonder DCD. Met als gevolg dat het lijkt alsof er minder problemen zijn op latere leeftijd maar in realiteit zijn de problemen er nog wel. Indien ze toch deelnemen aan deze activiteiten kunnen ze klungelig overkomen. Op het vlak van sport verkiezen ze individuele sporten boven ploegsporten omwille van het meer tactische karakter en de stigmatisering/vergelijking die onbewust meespeelt bij ploegsporten. Tijdens de adolescentie is er een grotere bewustwording van hun motorische problemen. Daardoor zullen ze zich sneller isoleren uit angst om iets fout te doen. Dit kan zich uiten in een gevoel van uitsluiting en onzekerheid. Bij ernstige gevallen kan dit gevoel van onzekerheid verergeren in een vorm van faalangst of zelfs depressie.

In dit onderzoek zijn een aantal ondersteuning naar boven gekomen. Zo zijn de populairste ondersteuning in het hoger onderwijs extra tijd, het gebruik van een computer en het aanbrenge van extra structuur. Een nieuwe ondersteuning in het hoger onderwijs is vragen stellen over de examenvragen. Een ondersteuning die studenten met DCD op verschillende vlakken kan helpen is het vroegtijdig aanleren van planning- en organisatievaardigheden en het hanteren van copingstrategieën. Dit zal hen verder helpen op zowel academisch vlak als in het dagdagelijks leven.

Tot slot concludeert deze studie dat er niet veel ondersteuning ontbreken maar dat er wel een gebrek is aan expertise en bewustwording omtrent DCD bij volwassenen. Een verbetering van deze twee aspecten zal een positieve invloed hebben op de problematiek van DCD in het hoger onderwijs.



## Abstract (Engels)

Developmental Coordination Disorder (DCD) is a developmental disorder that has been extensively researched in recent years, especially in young children but not in adolescents and adults. Research on DCD in this target group is still limited, even though this disorder persists into adulthood. This study examines various difficulties and support aids experienced by students with DCD in higher education. The focus in this research is on seven topics (1) higher education, (2) executive functions, (3) driving, (4) daily life, (5) sports, (6) social skills and (7) mental health.

A multi-method design was applied to find out the difficulties and support of students with DCD in higher education and in their free time. Firstly, a systematic literature review collected qualitative and quantitative evidence to find out both the difficulties and the support they use. Subsequently, semi-structured interviews were conducted with two students, one with a diagnosis and one with suspected DCD, and with three experts in the field of DCD. Both perspectives create a more complete picture of the problems and the support.

This study shows that DCD students in higher education experience persistent problems with taking notes due to their poor handwriting and divided concentration during class. Most students with DCD also experience difficulties with executive functions (EF). More specifically with the integration of information, planning and organisation. Consulting learning platforms are also more difficult for DCD students than for students without DCD. All these problems can lead to poor academic performances. In their spare time, they will also experience difficulties while driving, exercising and daily tasks due to their developmental disability. For example, learning to drive a car will require more time and effort than a person without DCD. They experience difficulties with multitasking. While driving, maintaining their lateral position on the road is more difficult. These problems while driving will worsen if the sensory load increases. Sports and daily tasks require motor actions that can cause problems. This way they avoid these activities more quickly. As a result, it seems that there are fewer problems later in life, but in reality, the problems are still there. If they do participate in these activities, they can appear clumsy. In terms of sports, they prefer individual sports over team sports because of the more tactical nature and stigma/comparison that will subconsciously play a part in team sports. During adolescence, there is a greater awareness of their motor problems. As a result, they are more likely to isolate themselves for fear of doing something wrong. This can manifest itself in a feeling of exclusion and insecurity. In severe cases, this feeling of insecurity can worsen into a form of anxiety or even depression.

A few resources have emerged in this study. The most popular supports in higher education are extra time, the use of a computer and extra structure. A new form of support in higher education is asking clarification about the exam questions. A support that can help students with DCD in various areas is the early learning of planning and organization skills and the use of coping strategies. This will help them further both academically and in daily life.

Finally, this study concludes that there is not a lot of support missing, but that there is a lack of expertise and awareness about DCD in adults. An improvement of these two aspects will have a positive influence on the problem of DCD in higher education.





# Inhoud

Abstract	3
Abstract (Engels)	5
Inhoud	7
1 Inleiding	11
1.1 Definitie coördinatieontwikkelingsstoornis	11
1.2 Diagnose	12
1.2.1 Deficiënties in de motorische vaardigheden (criterium A)	12
1.2.2 Interferentie in algemene dagelijkse levensverrichtingen (criterium B)	12
1.2.3 Vroege ontwikkelingsperiode (Criterium C)	12
1.2.4 Exclusiecriterium (Criterium D)	12
1.2.5 Diagnose bij volwassenen	13
1.3 Prevalentie	13
1.4 Comorbiditeit	13
1.5 Faciliteiten voor studenten met DCD	14
1.6 Doel van het huidige onderzoek	14
2 Onderzoeksopzet en methode	15
2.1 Systematische review	15
2.2 Semigestructureerd Interview	16
2.2.1 Procedure	16
2.2.2 Proefpersonen	17
3 Resultaten	18
3.1 Resultaten systematische review	18
3.1.1 Overzicht van geïnccludeerde studies	18
3.1.2 Studenten met DCD in het secundair onderwijs	22
3.1.3 Hoger onderwijs	22
3.1.4 Autorijden	24
3.1.5 Sociale participatie	25
3.1.6 Mentale gezondheid en levenskwaliteit	26
3.2 Resultaten semigestructureerd interview	27
3.2.1 Hoger onderwijs	27

3.2.2	Executieve functies	31
3.2.3	Autorijden	33
3.2.4	Dagdagelijks leven	35
3.2.5	Sport	36
3.2.6	Sociale vaardigheden	37
3.2.7	Mentale gezondheid	39
4	Discussie	40
4.1	Overeenkomsten, verschillen en nieuwigheden	40
4.1.1	Hoger onderwijs	40
4.1.2	Autorijden	40
4.1.3	Dagelijks leven	41
4.1.4	Sport	41
4.1.5	Sociale vaardigheden	41
4.1.6	Mentale problemen	42
4.2	Ondersteuning	42
4.3	Vervolg van het onderzoek	43
4.4	Beperkingen van het onderzoek	43
5	Conclusie	44
6	Bibliografie	45
7	Bijlagen	47
7.1	Bijlage 1: ADC checklist	47
7.2	Bijlage 2: Interviews DCD-studenten	48
7.2.1	Interview Oscar	48
7.2.2	Interview Sam	60
7.3	Bijlage 3: Interviews Experten	73
7.3.1	Interview Wouter	73
7.3.2	Interview Brigitte	82
7.3.3	Interview Gwendolyn	94
7.4	Bijlage 4: Creatief eindproduct (beschrijving)	103





# 1 Inleiding

## 1.1 Definitie coördinatieontwikkelingsstoornis

Een coördinatieontwikkelingsstoornis, ook wel dyspraxie of *Developmental Coordination Disorder* (DCD) genaamd in het Engels, is een ontwikkelingsstoornis met betrekking tot de ontwikkeling van de motorische coördinatie (American Psychiatric Association, 2013). Het is een stoornis die niet in relatie kan worden gebracht met een algemene intellectuele achterstand of met een specifieke of verworven neurologische stoornis. Vroeger werd het ook wel eens het *clumsy child*-syndroom genoemd maar omwille van de negatieve connotatie wordt deze term vandaag de dag terecht vermeden.

Een coördinatieontwikkelingsstoornis is nog een vrij jonge ontwikkelingsstoornis waar de laatste jaren veel onderzoek is naar gedaan, vooral bij jonge kinderen. Dit is veel minder het geval voor adolescenten en volwassenen. Het onderzoek naar een coördinatieontwikkelingsstoornis bij deze doelgroep is tot op heden nog beperkt, ook al is het algemeen geweten dat deze stoornis zich voortzet tot in de volwassenheid. De moeilijkheden waarmee personen met DCD te kampen hebben, hebben verder ook invloed op andere domeinen dan het motorische, namelijk sociale participatie, mentaal welzijn en academische prestaties (Sumner et al., 2021). Dat maakt het leven van deze individuen nog uitdagender en moeizamer.

In DSM-5 kan de coördinatieontwikkelingsstoornis worden onderverdeeld volgens onderstaande criteria, zie tabel 1 (APA, 2013). Er moet aan alle criteria worden voldaan vooraleer een diagnose van DCD kan worden gesteld.

Tabel 1: Criteria DCD volgens de DSM-5

Criteria DCD	Uitleg
A	Het verwerven en uitvoeren van gecoördineerde motorische vaardigheden verloopt substantieel onder het niveau dat verwacht mag worden gezien de kalenderleeftijd van de betrokkene en zijn of haar mogelijkheden om deze vaardigheden te leren en te gebruiken. De moeilijkheden komen tot uiting in onhandigheid (zoals dingen laten vallen of ergens tegenaan botsen), en een trage en onnauwkeurige uitvoering van motorische vaardigheden (zoals iets vangen, gebruik van een schaar of bestek, schrijven, fietsen of sporten).
B	De deficiënties in de motorische vaardigheden uit criterium A interfereren significant en persistent met de algemene dagelijkse levensverrichtingen (ADL) passend bij de kalenderleeftijd (zoals zelfverzorging en voorziening in levensonderhoud), en hebben invloed op de schoolprestaties, voorbereidende beroepsactiviteiten, beroepsactiviteiten, vrijetijdsbesteding en spel.
C	De symptomen beginnen in de vroege ontwikkelingsperiode.
D	De deficiënties in de motorische vaardigheden kunnen niet beter worden verklaard door een verstandelijke beperking (verstandelijke ontwikkelingsstoornis) of visusstoornis, en kunnen niet worden toegeschreven aan een neurologische aandoening die invloed heeft op beweging (zoals cerebrale parese, spierdystrofie, een degeneratieve stoornis).

## 1.2 Diagnose

De classificatie van DCD wordt op basis van verschillende factoren toegekend (APA, 2013):

- Klinische synthese van de anamnese
- Lichamelijk onderzoek
- School- en werkprestaties
- Individueel onderzoek a.d.h.v. psychometrisch valide en cultureel gestandaardiseerde testen

DCD kent geen subtypen. Deze personen hebben een beperking in de grove- en/of fijne motoriek.

### 1.2.1 Deficiënties in de motorische vaardigheden (criterium A)

Bij criterium A zijn beperkte vaardigheden op basis van bewegingscoördinatie één van de eerste duidelijke symptomen (APA, 2013). Het bekwaamheidsniveau van deze vaardigheden is leeftijdsafhankelijk. Deze vaardigheden zullen ze, in een later stadium dan verwacht, echter toch nog aanleren. Op een zeer jonge leeftijd hebben deze kinderen bijvoorbeeld problemen met zitten, kruipen en lopen. Deze achterstand zal hen achtervolgen en zal vervolgens ook problemen veroorzaken bij bijvoorbeeld fietsen, knopen opendoen, puzzels maken ...

Indien personen met DCD verschillende vaardigheden toch weten aan te leren zal er nog steeds een zichtbaar beheersingsverschil optreden. Zo zullen zij vaak trager en minder precies kunnen werken dan hun leeftijdsgenoten zonder DCD.

De langzamere en onnauwkeurigere uitvoering van vaardigheden zal waarneembaar blijven bij adolescenten en volwassenen. Zij zullen vooral problemen hebben bij de motorische uitvoering van (bal)sporten (in teamverband), schrijven, autorijden, zelfverzorging, enzovoort.

### 1.2.2 Interferentie in algemene dagelijkse levensverrichtingen (criterium B)

Criterium B betreft de beperking in motorische vaardigheden die duidelijke problemen veroorzaakt in het dagdagelijkse leven, thuis, op sociaal vlak of op school (APA, 2013). De personen met DCD hebben bijvoorbeeld problemen met het aankleden, eten met bestek, fysieke spellen ... Op school zullen zij onder meer problemen ondervinden met het hanteren van linialen, scharen of met activiteiten tijdens de les lichamelijke opvoeding. Eén van de activiteiten die het meeste de schoolresultaten beïnvloedt, is de beperkte schrijfvaardigheid. Dit heeft vooral betrekking op de schrijfsnelheid en de leesbaarheid.

Bij adolescenten en volwassenen zijn het voornamelijk coördinatieproblemen, waarvoor snelheid en nauwkeurigheid nodig zijn, die de dagdagelijkse activiteiten beïnvloeden.

### 1.2.3 Vroege ontwikkelingsperiode (Criterium C)

Criterium C stelt dat de symptomen van DCD al in de vroege ontwikkelingsperiode van het kind beginnen (APA, 2013). De classificatie kan echter pas worden toegekend na het vijfde levensjaar omdat er bij kinderen een grote variatie bestaat waarop er verschillende motorische vaardigheden worden verworven, of omwille van instabiele metingen op vroege leeftijd, of omdat andere oorzaken dan DCD nog niet aan het licht zijn gekomen.

### 1.2.4 Exclusiecriteria (Criterium D)

Andere primaire oorzaken moeten worden uitgesloten vooraleer een diagnose van DCD kan worden gesteld. Als er bijvoorbeeld sprake is van een visuele stoornis of een verstandelijke beperking, dan zijn de motorische problemen ernstiger dan wat we normaal verwachten op basis van de (mentale) leeftijd. Er mag ook geen sprake zijn van een neurologische aandoening die invloed heeft op de beweging zoals

cerebrale parese of spierdystrofie. Hierdoor bevat het diagnostisch onderzoek ook een gezichtsvermogen- en een neurologisch onderzoek.

### 1.2.5 Diagnose bij volwassenen

De diagnose van DCD gebeurt meestal door een multidisciplinair team bestaande uit een kinderarts, neuropediater of revalidatiearts, een kinesitherapeut en een klinisch psycholoog. Meestal wordt een diagnose gesteld wanneer het kind op jonge leeftijd significante motorische moeilijkheden ondervindt (Kirby et al., 2010). Hierbij worden vaak gestandaardiseerde testen gehanteerd. In het Verenigd Koninkrijk is de meest gebruikte test de *Movement Assessment Battery for Children* (M-ABC-2) met een leeftijdsspanne van 3 tot 16 jaar. De *Bruininks Oseretsky Test-2* (BOT-2) wordt het meest gebruikt in Amerika en is genormeerd tot een leeftijd van 21 jaar. In België en Nederland zijn de M-ABC-2 en BOT-2 ook de twee meest toegepaste tests voor motometrisch onderzoek. Vervolgens bestaat er ook de *McCarron Assessment of Neuromuscular Development* (MAND) die genormeerd is tot een leeftijd van 18 jaar. Deze test is echter niet beschikbaar in het Nederlands.

Zoals eerder vermeld is DCD geen ontwikkelingsstoornis die verdwijnt tijdens het ouder worden. Dit zal individuen met DCD blijven parten spelen op latere leeftijd (Kirby et al., 2010). Er zijn ook niet veel experts omtrent DCD op latere leeftijd, om volwassenen te diagnosticeren. Dit komt door het tekort aan gestandaardiseerde testen en expertise over DCD bij volwassenen. De huidige testen beperken zich momenteel enkel tot motorische problemen (criterium A) en hebben weinig betrekking tot de impact van deze problemen op het dagdagelijkse leven van deze individuen (criterium B).

Kirby et al. (2010) hebben een test ontwikkeld specifiek voor volwassenen (17 tot 42 jaar), namelijk: *The Adult Developmental Coordination Disorders/Dyspraxia Checklist* (ADC). De ADC-test is een zelfrapportagevragenlijst die informatie verschaft over het motorisch functioneren van personen met DCD in verschillende contexten. Het is opgebouwd uit drie delen die in totaal tien minuten tijd innemen om te vervolledigen. Het eerste deel omvat tien vragen die betrekking hebben tot de moeilijkheden van het individu als kind (*subscale A-10*). Het tweede (*subscale B-10*) en het derde deel (*subscale C-20*), met respectievelijk tien en twintig vragen, gaan over de huidige problemen die de prestaties van het individu beïnvloeden. Deze twee delen kunnen extra informatie verschaffen om de diagnose te staven. Het totaaloverzicht van de vragenlijst kan teruggevonden worden in bijlage 1.

## 1.3 Prevalentie

Coördinatieontwikkelingsstoornis is een relatief jonge ontwikkelingsstoornis die de laatste jaren meer en meer wordt erkend bij kinderen. De geschatte prevalentie is gelegen tussen 5 en 6% voor kinderen van 5 t.e.m. 11 jaar. Hierbij varieert de verhouding tussen jongens en meisjes tussen 2:1 en 7:1 (APA, 2013).

Voor volwassenen is de prevalentie moeilijker in te schatten. Door het gebrek aan gestandaardiseerde testen voor het evalueren en karakteriseren van DCD, voor volwassenen, is het moeilijk om een accurate prevalentiewaarde te geven voor deze groep (Kirby et al., 2010).

## 1.4 Comorbiditeit

Comorbiditeit is het voorkomen van twee of meerdere (ontwikkelings)stoornissen binnen een individu. Comorbiditeit is meer regel dan uitzondering bij ontwikkelingsstoornissen. Zo zal DCD zelden voorkomen als enige ontwikkelingsstoornis bij één persoon. Coördinatieontwikkelingsstoornis gaat vaak gepaard met andere stoornissen zoals spraak- en taalstoornissen, specifieke leerstoornissen (dyslexie, dyscalculie ...), aandachtsproblemen (ADHD), autismespectrumsyndroom (ASS), disruptieve en emotionele gedragsproblemen en hypermobiliteitssyndroom (APA, 2013).



Hierdoor kunnen er clusters van comorbiditeiten ontstaan. De aanwezigheid van deze bijkomende stoornissen kunnen de diagnostisering bemoeilijken en kunnen de uitvoering van bepaalde alledaagse activiteiten compliceren (APA, 2013).

Volgens het onderzoek van Kaplan *et al.* (2001) blijkt dat van de 29 personen uit hun steekproef er minstens drie personen zijn die één extra stoornis hebben. De overige 26 personen van de steekproef hebben minstens twee of meer extra stoornissen boven-op hun DCD. De stoornis die het vaakst gepaard gaat met DCD is ADHD en komt bij ongeveer 50% van de gevallen voor (APA, 2013).

## 1.5 Faciliteiten voor studenten met DCD

Volgens het VN-verdrag inzake de rechten van personen met een handicap (Sorée, 2006) heeft elk individu met een handicap recht op redelijke aanpassingen om sociale participatie te maximaliseren. Onder sociale participatie vallen aspecten zoals onderwijs, werk, communicatie, sociaal leven, enzovoort. Om een inclusieve samenleving te creëren moeten de nodige diensten, voorzieningen en maatregelen ter beschikking worden gesteld om deze individuen te ondersteunen. Inclusie heeft ook betrekking op hun recht van keuzevrijheid en participatie aan de samenleving. Dit is enkel mogelijk indien er middelen ter beschikking worden gesteld om het leven daadwerkelijk in eigen handen te nemen. Hierbij is het ook belangrijk dat er een keuzemogelijkheid is op vlak van het gebruik van de ondersteuning.

Onder dit verdrag vallen ook personen met een ontwikkelingsstoornis. Net zoals studenten met andere ontwikkelingsstoornissen, hebben studenten met DCD recht op redelijke aanpassingen en ondersteuning. Echter is er zeer weinig onderzoek gedaan naar de effectiviteit van faciliteiten voor studenten met DCD. Daarnaast zijn er ook weinig praktische aanbevelingen over terug te vinden. Dit is een bijkomende reden om diepgaander onderzoek te verrichten.

## 1.6 Doel van het huidige onderzoek

Het onderzoek naar coördinatieontwikkelingsstoornis bij volwassenen en adolescenten is nog beperkt. In deze studie wordt er een antwoord gezocht op volgende onderzoeksvraag: welke moeilijkheden ervaren studenten met DCD in het hoger onderwijs en hoe gaan zij hiermee om?

Om deze vraag te beantwoorden, werden volgende deelvragen geformuleerd:

1. Welke problemen ervaren studenten met DCD in het hoger onderwijs?
2. Welke problemen ervaren studenten met DCD tijdens het autorijden?
3. Welke problemen ervaren studenten met DCD in hun sociaal leven?
4. Hoe is de mentale gezondheid en levenskwaliteit van studenten met DCD?
5. Welke ondersteuning helpen studenten met DCD bij deze aspecten?
6. Welke ondersteuning ontbreken nog voor studenten met DCD?

Er wordt gehoopt met dit onderzoek een groter bewustzijn van dit probleem te creëren en extra ondersteuning in kaart te brengen. Zo hoopt men een steentje bij te dragen aan het broodnodige onderzoek naar coördinatieontwikkelingsstoornis bij adolescenten en volwassenen.

## 2 Onderzoeksopzet en methode

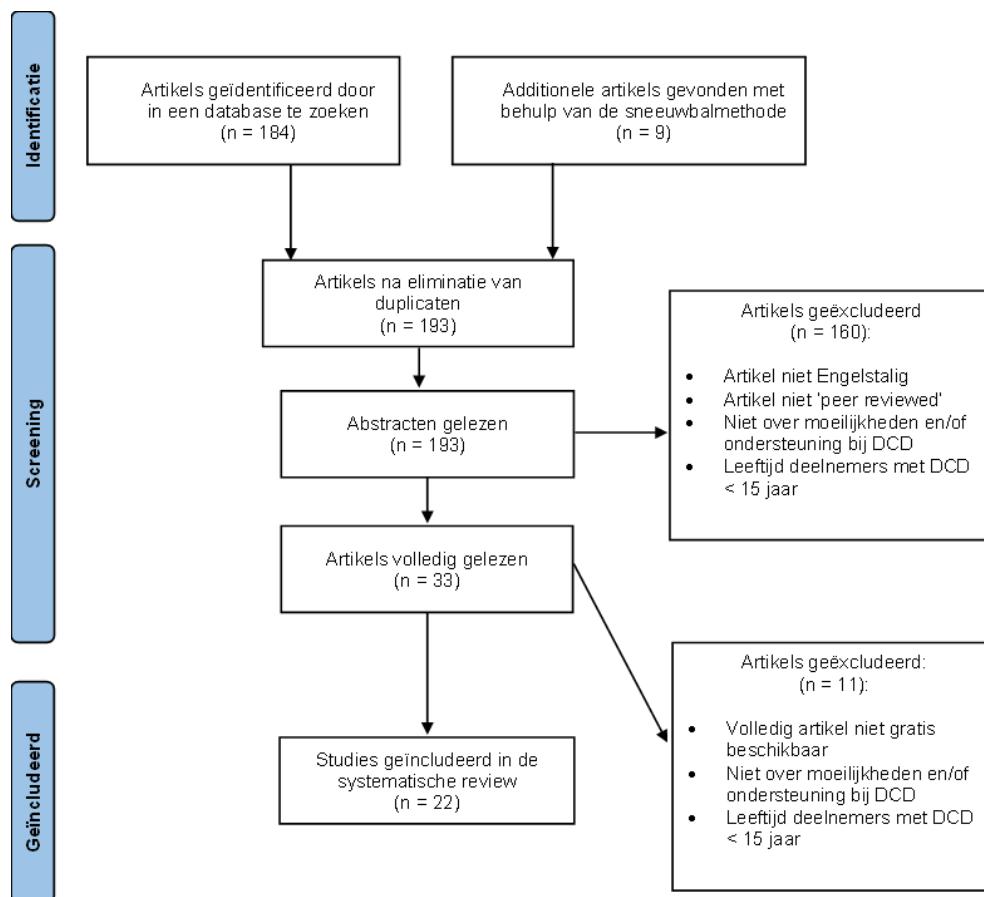
Om de moeilijkheden en de ondersteuning van studenten met DCD in het hoger onderwijs en in hun vrije tijd te onderzoeken, werd een multimethodisch design gebruikt. Eerst werd door middel van een systematische literatuurreview kwalitatieve en kwantitatieve evidentie verzameld om de moeilijkheden van deze studenten in kaart te brengen en een zicht te krijgen op de hulpmiddelen die ze gebruiken en de manieren waarop ze omgaan met hun moeilijkheden. Vervolgens werden semigestructureerde interviews afgenomen van studenten met een diagnose of vermoeden van DCD en van experts op het gebied van DCD. Door beide perspectieven in rekening te brengen bij de interviews, werd een vollediger beeld verkregen van de problemen en ondersteuning bij DCD op jongvolwassen leeftijd. Het doel van de interviews was bovendien tweeledig. Enerzijds werden de belangrijkste bevindingen uit de literatuur afgetoetst aan de ervaringen van de deelnemers. Anderzijds was er de mogelijkheid om dieper in te gaan op specifieke moeilijkheden en mogelijk nuttige hulpmiddelen voor studenten met DCD.

### 2.1 Systematische review

Een systematische literatuurreview werd uitgevoerd om de moeilijkheden en ondersteuning van studenten met DCD te onderzoeken op de volgende vlakken: studies in of bij de overstap naar het hoger onderwijs, rijopleiding, mentale gezondheid en levenskwaliteit en ten slotte sport en andere activiteiten uit het dagelijks leven. De gebruikte zoekstrategie om studies te selecteren bestond uit vier fasen volgens de PRISMA-richtlijnen (Page et al., 2021).

In de eerste fase werd naar relevante wetenschappelijke artikels gezocht in de database *Web of Science* met behulp van de volgende combinatie van zoektermen die ingegeven werden in de veldcode "TS=Topic": TS=(student OR college OR universit\* OR "higher education" OR adult OR adolescent) AND TS=(dyspraxia OR DCD OR "developmental coordination disorder" OR "developmental motor coordination disorder") AND TS=((struggle OR challenge OR difficult\* OR problems) AND (support OR help OR tool OR needs OR recommendation OR accommodation OR facilit\*)). Er werd besloten om geen specifieke zoektermen toe te voegen voor de verschillende gebieden waar moeilijkheden kunnen optreden bij DCD om op die manier zo weinig mogelijk relevante artikels te missen. De gebruikte combinatie van zoektermen leverde 184 resultaten op (Figuur 1). De database werd geraadpleegd van december 2021 tot januari 2022. Daarnaast werden negen extra artikels gevonden met de sneeuwbalmethode.

In de tweede fase werden alle zoekresultaten geëxporteerd naar Excel om eventuele duplicaten te verwijderen. De relevantie van de geïdentificeerde artikels werden vervolgens onafhankelijk beoordeeld door de auteur van deze studie door eerst het abstract te screenen en in de volgende fase de volledige tekst te lezen. Bij het screenen van het abstract en de volledige tekst werden enkel artikels geïnccludeerd indien ze voldeden aan de volgende criteria: (1) de deelnemers met DCD in de studie waren jongvolwassen of volwassen (leeftijd  $\geq 15$  jaar), (2) de studies beschreven de ondersteuning en/of moeilijkheden bij DCD en (3) de artikels waren online beschikbaar, Engelstalig en 'peer reviewed'. Na exclusie van de irrelevante artikels bleven uiteindelijk 22 artikels over die opgenomen werden in de systematische review.



Figuur 1. PRISMA-flowchart van de gebruikte zoekstrategie om studies te selecteren voor de systematische review.

## 2.2 Semigestructureerd Interview

### 2.2.1 Procedure

Na de systematische review werden semigestructureerde interviews afgenomen van studenten met een diagnose of vermoeden van DCD en van experts op het gebied van DCD. Zowel studenten met een formele diagnose van DCD als studenten met motorische problemen die DCD doen vermoeden werden gerekruteerd voor de interviews. Er werd hiervoor een mail rondgestuurd via het Steunpunt Inclusief Hoger Onderwijs (SIHO) naar de studenten- en trajectbegeleiders van de verbonden hogescholen en universiteiten in Vlaanderen. Experts die onderzoeks- of beroepsmatige ervaring hebben met DCD bij jongvolwassenen werden eveneens via e-mail uitgenodigd.

Voorafgaand aan het interview werden geïnformeerde toestemmingsformulieren ingevuld door alle deelnemers en werden demografische gegevens verzameld via een Google Formulier. Voor de deelnemende studenten werd bijkomend informatie gevraagd over de diagnose van DCD en eventueel andere ontwikkelingsstoornissen. Het interview zelf vond online plaats, duurde een uur tot anderhalf uur en was semigestructureerd. De vragen in de interviewleidraad over de moeilijkheden en hulpmiddelen voor studenten met DCD werden geselecteerd op basis van de bevindingen uit de literatuur en werden ingedeeld in zeven categorieën: (1) studies in het hoger onderwijs, (2) executieve functies (planning, tijdsbeheer en organisatie), (3) autorijden, (4) dagelijks leven, (5) sport, (6) sociale vaardigheden en (7) mentale gezondheid. Aan het begin van elk interview werd de anonimiteit van de deelnemers gegarandeerd door pseudoniemen te gebruiken en werd toestemming gevraagd om audio- en beeldmateriaal op te nemen voor de data-analyse.

De interviews werden verbatim getranscribeerd. Nadien werden ze thematisch geanalyseerd volgens de gebruikte categorieën van de vragen in de interviewleidraad. Elk thema werd hiervoor in de getranscribeerde interviews gecodeerd met een andere kleur.

## 2.2.2 Proefpersonen

In totaal namen twee mannelijke studenten van 23 en 24 jaar deel aan het interview. De gegevens van de geïnterviewde studenten zijn weergegeven in tabel 2. De eerste student, Sam, heeft een vermoedelijke diagnose van DCD die op 23-jarige leeftijd gesteld is, maar nog niet formeel bevestigd door een multidisciplinair team. Naast DCD heeft Sam ook autisme. Hij studeert momenteel Elektromechanische Systemen in het hoger onderwijs. De tweede student, Oscar, is formeel gediagnosticeerd met DCD op 17- of 18-jarige leeftijd en heeft een bijkomende taalstoornis. Hij is sinds kort afgestudeerd in International Business and Trade en is momenteel aan het werk.

Naast deze twee studenten werden er drie experts op vlak van DCD geïnterviewd die allemaal verbonden zijn aan een opleiding kinesitherapie aan een universiteit. Zij hebben echter hoofdzakelijk ervaring opgedaan met DCD bij (jong)volwassenen in hun praktijk. Wouter is werkzaam als klinisch psycholoog in een multidisciplinaire praktijk, terwijl Gwendolyn en Brigitte beiden als pediatriesch kinesitherapeut werken.

Tabel 2: Gegevens van de Geïnterviewde Studenten

<b>Studenten met DCD (n = 2)</b>	
<b>Geslacht</b>	
Man	2 (100%)
Vrouw	0 (0%)
Ander	0 (0%)
<b>Leeftijd</b>	
Interval (jaren)	23-24
<b>Studierichting</b>	
International Business and Trade	1 (50%)
Elektromechanische Systemen	1 (50%)
<b>Diagnose van DCD</b>	
Formeel	1 (50%)
Vermoedelijk	1 (50%)
<b>Leeftijd diagnose (jaren)</b>	
Formeel	17-18
Vermoedelijk	23
<b>Andere ontwikkelingsstoornissen</b>	
Taalstoornis	1 (50%)
Autisme/ASS	1 (50%)

## **3 Resultaten**

### **3.1 Resultaten systematische review**

#### **3.1.1 Overzicht van geïnccludeerde studies**

In tabel 3 wordt een overzicht gegeven van de studies opgenomen in de systematische review. In het totaal werden 22 studies geïnccludeerd waarvan 14 kwantitatieve studies, 2 kwalitatieve studies, 2 reviews en 4 multimethodische studies die zowel kwantitatieve als kwalitatieve data analyseren. Het merendeel van de geïnccludeerde studies beschreven de mentale gezondheidsproblemen en de levenskwaliteit van volwassenen met DCD (n=7, 32%) en de moeilijkheden en ondersteuning van DCD-studenten in het hoger onderwijs (n=5, 23%). De uitdagingen horend bij de sociale participatie kwamen ook in een groot deel van de geïnccludeerde studies (n=5, 23%) aan bod, zoals de problemen bij algemene dagelijkse levensverrichtingen (ADL), sport en in het sociaal leven van adolescenten met DCD. Daarnaast gingen vier studies over de moeilijkheden die volwassenen met DCD ondervinden bij het autorijden (18%). Ten slotte werd één studie gevonden die de moeilijkheden en ondersteuning van leerlingen met DCD in het secundair onderwijs behandelde (4%).

Tabel 3: Beschrijving van de 22 Geïnccludeerde Studies in de Systematische Review

Thema	Eerste auteur, publicatiejaar	Soort studie	Aantal deelnemers	Leeftijd deelnemers
<b>Secundair onderwijs</b>	Harrowell, 2018	Kwantitatief	<ul style="list-style-type: none"> <li>• DCD-groep (n = 284)</li> <li>• Controlegroep (n = 5425)</li> </ul>	16 jaar
<b>Hoger onderwijs</b>	Walker, 2018	Review	/	/
	Walker, 2020	Kwalitatief	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Student met DCD (n = 1)</li> </ul>	/
	Kirby, 2008	Multimethodisch	<ul style="list-style-type: none"> <li>• DCD-groep (n = 21)</li> <li>• Groep met DCD en comorbide stoornis (n = 38)</li> <li>• Dyslexiegroep (n = 23)</li> <li>• Controlegroep (n = 11)</li> </ul>	16-25 jaar
	Kirby, 2008	Multimethodisch	<ul style="list-style-type: none"> <li>• DCD-groep (n = 24)</li> <li>• Groep met DCD en dyslexie (n = 32)</li> <li>• Dyslexiegroep (n = 23)</li> </ul>	16-25 jaar
	Sumner, 2021	Kwantitatief	<ul style="list-style-type: none"> <li>• DCD-groep (n = 50)</li> <li>• Dyslexiegroep (n = 163)</li> <li>• Groep met DCD en dyslexie (n = 62)</li> <li>• Controlegroep (n = 92)</li> </ul>	≥ 18 jaar
<b>Autorijden</b>	Kirby, 2011	Multimethodisch	<ul style="list-style-type: none"> <li>• DCD-groep (n = 38)</li> <li>• Controlegroep (n = 77)</li> </ul>	17-25 jaar
	Gentle, 2021	Kwantitatief	<ul style="list-style-type: none"> <li>• DCD-groep (n = 19)</li> <li>• Controlegroep (n = 36)</li> </ul>	18-57 jaar
	de Oliveira, 2011	Kwantitatief	<ul style="list-style-type: none"> <li>• DCD-groep (n = 11)</li> <li>• Controlegroep (n = 12)</li> </ul>	16-22 jaar

Tabel 3: Beschrijving van de 22 Geïnccludeerde Studies in de Systematische Review

Thema	Eerste auteur, publicatiejaar	Soort studie	Aantal deelnemers	Leeftijd deelnemers
<b>Autorijden</b>	de Oliveira, 2012	Kwantitatief	<ul style="list-style-type: none"> <li>Eerste DCD-groep met nog steeds coördinatieproblemen (n = 8)</li> <li>Tweede DCD-groep met verminderde coördinatieproblemen t.o.v. kindertijd (n = 5)</li> <li>Gematchte controlegroep voor eerste DCD-groep (n = 8)</li> <li>Gematchte controlegroep voor tweede DCD-groep (n = 5)</li> </ul>	15-21 jaar
<b>Sociale participatie</b>	Kirby, 2011	Multimethodisch	<ul style="list-style-type: none"> <li>DCD-groep (n = 19)</li> <li>Ouders (n = 19)</li> </ul>	17-25 jaar
	Missiuna, 2008	Kwalitatief	<ul style="list-style-type: none"> <li>Adolescenten met DCD (n = 9)</li> </ul>	19-25 jaar
	O'Dea, 2016	Kwantitatief	<ul style="list-style-type: none"> <li>Adolescenten met DCD (n = 141)</li> </ul>	16-19 jaar
	Gagnon-Roy, 2016	Review	/	15-25 jaar
	Kirby, 2010	Kwantitatief	<ul style="list-style-type: none"> <li>DCD-groep (n = 49)</li> <li>Controlegroep (n = 58)</li> </ul>	17-42 jaar
<b>Mentale gezondheid en levenskwaliteit</b>	Hill, 2011	Kwantitatief	<ul style="list-style-type: none"> <li>DCD-groep (n = 20)</li> <li>Controlegroep (n = 31)</li> </ul>	18-27 jaar
	Harris, 2021	Kwantitatief	<ul style="list-style-type: none"> <li>Groep met formele DCD-diagnose (n = 74)</li> <li>Groep met vermoedelijke DCD-diagnose (n = 26)</li> <li>Controlegroep (n = 79)</li> </ul>	18-60 jaar
	Forde, 2021	Kwantitatief	<ul style="list-style-type: none"> <li>Volwassenen met DCD (n = 85)</li> </ul>	18-63 jaar
	Harrowell, 2017	Kwantitatief	<ul style="list-style-type: none"> <li>DCD-groep (n = 168)</li> <li>Controlegroep (n = 3750)</li> </ul>	16-18 jaar

Tabel 3: Beschrijving van de 22 Geïnccludeerde Studies in de Systematische Review

Thema	Eerste auteur, publicatiejaar	Soort studie	Aantal deelnemers	Leeftijd deelnemers
<b>Mentale gezondheid en levenskwaliteit</b>	Hill, 2013	Kwantitatief	<ul style="list-style-type: none"> <li>• DCD-groep (n = 36)</li> <li>• Controlegroep (n = 49)</li> </ul>	18-59 jaar
	Kirby, 2013	Kwantitatief	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Loontrekkende DCD-groep (n = 39)</li> <li>• Werkloze DCD-groep (n = 18)</li> </ul>	≥ 16 jaar
	Tal-Saban, 2014	Kwantitatief	<ul style="list-style-type: none"> <li>• DCD-groep (n = 25)</li> <li>• Borderline DCD-groep (n = 30)</li> <li>• Controlegroep (n = 41)</li> </ul>	22-29 jaar



### 3.1.2 Studenten met DCD in het secundair onderwijs

Harrowell *et al.* (2018) hebben de impact van DCD op de academische prestaties in het secundair onderwijs in het Verenigd Koninkrijk onder de loep genomen. In dit onderzoek werd het aantal behaalde *General Certificate of Secondary Education* (GCSE) van 16-jarige adolescenten met DCD vergeleken met een controlegroep van leeftijdsgenoten zonder DCD. De adolescenten zijn gediagnosticeerd met DSM-5 geclassificeerde DCD op 7-jarige leeftijd en bijkomende leerstoornissen zijn ook aanwezig.

Bij de GCSE-examens wordt een graad toegekend die kan variëren tussen A+ en G. In dit onderzoek wordt een opdeling gemaakt tussen diegenen die wel of niet vijf of meer GCSE's behaalden. Om te slagen moet er een score tussen A+ en C behaald worden. Dit is een veel gebruikte indicator voor academische prestaties in het Verenigd Koninkrijk. Het wordt ook vaak gezien als een vereiste voor het verkrijgen van plaatsen voor verdere studies (aan een universiteit of voor het verkrijgen van bepaalde jobs). Slechte prestaties van de GCSE's kunnen bijgevolg een nadelig effect hebben op de levensvooruitzichten van deze 16-jarigen.

Gegevens over de *Special Educational Needs* (SEN) of voorzieningen voor speciale onderwijsbehoeften zijn, voor deze doelgroep, verkregen tussen 9-10 jaar en 11-12 jaar. De SEN-status wordt opgedeeld in twee groepen. De eerste groep bestaat uit individuen die geen formele ondersteuning ontvingen. De individuen uit groep twee ontvingen een zekere maat van formele ondersteuning. Uit de resultaten van dit onderzoek blijkt dat individuen met DCD die geen SEN-ondersteuning verkregen, meer kans hebben om vijf of meer GCSE's te behalen dan individuen met DCD die wel SEN-ondersteuning verkregen (Harrowell *et al.*, 2018).

Harrowell *et al.* (2018) hebben hier twee verklaringen voor deze toch wel verrassende resultaten namelijk dat het bieden van ondersteuning aan studenten met DCD leidt tot slechtere academische prestaties. Ten eerste zullen individuen met de ernstigste motorische achterstand, en dus ook met de meeste academische problemen, waarschijnlijk als eerst worden erkend en in aanmerking komen voor SEN-ondersteuning. Ten tweede is het mogelijk dat individuen die SEN-ondersteuning ontvangen juist diegenen zijn met bijkomende leermoeilijkheden. Deze bijkomende leermoeilijkheden zullen de prestaties negatief beïnvloeden waardoor deze groep meer kans heeft om erkend te worden voor SEN-ondersteuning.

### 3.1.3 Hoger onderwijs

Zoals eerder vermeld is DCD een ontwikkelingsstoornis waarbij blijvende moeilijkheden zichtbaar zijn tot in de adolescentie en volwassenheid. Deze stoornis veroorzaakt niet enkel problemen in het secundair onderwijs, maar ook tijdens hogere studies. Zo blijkt dat volwassenen, die als kind gediagnosticeerd zijn met DCD, aanhoudende problemen melden bij het uitvoeren van motorische handelingen en executieve functies op latere leeftijd (Kirby *et al.*, 2008a, 2008b; Sumner *et al.*, 2021).

#### **Motorische problemen**

Het handschrift is op academisch vlak een essentiële vaardigheid die moeilijk te omzeilen is in het hoger onderwijs. Zo zal het netjes houden van notities tegen een aanzienlijk tempo een zeer moeilijk en blijvend probleem zijn voor studenten met DCD (Kirby *et al.*, 2008a, 2008b). Dit aanhoudend probleem is een struikelblok waarmee studenten met DCD kampen tijdens hun opleiding.

#### **Executieve functies**

Executieve functies (EF) zijn hogere orde cognitieve processen die nieuwe manieren van gedrag faciliteren en het anticiperen op onbekende situaties optimaliseren (Gilbert & Burgess, 2008). Omdat het dagdagelijkse leven bestaat uit diverse en veranderlijke situaties, omvatten EF een breed scala aan functies. Dit maakt het geven van een eenduidige verklaring moeilijk. Functies die hieronder worden gebracht zijn onder andere planning, organisatie, zelfregulatie, werkgeheugen ... enzovoort.

De meeste studenten met DCD ondervinden vooral moeilijkheden bij het integreren van informatie, het behouden van informatie, tijdmanagement en organisatie (Kirby et al., 2008a, 2008b). Deze verzwakte EF kunnen leiden tot frustraties bij de student. Hoewel het in beide onderzoeken wordt gezien als een zwakte, mag men toch niet alle gevallen over dezelfde kam scheren. Zo blijkt dat EF ook als een sterkte kan worden gezien voor bepaalde individuen. Deze studenten ondervinden geen moeilijkheden op vlak van organisatie en tijdmanagement.

### **Communicatie**

Een derde moeilijkheid die studenten met DCD ervaren zijn sociale vaardigheden. Communicatie is een belangrijke sociale vaardigheid die niet altijd eenvoudig is voor DCD-studenten. In de literatuur is men het erover eens dat communicatie in groepsverband voor de meeste individuen een struikelblok is (Kirby et al., 2008a, 2008b). Maar identiek aan de EF, blijkt ook hier dat een aanzienlijke groep van studenten met DCD hun communicatievaardigheden niet als een zwakte ervaren maar eerder als een sterkte. Zo kan deze groep wel goed communiceren in groepsverband en goed connecteren met anderen.

### **Doorzetting en zelfvertrouwen**

Al deze moeilijkheden zullen een invloed hebben op het doorzettingsvermogen en het zelfvertrouwen van de DCD-studenten.

Ongeacht alle moeilijkheden is men in de literatuur het erover eens dat, voor de meerderheid van de studenten met DCD, het doorzettingsvermogen kan beschouwd worden als een sterkte (Kirby et al., 2008a, 2008b). Dit houdt in dat de meeste DCD-studenten, met de nodige volharding, toegewijd zijn aan hun werk.

Op vlak van zelfvertrouwen is er wat tegenstrijdigheid. Zo toont Sumner *et al.* (2021) aan dat studenten met DCD niet geïdentificeerd kunnen worden als individuen met een laag academisch zelfvertrouwen in vergelijking met de controlegroep. De dyslexie/DCD-groep scoorde significant lager, wat te wijten kan zijn aan de comorbiditeit. Dit gaat echter in tegen de bevindingen van Kirby *et al.* (2008) waarbij de DCD-groep meer academische problemen ervaarde dan de dyslexie/DCD-groep. Deze tegenstrijdigheid kan verklaard worden door de grotere steekproefgrootte en de nadruk die meer op de algemene academische kenmerken ligt bij Sumner *et al.* (2021). Kirby *et al.* (2008) focussen daarentegen meer op motorische en sociale problemen.

### **Studenten geneeskunde**

Bij de literatuurstudie werd dieper ingegaan op studenten geneeskunde met DCD omdat er in deze studierichting veel EF én manuele handelingen aan te pas komen. In Walker *et al.* (2018) en Walker *et al.* (2020) worden vooral ervaringen gedeeld die deze studenten meemaken.

Als men kijkt naar de problemen die DCD-studenten ervaren met de studierichting geneeskunde, zijn er drie hoofdproblemen die in beide studies terugkomen: een slechte coördinatie, het leren van nieuwe vaardigheden en het onthouden van nieuwe informatie (Walker et al., 2018; Walker et al., 2020). Zo komen zij bijvoorbeeld vaak klungelig over. Dit maakt dat deze studenten de neiging hebben om hun toestand voor zich te houden uit angst voor stigmatisering en negatieve effecten op hun carrière (Walker et al., 2018). Dit heeft ook tot gevolg dat de DCD-studenten veerkrachtig en vastberaden zijn om te slagen.

Uit de auto-etnografie van Walker *et al.* (2020) blijkt dat de studenten geneeskunde met DCD blijvende problemen ervaren op vlak van EF en communicatie. Voor de EF gaat het meer specifiek over moeilijkheden omtrent planning, organisatie en tijdsconcepten. Zo geeft de proefpersoon aan dat ze voornamelijk voorwerpen kwijt raakt en een slechte oriëntatie en tijdsinschatting heeft. Op vlak van communicatie ervaart ze veel problemen met de basisvaardigheden bij menselijke interactie. Zo interpreteert ze vaak verbale signalen verkeerd en onderbreekt ze vaak andere mensen waardoor ze

onbeleefd kan overkomen hoewel dit niet zo bedoeld is. Al deze problemen brengen een emotionele last met zich mee.

### **Ondersteuning**

Ter ondersteuning van deze problemen voorzien de onderwijsinstanties een aantal hulpmiddelen. De soorten ondersteuning die deze studenten ontvangen zijn laptops, extra examentijd, notitienemer, mentor/coach, inclusief lesgeven en andere (Kirby et al., 2008a; Sumner et al., 2021). Onder andere ondersteuningsmiddelen verstaat men bijvoorbeeld dictafoons, inhaalprogramma's of het fotokopiëren van notities. Uit beide onderzoeken blijkt dat de extra examentijd en een laptop de twee meest populaire ondersteuning zijn.

In het Verenigd Koninkrijk kunnen studenten met een leer- of ontwikkelingsstoornis aanspraak maken op een *disability student allowance* (DSA) of een toelage voor studenten met een beperking. Echter, uit de literatuur blijkt dat de ontvangst van de DSA bij studenten met DCD significant lager ligt in vergelijking met studenten met dyslexie (Kirby et al., 2008b; Sumner et al., 2021).

Bij de medische DCD-studenten blijkt dat het weghalen van tijdsdruk en het gebruik van copingstrategieën een positief effect hebben (Walker et al., 2018; Walker et al., 2020). De tijdsdruk weghalen kan op een zeer eenvoudige manier: de docent haalt bijvoorbeeld aan dat het niet snel moet gaan. Ook kan het inbrengen van structuur het drukgevoel verminderen. Op de copingstrategieën komt men later terug.

### **3.1.4 Autorijden**

De leeftijd van de doelgroep van deze paper komt overeen met de leeftijd waarop personen hun rijbewijs kunnen behalen of reeds behaald hebben. Omdat autorijden een gegeven is met veel handelingen die tegelijkertijd worden uitgevoerd, is het interessant om onder de loep te nemen welke moeilijkheden individuen met DCD ondervinden tijdens het autorijden en welke ondersteuningsmiddelen er worden aangeboden.

#### **Rijvaardigheid**

Kirby *et al.* (2011) hebben onderzoek gedaan naar het rijgedrag van jongvolwassenen met DCD. Uit dit onderzoek blijkt dat het slagingspercentage van de DCD-groep significant lager ligt dan de controlegroep. Als men dieper ingaat op het aantal pogingen dat is ondernomen om zowel op het theoretisch- als praktisch rijexamen te slagen, dan is er opnieuw een significant verschil in het aantal pogingen waarbij de DCD-groep weer het onderspit moet delven. Eén van de hoofdredenen om geen rijbewijs te halen is het gebrek aan financiering maar dit geldt voor beide groepen. Andere redenen waarom de DCD-groep geen rijbewijs behaalt zijn gerelateerd aan hun ontwikkelingsstoornis. Zo zullen hun coördinatiemoeilijkheden of controleproblemen parten spelen tijdens het autorijden. Andere redenen die het behalen van een rijbewijs belemmeren zijn de afkeer of het gebrek aan zelfvertrouwen om iets nieuw aan te leren.

Eens het rijbewijs behaald is, kan men dieper ingaan op het rijgedrag en rijkeuzes van een DCD-groep in vergelijking met een controlegroep. Hierbij is het rijgedrag onderzocht op verschillende vlakken, zoals rijafstand, rijvaardigheid en zintuiglijke belasting.

Het meest voor de hand liggende rijgedrag is de totale rijafstand. In het onderzoek van Kirby *et al.* (2011) rapporteerde de DCD-groep een significant lagere rijafstand dan de controlegroep. Dit kan te verklaren zijn door de minder sociale participatie die leidt tot een lagere behoefte om naar andere personen te rijden. Later meer hierover.

In alle studies omtrent rijvaardigheid is het duidelijk dat individuen met DCD slechter presteren (de Oliveira & Wann, 2011; de Oliveira & Wann, 2012; Gentle et al., 2021; Kirby, Sugden, et al., 2011). Ze ervaren moeilijkheden bij afstandsinschatting, parkeren, snelheidscontrole, laterale bewegingen,

stuurcontrole en anticipatie op voetgangers. De uitvoering van deze manoeuvres wordt negatief beïnvloed bij een verhoging van de zintuiglijke belasting.

Omdat het autorijden een complex gegeven is, is men in de literatuur ook op zoek gegaan naar ondersteuning die het aanleren of het besturen zelf kan bevorderen. Zo blijkt uit verschillende studies dat het inperken van zintuiglijke belasting, en deze vervolgens gradueel te verhogen, een goede manier is om individuen met DCD het autorijden aan te leren (Gentle et al., 2021; Kirby, Sugden, et al., 2011). Men haalt een aantal suggesties aan, bijvoorbeeld het rijden met een auto met een automatische versnellingsbak. Hierdoor worden er meteen een aantal handelingen geëlimineerd, wat de concentratie zal bevorderen. Een andere suggestie is de eerste lessen *off-road* of in een lege parkeerplaats te laten doorgaan. Zo moet het individu met DCD zich louter focussen op de motorische taken die moeten worden uitgevoerd tijdens het autorijden. Het is mogelijk om langzaam meer zintuiglijke belasting te introduceren. Dit is een veilige en effectieve aanpak die uiteindelijk het vertrouwen van het individu ten goede zal komen. Het aanwerven van een rijinstructeur met een specifieke leermethode of het gebruik van een simulator kan helpen bij het aanleren van bepaalde rijvaardigheden.

### 3.1.5 Sociale participatie

#### ***Algemene dagelijkse levensverrichtingen***

Bij algemene dagelijkse levensverrichtingen (ADL) komen vaak EF aan te pas zoals organisatie, planning, prioriteiten stellen ... die al reeds besproken werden in het deel "3.1.3 Hoger onderwijs". ADL gaat echter verder dan dat. Zo zullen individuen met DCD-problemen hebben met het managen van geld, het opvouwen van kleren, het huishouden, oriënteren ... enzovoort (Gagnon-Roy et al., 2016; Kirby, Edwards, et al., 2011; Kirby et al., 2010; O'Dea & Connell, 2016). Van buitenaf hebben ze een klungelig voorkomen, omdat ze bijvoorbeeld objecten laten vallen of morsen.

DCD is een ontwikkelingsstoornis die de jobprestaties beïnvloed (Gagnon-Roy et al., 2016; Missiuna et al., 2008), zeker wanneer het gaat over handarbeid. Dit is een bijkomend probleem voor studenten met DCD omdat voor de meeste studentenjobs diverse manuele handelingen uitgevoerd moeten worden. Deze handelingen vergen vaak coördinatie, snelheid of precisie en kunnen de werkprestaties negatief beïnvloeden. Niet enkel het uitvoeren van de handelingen is moeilijk voor individuen met DCD maar ook het aanleren ervan. De ondermaatse beheersing van handarbeid kan leiden tot fysieke kwetsuren, werkloosheid of plagerijen door medewerkers.

Een belangrijk onderdeel van ADL is persoonlijke verzorging. Uit de literatuur blijkt dat de persoonlijke verzorging vergemakkelijkt tijdens het ouder worden (O'Dea & Connell, 2016). De handelingen kunnen in de loop der tijd geautomatiseerd worden omdat deze meestal in een stabiele omgeving worden uitgevoerd. Uit dit onderzoek is ook gebleken dat de fijne motorische taken, zoals het aanbrengen van make-up en het scheren, nog steeds een uitdaging vormen voor adolescenten met DCD.

#### ***Sport***

Uit de literatuurstudie is gebleken dat individuen met DCD moeilijkheden hebben met fysieke activiteiten en sport ten gevolge van hun ontwikkelingsstoornis (Gagnon-Roy et al., 2016; Kirby, Edwards, et al., 2011). Specifiek bij bal- en ploegsporten hebben ze meer moeilijkheden. De individuen zullen minder participeren bij zowel individuele, als ploegsporten ten gevolge van hun mindere prestaties.

#### ***Sociale interacties***

De motorische problemen die individuen met DCD ervaren op vlak van ADL, sport en autorijden hebben gevolgen voor de sociale participatie: de sociale activiteit van personen met DCD is lager dan gewoonlijk met als gevolg dat ze zich sneller sociaal isoleren (Kirby, Edwards, et al., 2011; Missiuna et al., 2008; O'Dea & Connell, 2016). Dit heeft bijgevolg invloed op de ontwikkeling van de sociale vaardigheden. Zo zullen mensen met DCD minder snel vrienden maken, moeilijk non-verbale clous herkennen en moeilijkheden hebben met sociale regels (Gagnon-Roy et al., 2016). De worsteling om

erbij te horen kan gepaard gaan met emotionele problemen die een impact kunnen hebben op het welzijn van het individu (O'Dea & Connell, 2016).

Uit de literatuur worden manieren gesuggereerd om zich beter te kunnen manifesteren in een sociale context. Deze *coping strategies* bestaan uit omzeilen, een match vinden, humor, verandering van de regels en “gewoon” doen (Gagnon-Roy et al., 2016; Missiuna et al., 2008). De meest voorkomende copingstrategie is het omzeilen van activiteiten, meer bepaald fysieke activiteiten zoals sport en handenarbeid. Een andere manier is om activiteiten te zoeken waar ze goed in zijn en waarbij er een match is tussen hun capaciteiten en de activiteit. Hier ligt de nadruk bij de individuele prestaties en niet bij het competitieve. Met humor kan men de aandacht op de zwakkere vaardigheden minimaliseren door bijvoorbeeld met zichzelf te lachen in plaats van gefrustreerd te zijn. In sommige gevallen moeten de personen met DCD de regels wat buigen zodat ze een alternatieve rol kunnen aannemen en hierdoor toch kunnen deelnemen aan de activiteit. De laatste strategie heeft betrekking op het doorzettingsvermogen van het individu, waarbij ze toch een moeilijke taak uitvoeren tot het hen effectief lukt. Oefening baart nog altijd kunst.

Tot slot is er nog een aanbeveling om de omgeving van de persoon te informeren over DCD en eventuele comorbiditeiten. Hierdoor kan de omgeving zijn verwachtingspatroon aanpassen of compensaties maken voor bepaalde moeilijkheden (Gagnon-Roy et al., 2016).

### 3.1.6 Mentale gezondheid en levenskwaliteit

#### ***Levensvoldoening***

Uit de literatuur blijkt dat de algemene levensvoldoening van personen met DCD lager ligt in vergelijking tot hun leeftijdsgenoten (Hill et al., 2011; Kirby et al., 2013; Tal-Saban et al., 2014). Dit is te wijten aan het omzeilen van activiteiten, werk/school beperkingen en sociale beperkingen (Forde & Smyth, 2021). Uit onderzoek blijkt dat hogere niveaus van omzeilen, werk/school beperkingen en sociale beperkingen gepaard gaan met een lagere levenskwaliteit. Als men vervolgens kijkt naar het verband tussen de ernst van DCD en de levenskwaliteit zou men denken dat personen met ernstige motorische problemen een lagere levenskwaliteit hebben. Dit is echter niet het geval.

#### ***Angst en depressie***

De verlaagde levensvoldoening maakt de individuen opvallend meer vatbaar voor angst en depressieve gedachten in vergelijking met hun leeftijdsgenoten (Harris et al., 2021; Harrowell et al., 2017; Hill & Brown, 2013; Kirby et al., 2013).

#### ***Ondersteuning***

In de literatuur zijn geen ondersteuning teruggevonden.

## 3.2 Resultaten semigestructureerd interview

### 3.2.1 Hoger onderwijs

#### **Studiemateriaal**

In het hoger onderwijs is er een hoger leertempo in vergelijking met het secundair onderwijs. Professoren of docenten kunnen op deze manier meer informatie overbrengen naar de studenten. De grote hoeveelheid leerstof moet worden opgenomen en vervolgens worden verwerkt.

Uit de gevoerde interviews geven verschillende partijen aan dat het nemen van notities zeer moeilijk is. Zo zal het luisteren en het tegelijkertijd noteren zeer moeilijk zijn voor DCD-studenten. Ze focussen zich op verschillende prikkels waardoor dit soms te veel wordt. Dit heeft als gevolg dat ze het nemen van notities gaan ontwijken of dat de notities onvolledig zijn.

*“Als ze dan vroegen naar notities bijvoorbeeld dan zeiden veel mensen “Je schrijft precies niks op” en ik zei “ik schrijft ook bijna niks op” want als ik dat zou doen dan vergeet ik het gewoon want dan zou ik zo opletten om het allemaal juist proberen te schrijven dus probeer ik gewoon echt heel erg kort, bondig en schematisch te werken.” (Oscar, student)*

*“Als ik dat doe, dan is dat heel chaotisch. Uhm, ja soms begin ik notities te nemen en dan geef ik halverwege op omdat je niet altijd goed kunt ontcijferen wat de leraar schrijft. Dat snappen en opschrijven tegelijk, dat vind ik heel moeilijk.” (Sam, student)*

Problemen bij het onderscheiden van hoofd- en bijzaken is een kwestie waar DCD-studenten mee worstelen. Ze zullen grotere moeilijkheden ondervinden bij het verwerken van grotere hoeveelheden leerstof. De essentie en structuur uit de leerstof halen en deze vervolgens verwerken in een samenvatting of schema is vaak problematisch. Dit heeft als gevolg dat ze naast de kwestie leren of zichzelf moeilijk kunnen inschatten.

*“Soms vind ik het echt super interessant en denk ik dat ik echt goed aan het studeren ben maar in feite ben ik niet aan het studeren wat ik zou moeten studeren. Ik had dit ook vaak voor bij mijn examens dat ik eigenlijk iets heb gestudeerd dat ik eigenlijk helemaal niet zou moeten studeren.” (Oscar, student)*

*“Ik denk niet dat ik de allerbeste ben in een samenvatting maken. Allee, ik weet niet of ik de beste ben in inschatten wat er op een examen komt. Ik kan nooit zeggen of ik ga slagen of niet ... en ik ben vaak verrast.” (Sam, student)*

*“Wat ik vaak merk is dat ze door het bos de bomen niet vinden. Als je grote stukken ... een dik boek moet studeren, dan moet je kunnen samenvatten, dan moet je de essentie er kunnen uithalen. Ik merk bij die DCD-jongeren dat zij het heel moeilijk hebben om die essentie te vinden.” (Brigitte, expert)*

*“Bij grote pakken ga je nooit zomaar alles kunnen lezen en onthouden. Je moet daar echt structuur gaan in zoeken en kunnen schema's maken en dat is voor kinderen met DCD wel moeilijk.” (Gwendolyn, expert)*

#### **Opdrachten**

Bij het maken van een opdracht komt veel kijken. De studenten moeten gebruik maken van leerplatformen, leermaterialen combineren, plannen, papers schrijven, presenteren en deadlines respecteren. In deze paragraaf wordt er dieper ingegaan op hoe DCD-studenten met al deze factoren omgaan.

Tegenwoordig verloopt een groot deel van de communicatie, in het hoger onderwijs, via leerplatformen. De communicatie via leerplatformen is de laatste jaren een belangrijke factor geworden in het (hoger) onderwijs. Uit de interviews blijkt dat studenten met DCD hier problemen mee hebben. Het is een zeer grote informatiebron waardoor het moeilijk kan worden om het overzicht te bewaren en zich door de veelheid aan informatie te navigeren.

*“Ik denk dat dat ook heel moeilijk is voor studenten met DCD om hun weg te vinden op zo’n leerplatform. Eigenlijk is dat gewoon een jungle van informatie waar je zelf gaat moeten beslissen wat belangrijk voor je is en wat niet. En eigenlijk dat systeem, filtert dat ook niet goed uit. Dus ik denk dat er heel veel winst te maken zit in die leerplatformen, om die veel duidelijker te maken waarbij er een soort hiërarchie zit van: wat is nu voor mij belangrijk en wat is minder belangrijk.” (Wouter, expert)*

Tegenwoordig zijn er veel informatiebronnen die studenten kunnen raadplegen zoals presentaties, cursussen, video’s, lesopnames ... enzovoort. Het combineren van deze informatiebronnen kan een uitdaging zijn voor studenten met DCD maar het biedt ook de mogelijkheid om het leerproces meer eigen te maken.

*“Ik versnipperde heel veel mijn informatiebronnen en stak die dan terug in één geheel. Dus ja, ik had heel veel informatie maar ik gebruikte niet al die informatie op zich. Voor mij was de leerstof dan minder ... zwaar zou ik zeggen. Omdat ik verschillende manieren heb om het in te studeren. En ik ben dan ook meer geprikkeld om op te letten.” (Oscar, student)*

*“En ik denk zo het combineren van al die leermaterialen, dat dat voor hen ook al een uitdaging is.” (Wouter, expert)*

Bij het maken van opdrachten wordt er vaak verwacht om planmatig te werk te gaan. Uit de gevoerde interviews is gebleken dat DCD-studenten moeilijkheden ervaren met het planmatig aanpakken van een opdracht. Het hanteren van een duidelijke structuur of organisatie verloopt moeizamer. Dit heeft vooral te maken met het zelfstandig karakter van het hoger onderwijs t.o.v. het secundair. Zo ondervinden ze ook moeilijkheden met het opstellen en volgen van plannings. Dit is echter iets wat wel kan worden aangeleerd, liefst op een jonge leeftijd.

*“Ik ga eerlijk zijn als ik aan het studeren ben, ben ik een chaoot. Bij mijn studies altijd geweest en dat gaat ook zo blijven. Vroeger ook als ik moest studeren voor een examen bijvoorbeeld dan lagen mijn notities overal, echt overal, papieren hier papieren daar. Ik had ooit eens een cirkel gemaakt rond mijn stoel met mijn papieren. Het is chaotisch voor andere mensen maar voor mij zit er wel een structuur in. En dat zorgde ervoor dat ik eigenlijk een heel slordige student was.” (Oscar, student)*

*“Een planning opmaken is iets wat ik heel weinig doe. Ik ben heel vergeetachtig. Ik weet vaak ook niet goed wat ik moet kennen voor een examen. En, ik heb moeite voor mezelf om mij daar vaak aan te zetten ... Ik kon mezelf daar niet toe aanzetten om die planning op te volgen eigenlijk.” (Sam, student)*

*“En dan denk ik ook door het feit dat de voorspelbare structuur die je in het middelbaar had van lessen en ... er werd nog heel duidelijk gezegd wat je moest doen en tegen wanneer ... dat valt ook allemaal weg in het hoger onderwijs. Dus ze moeten veel zelfstandiger gaan plannen, hun tijd nuttig gaan indelen en ik denk dat dat ook wel echt een probleem is voor studenten met DCD.” (Wouter, expert)*

*Taken kunnen op voorhand ingepland worden, maar de tijdsindeling gaan maken zal moeilijker zijn. Als ze dat niet geleerd hebben op voorhand, dat is ook iets wat ik aan jongeren leer die in het secundair starten, iets wat ik al direct meegeef aan ouders van “kijk zet daarop in, leer ze van in het begin zelfstandig taken plannen” (Gwendolyn, expert)*

Aan opdrachten hangen vaak papers en eindpresentaties vast. Studenten met DCD zullen bij het schrijven van een paper moeilijkheden ondervinden ten gevolge van de vrijheid die hier vaak gepaard mee gaat. Bij het presenteren komen communicatievaardigheden aan de pas. DCD-studenten moeten extra energie steken in het inoefenen van een presentatie.

*“Dus echt problemen in de les had ik niet want ik had een heel groot support net dat wel maar dan nog algemeen de problemen die je had zoals presenteren. De presentaties die je had daar moest ik wel 25 keer bij nadenken hoe ik het ga zeggen of hoe ik het eigenlijk vertel ... presenteer. Maar anders dan dat, grote problemen tijdens de les was het opletten.” (Oscar, student)*

*“En een derde ding waar ze volgens mij tegenaan lopen is volgens mij het maken van opdrachten, het schrijven van papers. Ik denk dat ze soms heel moeilijk vertrokken geraken. Dus dat ze niet goed weten wat er van hen verwacht wordt.” (Wouter, expert)*

Een opdracht is nooit zonder een deadline. Uit de interviews komt voor dat de DCD-studenten hier geen problemen bij ondervinden. Een probleem dat zich wel mogelijk kan voordoen is het combineren van verschillende deadlines.

*Ik denk niet dat ik daar de beste in ben, maar ik denk ook niet dat ik daar speciaal moeite mee heb. Tenzij het niet verplicht is. Ik haal wel meestal mijn deadlines (Oscar, student)*

*“Goh, ik denk uhm ... vooral als die deadlines ... want docenten stellen dat ook niet op elkaar af. Dus dat wilt zeggen dat je soms drie deadlines hebt in één week en dan twee maanden niks bij wijze van spreken. En ik denk dat dat wel heel moeilijk is ... om dan verschillende deadlines te gaan combineren.” (Wouter, expert)*

### **Ondersteuning**

Een van de meest voor de hand liggende ondersteuning in het hoger onderwijs zijn examenfaciliteiten. De meest frequente ondersteuning is meer examentijd en gebruik van een laptop. Een speciale ondersteuning die uit de interviews is gekomen, is extra toelichting bij de examenvragen.

*“Ja, natuurlijk heb ik altijd meer tijd gekregen. 20% meer tijd. Maar ik had ook een speciale bijstand. Ik mocht vragen stellen aan de prof over de examenvraag.” (Oscar, student)*

*“Ik krijg dan een verlenging van mijn examentijd, maar om het makkelijk te maken krijgt eigenlijk iedereen die. Ik vraag mij soms af of de examens nog wel afgestemd zijn op de originele tijd of de tijd die er automatisch voor iedereen is bijgezet.” (Sam, student)*

*“Ik denk het gebruik van een computer zodat het handschrift ook al niet meespeelt. Dat dat ook al een belangrijke is. En het geven van meer tijd.” (Wouter, expert)*

*“Op computer een examen mogen maken, meer tijd krijgen om het examen te maken, en mondeling examen maken als het kan.” (Gwendolyn, expert)*

Uit de interviews wordt een buddysysteem of studiebegeleiding aangeraden. Zo kunnen DCD-studenten beter individueel geholpen worden op vlak van planning, organisatie en het leren van nieuwe vaardigheden.

*“Dus eigenlijk een soort van buddy: iemand die bij voorkeur in dezelfde studierichting zit en met die student in gesprek gaat en ervoor zorgt dat die van alles goed op de hoogte is.” (Wouter, expert)*



*“Ik denk zowat die individuele begeleiding. Dus: die studiebegeleiding en dat buddysysteem. Iemand die eigenlijk de student mee op sleeptouw kan gaan nemen en die de student kan wegwijzen maken in de gebouwen en het online leerplatform. Want het is allemaal zo nieuw en het vraagt zoveel nieuwe skills en strategieën die op heel korte tijd moeten ontwikkeld worden ... dat ik denk dat iemand met DCD vooral in de overgang van het secundair naar het hoger onderwijs ... in die eerste periode ... individuele, intensieve aandacht nodig heeft.” (Wouter, expert)*

*“Maar buddy’s bijvoorbeeld, dat zou ook wel heel handig kunnen zijn.” (Brigitte, expert)*

*“Ja, en voor het plannen en organiseren. Een kotgenoot bijvoorbeeld. Ik vermoed dat bij iemand die we geïnterviewd hadden ... die was met zijn zus op kot. Dus zijn zus was buddy.” (Brigitte, expert)*

Uit de gevoerde interviews is gebleken dat het aanbieden van meer structuur een positieve invloed heeft op de planning en organisatie voor DCD-studenten. Men kan hen de mogelijkheid geven om over grotere periodes te plannen of om extra contactmomenten te voorzien met de docent.

*“Ik denk een soort van overzichtskalender waarbij alle grote opdrachten voor het hele academiejaar of per semester toch al allemaal opgesomd zijn. Want Toledo of Blackboard, dat geeft geen overzicht over een langere periode. Dat is week per week, dat die informatie erop verschijnt. Ik denk dat het ook belangrijk is dat studenten over een grotere periode heen kunnen gaan plannen.” (Wouter, expert)*

*“Dus ik denk dat studenten met DCD ook echt nood hebben aan duidelijke instructies en misschien wel een extra contactmoment met de docent om precies te weten wat er van hen verwacht wordt, zodat ze inderdaad van start kunnen gaan.” (Wouter, expert)*

Hard werken of *just do it* is een copingstrategie die uit de interviews voortkomt. Het aanpakken van problemen bij DCD-studenten is moeilijk en vergt veel tijd maar zal uiteindelijk wel lukken. Deze strategie is zeer belangrijk naar hun latere leven toe.

*“Mijn ouders hebben ook gezegd van “Je hebt deze aandoening dus je moet jezelf niet al te hard neerhalen”. En ik heb die mentaliteit moeten veranderen omdat ik een hele tijd op mezelf een manier moest vinden omdat ik in het begin niet veel ondersteuning had. Dus ik heb sowieso altijd de indruk gehad dat ik harder moet werken.” (Oscar, student)*

*“Nu de dag van vandaag nu dat de DCD-problematiek al wat bekend is, zorgt dat ervoor dat dat meisje die uiteindelijk wel logopediste is, dat die daar nachten en dagen aan heeft gewerkt. Ik kan u verzekeren als je coördinatiestoornissen hebt en je moet daar zitten knippen en plakken, dat dat wel heel veel tijd in beslag neemt. Maar ze is er wel in geslaagd maar het kost haar veel meer tijd dan anderen.” (Brigitte, expert)*

*“Wat ik vaak aan de ouders zeg die in de put zitten als ze de diagnose krijgen, dan zeg ik dat ik het gevoel heb dat kinderen met DCD heel harde werkers zijn ... dat die het ook wel halen op één of andere manier. Door het feit dat ze op jonge leeftijd leren om zo hard te werken, dat ze ook leren in het latere leven hun plan te trekken.” (Brigitte, expert)*

Een andere copingstrategie is het vinden van een match met je sterke eigenschappen. Dit geldt vaak voor iedereen maar DCD-studenten moeten extra rekening houden met hun beperkingen. Eens een studierichting is gekozen is het mogelijk om de studiebelasting te verlagen. Door de studiepunten te verdelen over meerdere jaren maakt dat de druk en tempo van de opleiding lager zal liggen.

*“Nog een ander hulpmiddel zou zijn om de studiebelasting te verlagen. Om bijvoorbeeld te zeggen van: ik ga geen 60 studiepunten per academiejaar opnemen, maar ik neem er maar*

*40 of 45 op, zeker de eerste jaren, om jezelf wat meer ademruimte te gaan geven.” (Wouter, expert)*

*“Wat ik daarnet zei over die jongen met zijn tandtechnicus opleiding: je zoekt dan naar een andere opleiding waarin je het motorische minder nodig hebt. En, net zoals wij allemaal zijn we sterk in bepaalde zaken en zwak in andere zaken. Ik ga ook niet iets zoeken waar ik zwak in ben. (Brigitte, expert)*

Tot slot blijkt uit de interviews dat DCD nog steeds een onderbelicht probleem is. Het is zeer belangrijk dat de omgeving van de DCD-student weet wat deze ontwikkelingsstoornis inhoudt.

*“In het hoger hadden ze een dossier en wisten ze van let op voor dit, dit en dit. Dus die kregen al van ervoor informatie en dat hielp wel. Die zorgen dan meer voor ondersteuning of meer/minder aandacht wanneer nodig.” (Oscar, student)*

*“Mensen met een stoornis die kunnen veel meer leren als andere mensen weten hoe ze met hen moeten omgaan. Dan zijn ze ook beter voorbereid voor het hoger onderwijs. Awareness creëren dat is wel belangrijk.” (Oscar, student)*

*“Ik denk de ondersteuning zo nog niet direct. Maar ik denk wel dat er meer informatie nodig is: dat de docenten zich bewust moeten zijn van de specifieke problemen die deze studenten ervaren.” (Wouter, expert)*

*“Als het een school is die nog nooit gehoord heeft van DCD en als de ouders niet vertellen hoeveel moeite ze er 's avonds in steken om al die leerstof erin te krijgen. Dat kind functioneert wel vrij goed op school, hij haalt goeie punten en als hij 90% haalt op het rapport. Waar ligt dan het probleem volgens de school? Ze zeiden wel: we konden zijn handschrift niet lezen, maar ja zijn punten waren goed. En tijdens de turnles was hij niet goed, maar ja zijn punten waren goed.” (Brigitte, expert)*

*“Ik denk dat begrip wel een belangrijke zal zijn want ik heb niet het gevoel dat ze in het hoger onderwijs weten waar het over gaat.” (Brigitte, expert)*

### 3.2.2 Executieve functies

#### **Planning**

De interviews geven aan dat er aanhoudende problemen zijn op vlak van planning. Zo is het opstellen van een planning en het nakomen van afspraken een struikelblok voor studenten met DCD. Uitstelgedrag is iets dat voor beide geïnterviewde studenten terugkomt.

*“Als ik zeg van bijvoorbeeld ik moet deze week echt wel naar de dokter ... Ik kon deze afspraak een maand geleden maken maar ik heb dat niet gedaan. Ik heb ook wel uitstelgedrag. Dat is ook wel als ik met heel veel dingen in mijn hoofd zit zodat ik even denk “ik moet er niks van weten”.” (Oscar, student)*

*“Ik probeer dat wel te plannen, maar soms zeg ik heel laat toe omdat ik het niet allemaal durf goed in te plannen en dat is ook niet altijd goed.” (Sam, student)*

*“In de tweede instantie denk ik aan meer planmatige problemen, dus: planningsproblemen, tijdsbeheer, boekentassen in orde krijgen, bijvoorbeeld alle vakken geordend houden, alles op zijn plaats krijgen, dat soort dingen. Dat valt mij toch ook wel heel erg op dat mensen met DCD daar heel veel problemen mee hebben.” (Wouter, expert)*

## **Organisatie**

Een volwassen persoon wordt geacht zelfstandig te zijn. Er zal minder hulp worden verleend bij het organiseren van dagelijkse taken en administratie. Bijvoorbeeld, het op orde houden van administratie en e-mails blijkt toch een probleem te zijn. Uit de interviews is ook gebleken dat het kwijtraken van spullen iets is wat vaker voorvalt bij personen met DCD.

*“Ik vergeet heel erg vaak dingen te doen in plaats van spullen kwijt te raken. Dat heb ik wel heel erg vaak. Daarin ben ik wel een grotere chaoot. Dat is wel verschrikkelijk.” (Oscar, student)*

*“Ik denk orde houden: mijn administratie een beetje, mijn e-mails ... daar heb ik heel veel moeite mee om dat allemaal netjes te houden, mijn papieren mooi op de juiste plek te houden. Gewoon onthouden wat ik allemaal nog moet regelen en het opbrengen van iets te regelen.” (Sam, student)*

*“Heel rommelig, veel papieren. Ik stofzuig ook maar weinig. Mijn bed is ook nooit opgemaakt. Het is eigenlijk heel rommelig, ja.” (Sam, student)*

*“Ik denk dan ook aan het organiseren en op orde houden thuis: de administratie op orde houden, correspondentie van mails en dat soort dingen. Dat is ook wel iets dat volgens mij moeilijk is.” (Wouter, expert)*

## **Ondersteuning**

Uit de interviews zijn een aantal ondersteuningseenheden aan het licht gekomen omtrent planning en organisatie. Zo kan het gebruik van wekkers helpen om afspraken na te komen. Voor organisatie kan men lijstjes gebruiken zodat men geen aspecten vergeet. Dit kan handig zijn voor het boodschappen doen of het maken van koffers. Planning en organisatie is iets wat aangeleerd kan worden liefst op jonge leeftijd. De hulp van ouders of naasten kunnen personen met DCD helpen maar de betrokkenheid mag niet zo groot worden dat ze dit gaan overnemen. Dit zal de vaardigheden dan niet ten goede komen.

*“Ik werk ook bijvoorbeeld met wekkers zodat ik sommige dingen niet vergeet en dat is niet wat we willen.” (Oscar, student)*

*“... mijn vriendin is een heel actieve en ik ben ook wel heel sociaal maar planningsgewijs ben ik ook een chaoot ... dus ik heb een klein beetje geluk dat zij de planning regelt voor ons en dus ook voor mij. Dus alle afspraken die ik heb in de week komt eigenlijk via haar kant maar dan het administratieve gedeelte doe ik.” (Oscar, student)*

*“Een planning en agenda, ik kan dat ook niet echt opbrengen om dat aan te maken. Wat ik wel doe om proberen afspraken te onthouden, is wekkers zetten. Als ik weet van: als ik morgenochtend naar daar vertrek, dan moet ik zeker dat in mijn boekentas steken of mijn valies. Dan zet ik dat op die wekker. Dat is iets dat ik probeer.” (Sam, student)*

*“Ik denk alles dat met planning te maken heeft. Dat wil zeggen: orde houden. Bijvoorbeeld voor eten en boodschappen doen, dat vraagt heel veel planning. Ik denk dat dat zeker moeilijk is. Maar ook iets dat aangeleerd kan worden: om met vaste lijstjes te werken bijvoorbeeld en om die lijstjes regelmatig te overlopen om te zien of je nog iets nodig hebt van dat lijstje.” (Wouter, expert)*

*“Uhm, ja sowieso. Die lijstjes kunnen uitgebreid worden naar alle dingen, hè. Bijvoorbeeld als je gaat inpakken voor een reis, kan ik mij voorstellen dat zo'n lijstje van spullen die je meeneemt op reis ook wel heel handig kan zijn.” (Wouter, expert)*

*“Ik denk dat het eerder zo iets is: dat als er entourage is dat ze het voor hen doen, dat zie ik vaak, hè, dat ouders de boel voor hen overnemen.” (Brigitte, expert)*

*“Ik denk dat ze daar ook niet bij stilgestaan hebben, dat dat een probleem kan zijn. Als het gedaan wordt door de anderen, dan staan ze er zeker niet bij stil. Ik denk met het ouder worden ... dan wel.” (Brigitte, expert)*

*“Naar mijn persoonlijk gevoel zou ik denken degene die er geen probleem mee hebben zijn degene die er al heel vroeg al aangeleerd hebben en daarmee heel veel energie en tijd in hebben gestoken om die dingen. Je hebt zo ouders die heel vroeg een kinderen zelfstandig maken.” (Gwendolyn, expert)*

*“Maar ik moet vooral ouders instrueren dat zij het niet mogen doen. Ze moeten dat doen door vragen te stellen. Zodat het kindje zelf leert zijn eigen te sturen. Hij gaat zichzelf die vragen beginnen stellen.” (Gwendolyn, expert)*

### 3.2.3 Autorijden

Het leren autorijden is een vaardigheid met veel verschillende handelingen en prikkels. Het leerproces van het autorijden valt voor de meeste gevallen binnen de leeftijdscategorie van dit onderzoek. In het interview wordt erop zoek gegaan naar moeilijkheden en ondersteuning die DCD-studenten ervaren tijdens dit leerproces.

#### **Rijgedrag**

Er moet transparantie worden gecreëerd naar het langere leerproces die studenten met DCD ondergaan bij autorijden. Het zal net zoals andere vaardigheden langer duren dan bij personen zonder DCD. De bewustmaking hiervan kan een positieve invloed hebben op het gemoed van de lerende.

*“Ik denk dat het proces om vlot te leren rijden gewoon een langer proces is voor iemand met DCD dan voor iemand zonder. En eigenlijk zouden studenten of jongeren daar ook over geïnformeerd moeten worden. Anders wordt dat weer de zoveelste faalervaring.” (Wouter, expert)*

Autorijden is een combinatie van verschillende handelingen die tegelijkertijd worden uitgevoerd. Het vereist dus een bepaald niveau van *multitasking*. Uit de interviews blijkt dat dit een struikelblok vormt voor de DCD-studenten. Ze ervaren vooral problemen met het manueel schakelen in combinatie met het anticiperen op het verkeer rondom hen.

*“Het enige wat ik soms vergeet is dat ik vergeet te schakelen. Ik sta dan aan het rode licht en dan sta ik nog in tweede en dan vergeet ik de auto weer terug in eerste zetten. Dat heb ik heel erg vaak voor.” (Oscar, student)*

*“Toen ik nog voor geschakeld ging ... sowieso op alles letten: verkeer, het reglement en dan nog het schakelen tegelijk ... dat is het multitasking. Dat lukte eigenlijk echt voor geen meter. Nu dat ik het met een automaat aan het doen ben, gaat het autorijden echt een stuk beter.” (Sam, student)*

*“En ik denk ook dat het multitasken de uitdaging is: je moet het verkeer in de gaten houden en de mentale weg die je wilt afleggen en dan moet je ook nogal die motorische handelingen doen.” (Wouter, expert)*

Een van de problemen die vermeld wordt, is de invloed van de zintuiglijke belasting. Zo beaamt Oscar dat hij nog steeds problemen heeft met de invloed van de omgeving. Hij moet extra aandacht vestigen aan zijn omgeving.

*“Dat ging wel. Maar ik heb altijd geleerd dat ik extra hard moet opletten op mijn omgeving omdat je niet enkel bezig bent met je eigen leven maar iedereen zijn leven staat op het spel.”*  
(Oscar, student)

*“Zoals 360 camera of 360 surrounding zijn wel handig. Bij het achteruit rijden en er komt een fietser aan dan weet mijn auto het meestal eerst vooraleer ik het weet. Dat heb je wel iets van “oei dat heb ik niet gezien tot nu”. Dat helpt u bij het gewaarworden van hoe je rondom je kijkt.”* (Oscar, student)

Beide studenten geven in de interviews aan dat ze problemen ervaren met het behouden van hun laterale positie tijdens het rijden. Zo zullen ze frequenter onvrijwillig uitwijken indien hun focus tijdens het rijden verzwakt.

*“Bij mijn manuele auto heb ik ook een lean assist dus als ik aan het uitwijken ben trekt mijn auto me terug naar de juiste kant. Ik merk ook als ik aan het praten of aan het babbelen ben, gebeurt het wel eens dat uit het niets mijn stuur trilt en ik dan zie van “oei ik zit blijkbaar over de lijn”.”* (Oscar, student)

*“Naar de zijkant toe niet altijd zo geweldig, maar over het algemeen wel ça va. Ik had vroeger wel veel last met in het midden van de baan te blijven. Ik keek dan altijd rechts in de spiegel naar de lijn en of die afstand hetzelfde bleef.”* (Sam, student)

### **Ondersteuning**

Een van de eerste ondersteuning die terugkomt in de interviews is het gebruik van een simulatie. Op deze manier kan men DCD-studenten op een veilige manier de verschillende handelingen aanleren zonder ernstige gevolgen bij fouten.

*“Er zijn studenten die ontdekt hebben dat er een autorijschool is waar je simulaties kunt doen zonder dat je met je auto op de baan gaat wat, denk ik, toch al iets veiliger is voor die mensen om te doen ... waardoor je die reactiesnelheid ... en dat je ze een aantal dingen kunt aanleren zonder dat ze de auto in de prak rijden.”* (Brigitte, expert)

Een tweede ondersteuning die voorkomt in de interviews is het gebruik van een automatische versnellingsbak. Hierdoor moet de DCD-studenten zich op een kleiner aantal handelingen focussen. Tegenwoordig hebben auto's nieuwe technologieën die bestuurders helpen bij het focussen op de omgeving. Zo kunnen *lean assist* en *360 camera's* de bestuurder helpen anticiperen op de omgeving. Dit kan zeker voordelig zijn voor studenten met DCD.

*“Ook sneller de keuze maken om te gaan switchen van handgeschakeld naar een automaat. Dat kan de succeservaring al doen toenemen. Dat je zegt dat we al direct kiezen voor een iets makkelijkere weg waardoor het al een minder complexe motorische coördinatie wordt.”*  
(Wouter, expert)

*“We raden vaak ook aan om met een automaat te rijden omdat je u niet moet gaan concentreren van: in eerste, tweede, derde, dat is te veel van het goeie, hè. De combinatie van het hanteren van al die knopjes en remmen of ondertussen gas geven en ambiëren (koppelen) ... en dan nog op het verkeer letten. En vaak loopt het daar dan fout, hè.”* (Brigitte, expert)

Tijdens de rijlessen raden de experten aan om als rijinstructeur stapsgewijs tewerk te gaan, begrip te tonen en veel geduld te hebben tijdens de rijsessies. Deze stapjes zullen bij DCD-studenten kleiner zijn. Maar gaandeweg zal men meer aspecten kunnen combineren en zullen er automatismen ontstaan.

*“Ja, in kleinere stapjes ook. Veel meer tijd nemen en dan de combinatie ... meer en meer gaan beginnen combineren. En veel meer tijd geven om ze te laten oefenen, want*

*uiteindelijk ... ja, automatiseren is oefenen en voor hen vraagt dat veel meer tijd.” (Brigitte, expert)*

*“Het moet iemand zijn met zeer veel geduld. Iemand die begrip heeft. Want het wordt nog altijd vaak gezien als dommere mensen. Het is een zeer onzichtbaar probleem. Dus je moet je kunnen inleven en vooral heel stapje voor stapje iets aanbrengen en inoefenen.” (Gwendolyn, expert)*

### 3.2.4 Dagdagelijks leven

#### **Motorische problemen**

Het klungelige gedrag neemt af naarmate de leeftijd. Dit heeft te maken met het feit dat dagdagelijkse activiteiten frequenter worden geoefend en uitgevoerd. Het aanleren van nieuwe vaardigheden zal steeds een blijvend probleem zijn. Als volwassene heeft men de keuze om bepaalde activiteiten te vermijden. Dit heeft als gevolg dat het soms lijkt dat er minder problemen zijn terwijl deze echter wel nog aanwezig zijn.

*“Ja, ik denk echt zo dat dat klungelig gedrag, “the clumsy child” zoals dat in de literatuur beschreven wordt, dat je dat bij jongvolwassenen natuurlijk minder ziet. Je ziet bijvoorbeeld dat kinderen niet kunnen fietsen zonder zijwielen. Kinderen die tijdens het lopen echt wel over hun eigen benen struikelen. Kinderen die zich niet kunnen aankleden, hun veters niet kunnen strikken, niet met mes en vork kunnen eten ... Ik denk dat ze de heel opvallende dingen natuurlijk gaan leren omdat ze dat dagelijks doen. Ze hebben eigenlijk gewoon een langere leerperiode nodig.” (Wouter, expert)*

*“Vooral als ze iets nieuws gaan moeten doen. Dat klungelige gedrag ga je niet meer zien bij iets wat ze al goed onder de knie hebben.” (Gwendolyn, expert)*

*“Sommigen hebben zich zo een leven kunnen uitbouwen dat ze eigenlijk de zaken die ze niet goed kunnen gewoon niet meer moeten doen. Je moet als volwassene niet meer gaan sporten als je dat niet kunt. Je moet niet meer schrijven als je dat niet kunt. Als je niet goed kunt koken ... en je hebt een vriendin die kookt ... waarom zou je het dan nog doen? Dan lijkt het wanneer je ouder bent dat je minder problemen hebt. Maar dat wil niet zeggen dat de problemen er niet meer zijn.” (Gwendolyn, expert)*

Eten is ook een dagdagelijkse handeling die vooral moeilijkheden veroorzaakt bij kinderen met DCD. In de interviews is er polshoogte genomen hoe zij dit nu ervaren. Zo heeft Oscar minder problemen met het hanteren van bestek dan Sam. Dit heeft te maken met de extra aandacht die deze handeling heeft gekregen tijdens Oscar zijn opvoeding. Morsen daarentegen is nog altijd iets waar beide studenten moeilijkheden mee hebben.

*“Mijn moeder was heel erg gefocust op etiquette. Ze is een heel klassieke dame. Dus ze heeft hard op mij getimmerd. Sommigen eten bijvoorbeeld hun soep zo (handgreep) terwijl dat geen etiquette is. Dus als klein kind leerde ik dat wel. Ik heb ook bijvoorbeeld speciale vorken gehad waarbij ik de vork enkel in de juiste houding kan houden. Alleen dan kon je deftig eten dat had ik ook bij messen en lepels. Je kon ze enkel op de juiste manier volgens de etiquette vasthouden.” (Oscar, student)*

*“Mijn vriendin zegt dat heel erg vaak, ik merk dat niet, dat ik continu mors. Ik mors continu blijkbaar. Als ik water in een pot toe dan mors ik een beetje en dan wordt ze gek.” (Oscar, student)*

*“Eten met een theelepels bijvoorbeeld, dat is verschrikkelijk. Dat is iets wat ik niet goed kan.” (Sam, student)*

*“Zoals ik mij herinner precies vroeger minder dan nu. Ik denk dat ik ook minder proper eet nu, dat ik wat meer mors eigenlijk.” (Sam, student)*

*“Ja, ik mors veel op tafel en van tijd ook wel op mijzelf (op mijn buik of op mijn schoot).” (Sam, student)*

Wandelen is een dagdagelijkse activiteit waar personen met DCD moeilijkheden bij kunnen ervaren. Ze moeten hier vaak extra aandacht aan besteden. Het zal meer energie vergen dan bij een persoon zonder DCD. Tijdens het wandelen voelen sommige DCD-studenten zich bekeken of ervaren ze stress.

*“Ik weet dat ik bijvoorbeeld last heb gekregen van wandelen in mijn kinderjaren. Dat gevoel van dat ik bekeken werd en dat het automatisme wegviel, dat is iets dat ik niet had in de lagere school of daarvoor. Dat was toen ontstaan en dat is uiteindelijk nooit niet weggegaan.” (Sam, student)*

*“Ja, wat zij ook verteld is dat zij niet gaat wandelen met haar vrienden ... Zij slaat haar voet om de haverklap om bij het wandelen. Zij zegt van: “ik durf het niet meer doen. Ik voel dat ik motorisch heel moe ben na zo’n kleine activiteit van een kleine 10 km.” Terwijl de rest daar heel veel plezier bij had, kreeg zij daar vooral stress van.” (Brigitte, expert)*

### 3.2.5 Sport

#### **Sporten vermijden**

Studenten met DCD ervaren moeilijkheden tijdens het beoefenen van sporten. Het vergt veel coördinatie, motorische handelingen en precisie. Zo zullen ze complexe sporten of sport in het algemeen vermijden. Competitief sporten is zeker uit ten boze. Dit kan gevolgen hebben voor zowel de fysieke als de mentale gezondheid.

*“Elke sport dat ik deed vroegen ze wel of ik competitie wou doen. Maar ik heb altijd gezegd “nee dat ga ik niet doen want ik kan me dan hard neerhalen als ik zo van die dingen doe”. Ik zou er wel op letten maar het 100% eruit krijgen gaat niet lukken. Ik ga sowieso meerdere punten verliezen door die stomme ongewilde motorieke acties.” (Oscar, student)*

*“Nee, ik doe geen sport. Ik ben uiteindelijk nooit goed geweest in sport en ik heb nooit een sport leuk gevonden. Misschien ook omdat ik er nooit goed in ben geweest.” (Sam, student)*

*“Nu, niet elke sport vereist evenveel controle. Dus je gaat vooral merken dat balsporten, want die balvaardigheid is toch vrij complex, dat dat sporten zijn die ze gaan vermijden ... andere sporten waar ze complexe, motorische handelingen gaan moeten doen.” (Wouter, expert)*

*“Ik merk dat het gewicht bij die mensen toeneemt, ik zie dat toch bij onze pubers. Zij proberen het sporten toch te vermijden.” (Brigitte, expert)*

#### **Ondersteuning**

Bij sporten is het moeilijk om ondersteuning aan te bieden omdat het grotendeels uit motorische handelingen bestaat. Men kan echter wel openheid creëren rond DCD zodat de omgeving meer begrip kan tonen. Een andere manier is de omgeving/regels aanpassen zodat men studenten met DCD toch zoveel mogelijk kan includeren.

*“Bij ons in de opleiding, in de opleiding L.O., weet ik dat er onderzoek gedaan wordt naar DCD. Daar wordt zeker en vast over gebabbeld. Maar laat ons zeggen dat de oudere generatie daar geen begrip voor heeft.” (Brigitte, expert)*

*“Ik denk vooral zorgen voor een sportleerkracht die veel begrip toont, quoteert op de inzet en niet op het resultaat.” (Gwendolyn, expert)*

*“Je kan je sportlessen perfect inrichten waarbij het niet echt opvalt dat iemand met DCD een andere taak heeft. Je wilt bijvoorbeeld een wedstrijdje voetbal doen. Zet het kind met DCD in de goal bijvoorbeeld. Dan moet je al minder bewegen tussen de anderen. Laat hem de punten bijhouden. Hij is dan de scheidsrechter die van de zijlijn toekijkt. Men kan dat perfect oplossen.” (Gwendolyn, expert)*

Uit de interviews blijkt dat de studenten met DCD verkiezen om individuele sporten uit te oefenen omdat ze zich beter op zichzelf kunnen focussen in plaats van een heel team. Ploegsporten worden veel tactischer ervaren. Als ploegspeler heeft men zowel een individuele rol als een rol in het team. In een team zullen spelers zich onbewust met elkaar vergelijken. Deze afmeting kan onaangenaam aanvoelen.

*Ik was een heel fanatieke sporter vroeger. Ik deed 4 verschillende sporten: golf, tennis, zelfverdediging en zwemmen. Dat is wel veel. Het ding was wel dat ik zelfverdediging heel intensief deed en de rest niet zo. (Oscar, student)*

*Ploegsporten spraken me wel aan. Het probleem is dat ik niet weet hoe ik 100% moet meedraaien in een team. Omdat ik soms niet begrijp waar het team naartoe wil gaan. (Oscar, student)*

*“Ik denk dan eerder individueel want in ploeg is vaak tactischer en moet je je veel meer met verschillende dingen tegelijk bezighouden.” (Sam, student)*

*“Ja, ik denk het wel. Ik denk dat ze de voorkeur geven aan individuele sporten omdat ze ook niet willen dat hun motorische prestatie ... in een ploegsport word je onbewust toch vergeleken. Je valt op en je prestaties worden afgemeten ten opzichte van de andere leden van de groep wat eigenlijk niet zo prettig is voor mensen met DCD, om altijd slechter te zijn of minder goed te zijn.” (Wouter, expert)*

### 3.2.6 Sociale vaardigheden

#### **Vriendschappen**

Uit de interviews blijkt dat studenten met DCD vaak geen grote vriendengroepen hebben maar vaak enkele hechte vriendschappen. Nieuwe, vriendschappelijke of romantische, relaties opbouwen en behouden kan echter wel een uitdaging vormen.

*“Mijn vriendengroep is een hechte vriendengroep. Ik ben samen met die jongens opgegroeid. Ik noem ze mijn broers. Wij gaan door dik en dun. Dat is echt geen probleem.” (Oscar, student)*

*“Ik twijfel eraan dat ik de beste ben in relaties vormen: of dat dat nu gewoon op vriendschappelijk vlak is, of op romantisch vlak. Dat is voor beide vlakken wel uitdagend. Het maken van nieuwe vrienden, soms het behouden van ... en ja, het zoeken van een partner. Ja, ik ben nu 23. Ik heb uiteindelijk nog nooit een relatie gehad. Ik heb geen idee hoe dat zou lopen moest dat wel zo zijn. In dat opzicht heb ik het op sociaal vlak soms moeilijk.” (Sam, student)*

*“Ik denk dat eens ze contacten kunnen leggen, dat hun vriendschappen op zich even intens kunnen zijn. Maar ik denk gewoon dat ze met minder mensen in contact komen.” (Wouter, expert)*

*“Ja, toch wel. Omdat het rustige mensen zijn en ik heb het gevoel dat als ze vriendschappen hebben, dat het hechte vriendschappen zijn maar heel klein. Dat zij niet in hele grote*



*groepen ... dat zij echt wel degenen zijn met een aantal vrienden en dat zijn ook wel goeie vrienden. Vaak zijn dat mensen die in dezelfde belangstelling zitten.” (Brigitte, expert)*

*“Ja zeker. Wat ik vaak zie is dat ze één of twee goede vrienden hebben maar zo echt een hele groep vrienden ga je denk ik minder zien bij hen.” (Gwendolyn, expert)*

### **Gevolg van isolatie**

Uit voorgaande paragraaf over sport en de gevoerde interviews blijkt dat studenten met DCD activiteiten vermijden waar ze moeilijkheden bij ondervinden. Indien het isoleren al start op jonge leeftijd zal het kind minder sociale leermogelijkheden hebben waardoor ze sociale problemen ervaren op jonge leeftijd. Tijdens de adolescentie is er een grotere bewustwording van hun motorische problemen. Daardoor zullen ze activiteiten vermijden uit angst om iets fout te doen. Dit kan een gevoel van uitsluiting met zich meebrengen.

*“En bij jongvolwassenen zie je dat ook wel omdat ze zich veel meer bewust worden van hun motorische problemen. Dat ze zichzelf bijvoorbeeld gaan afzijdig houden als er sportieve activiteiten zijn. Iedereen beslist bijvoorbeeld om een partijtje voetbal te spelen of om een beetje te volleyballen of tennissen of we gaan dit doen. Dan voelen die jongeren zich al direct uitgesloten. Die hebben dan ook echt schrik om zich op die manier een beetje belachelijk te maken.” (Wouter, expert)*

*“Vanaf de puberteit is sport ook vaak iets competitiefs, iets waarin jonge mensen zich meten met elkaar. Zo van: ik ben beter, ik ben sneller. En ik denk dat het competitieaspect jongeren met DCD ook heel fel afschrikt omdat ze altijd het gevoel hebben dat ze minder goed zijn. Dus ook daar denk ik dat ze op latere leeftijd zich daarin gaan terugtrekken. Maar ook heel algemeen hun gebrek aan planning en organisatie, dus gewoon het concreet afspraken maken met iemand en die afspraken nakomen en zien dat je er op tijd bent. Dat is ook al een grotere uitdaging voor iemand met DCD. Dat gaan ze ook al meer vermijden. Ik denk door het feit dat ze al op jonge leeftijd al die sociale problemen hebben, dat ze eigenlijk een soort van vermijding opbouwen doorheen heel hun leven.” (Wouter, expert)*

*“Ja. Het is ook iets dat ze als kind minder sociale leermogelijkheden hebben gehad. Ze hebben niet als kind heel veel buiten gespeeld, met vrienden op de straat. Daar zat al het probleem. Omdat het moeilijk was. Dus ze hebben al die sociale kansen minder gehad dus ze zijn gewoon minder vaardig op volwassen leeftijd. Ze hebben veel minder oefenkansen gehad.” (Gwendolyn, expert)*

### **Ondersteuning**

Een van de studenten maakt gebruik van humor als copingstrategie om toch een socialer leven te kunnen leiden. Dit werkt goed voor hem.

*“Ik heb heel veel vrienden. Heel veel komen wel van mijn vriendin haar kant. Maar ik meng me makkelijk met andere groepen ongeacht mijn dyspraxie. Ik ben een klein beetje een “specialeke” maar ik heb wel geleerd hoe ik ermee moet omgaan en daar iets ludiek van te maken. Niet zelfspot maar je weet wel. Dat maakt ook voor mij dat de drempel minder hoog is. Ik heb soms ook de mentaliteit “je m'en fous”.” (Oscar, student)*

### 3.2.7 Mentale gezondheid

#### **Onzekerheid en faalangst**

Onzekerheid en faalangst is iets wat de DCD-studenten toch nog parten speelt. Ze willen graag zoals iedereen zijn en niet opvallen door hun gebreken. Indien de gebreken zo ernstig zijn dat ze opvallen voor de omgeving zullen studenten met DCD sterker aan zichzelf twijfelen. Dit kan zich uitmonden tot faalangsten.

*“Uhm, ja een beetje wel. Als iemand mij erop attent maakt dat ik iets op een rare manier doe (een bal gooien, fietsen, wandelen of lopen ...), dan is dat wel iets dat mij zelfbewust maakt en doet twijfelen aan mezelf ... ik bedoel: als dat objectief raar is voor mensen, dan is dat zo, zeker hè. Maar het is heel onaangenaam, hè. Je wilt niet worden gezien als degene die alles zo raar doet.” (Sam, student)*

*“Je ziet dat mensen met DCD natuurlijk die motorische faalangst hebben omdat ze schrik hebben dat ze over hun eigen benen gaan vallen of iets gek gaan doen. Maar je ziet dat dat ook leidt tot die sociale faalangst. Dat die twee nauw met elkaar samengaan.” (Wouter, expert)*

*“En zeker op latere leeftijd ... zeker als ze niet geholpen of begrepen worden, hebben zij het gevoel van er is iets mis met mij, ik geraak niet georganiseerd, ik ben altijd te laat, mensen beginnen dan uiteindelijk met jou te lachen ... ja, uw zelfzekerheid die zakt met het moment ... faalangstig. Zij is een zeer onzekere, zij vraagt ook voortdurend bevestiging en ja zij is een zeer onzeker type” (Brigitte, expert)*

#### **Mentale problemen**

Er zijn verschillende factoren die mentale problemen kunnen veroorzaken. Zo kunnen motorische problemen sterk confronterend zijn en leiden tot een lager zelfbeeld. De onzekerheid die ze hierbij voelen kan ook voor sociale problemen zorgen. Men kan zich sociaal gaan isoleren of onbegrepen voelen. Dit kan vervolgens leiden tot angsten en depressies voor de extremere gevallen.

*“Ik heb een heel zware depressie gehad in mijn laatste jaar. Dat had vooral te maken met school. Ik had altijd het gevoel dat ik vast zat en dat ik niks kon en dat ik niet veel kon doen. Dat ik niet 100 procent mijn potentieel kon behalen. Ik kon me niet goed uiten ... Ik moest misschien eerder hulp zoeken om het te bespreken maar ik probeerde alles op mijn eigen en dat had niet mogen gebeuren. Daardoor had ik op een bepaald moment “Ik kan het niet meer aan. Ik kan er niet meer tegen”. Ik weet niet wat er mis met me is en dan begint het over te lopen. Toen was ik heel erg down.” (Oscar, student)*

*“Maar dat ik problemen heb met mijn mentale gezondheid in orde te houden, dat komt van verschillende factoren. Dat is gewoon ... een beetje, niet die zelfzekerheid hebben zoals ik zeg als ik mij bekeken voel. Dan lukt dat wandelen ook opeens niet. Ja, gewoon het sociale aspect ... tja, dat is voor mij niet zo gemakkelijk. Heel veel vlakken zijn voor mij moeilijk: op school vlak, op sociaal vlak, op vlak van fysieke activiteiten ... ik heb een beetje moeite met alles.” (Sam, student)*

*“Ik denk dat ze evenveel behoefte hebben aan sociaal contact ... Maar het verloopt gewoon bij hen een beetje moeilijker ... in vrij extreme gevallen kan dat echt wel tot ernstige mentale problemen leiden, hè ... waarbij mensen zich volledig gaan isoleren of volledig gaan terugtrekken en eigenlijk geen sociale contacten meer hebben.” (Wouter, expert)*

*“Wat je meer gaat zien bij kinderen met DCD dat ouders heel beschermend zijn. Ze voelen dat er iets is. Ze zijn vaak wat angstiger. Angsten en depressies komen ook meer voor bij die jongeren.” (Gwendolyn, expert)*

## 4 Discussie

DCD is een ontwikkelingsstoornis die onderbelicht gebleven is in wetenschappelijk onderzoek. Dit geldt zeker voor studenten in het hoger onderwijs. De huidige studie onderzoekt de moeilijkheden en ondersteuning die studenten ondervinden in het hoger onderwijs op basis van interviews waarvan twee met studenten met DCD en drie met experts omtrent DCD. De bekomen resultaten van dit onderzoek worden vergeleken met de literatuurstudie om een beeld te krijgen van mogelijke overeenkomsten, verschillen en nieuwigheden.

### 4.1 Overeenkomsten, verschillen en nieuwigheden

#### 4.1.1 Hoger onderwijs

Uit de studies van Kirby *et al.* (2008a, 2008b) blijkt dat het nemen van notities als een struikelblok wordt ervaren door DCD-studenten. Deze resultaten zijn overeenstemmend met de bevindingen uit de gevoerde interviews. Dit heeft in beide gevallen te maken met het hoge tempo dat gehanteerd wordt in het hoger onderwijs. In de literatuur zijn verschillende bronnen die aangeven dat planning en organisatie zowel als sterkte en als zwakte beschouwd kan worden voor bepaalde DCD-studenten. Als dit wordt vergeleken met de uitkomsten van de interviews is het duidelijk dat de deelnemers behoren tot de groep waar het als een zwakte wordt beschouwd. Zo zal het planmatig aanpakken van opdrachten en het opbouwen van een duidelijke structuur moeizamer verlopen. De reden dat de deelnemende DCD-studenten tot deze groep behoren kan zijn door de bijkomende comorbiditeiten of door het feit dat er maar twee deelnemers zijn voor de interviews. Tot slot zijn de literatuurstudie en de gevoerde interviews het eens dat DCD-studenten vaak harde werkers zijn om steeds goede resultaten te halen ondanks hun beperkingen.

In het onderzoek van Sumner *et al.* (2021) is men tot de conclusie gekomen dat studenten met DCD niet geïdentificeerd kunnen worden als individuen met een laag academisch zelfvertrouwen in vergelijking met de controlegroep. Dit gaat in tegen de bevindingen van het interview waar de studenten zich toch onzeker voelen ten gevolge van hun beperkingen. Dit laag zelfvertrouwen wordt niet enkel veroorzaakt door de problemen die ze ervaren op academisch vlak maar ook door de problemen daarbuiten zoals moeilijkheden bij sport, autorijden, dagdagelijkse taken ... enzovoort.

Uit de gevoerde interviews zijn een aantal nieuwigheden boven water gekomen waarover niets is teruggevonden in de literatuur. Ten eerste blijkt uit de interviews dat de DCD-studenten aardig wat problemen ervaren bij het onderscheiden van hoofd- en bijzaken. Dit veroorzaakt problemen bij het verwerken van grote hoeveelheden leerstof. Ten tweede wordt er in de literatuurstudie vooral gefocust op verbale communicatie en is er niets teruggevonden over communicatie via leerplatformen, iets wat de laatste jaren toch een grote rol speelt binnen het hoger onderwijs. Dit is een grote informatiebron waar studenten met DCD zich moeilijk in kunnen oriënteren en navigeren. Tot slot is uit de interviews gebleken dat het hanteren van verschillende informatiebronnen (presentaties, cursussen, opnames ...) een uitdaging kan zijn voor DCD-studenten maar ook een mogelijkheid om de leerstof meer naar hun hand te zetten.

#### 4.1.2 Autorijden

In de literatuurstudie zijn alle bronnen het eens dat personen met DCD lagere rijvaardigheid hebben ten opzichte van de controlegroep. Uit de interviews is gebleken dat de deelnemers ook problemen ervaren met het autorijden. Zo blijkt multitasking het grootste probleem voor hen. In de literatuur wordt multitasking echter niet aangehaald als een probleem. Dit heeft te maken met het feit dat men in deze studies specifieke handelingen apart heeft onderzocht en meer focust op de invloed van de zintuiglijke belasting. Op vlak van zintuiglijke belasting komen de resultaten van de literatuurstudie en de interviews overeen. Zo zullen zij meer moeilijkheden ervaren bij een hogere zintuiglijke belasting. Een laatste

overeenkomst tussen de interviews en de literatuur is het behouden van de laterale positie op de weg. De twee geïnterviewde DCD-studenten geven allebei aan dat ze problemen ervaren met het uitwijken tijdens het rijden net zoals de proefpersonen in de literatuur.

Kirby *et al.* (2011) geeft aan dat sommige DCD-studenten geen rijbewijs willen behalen als gevolg van hun ontwikkelingsstoornis. Dit is niet het geval bij de deelnemers van het interview. Ze hebben beiden hun rijbewijs behaald. Dit kan weer te maken hebben met het beperkte aantal deelnemers. In de literatuur haalt men nog een aantal andere rijvaardigheden aan zoals afstandsinschatting, parkeren en snelheidscontrole waarmee DCD-studenten moeilijkheden ondervinden. Deze problemen ervaren de deelnemers van het interview echter niet.

### 4.1.3 Dagelijks leven

Handelingen die dagdagelijks worden uitgevoerd kunnen DCD-studenten uiteindelijk wel onder de knie krijgen en automatiseren. Dit kan gedeeltelijk worden bevestigd door de resultaten van het interview. Hieruit blijkt dat het klungelig uitvoeren van alledaagse taken zal verminderen bij het ouder worden omdat men een langer leerproces heeft. Dit is afhankelijk van de frequentie waarbij het wordt uitgevoerd en het vaardigheidsniveau waarin ze de handeling willen uitvoeren. Zo ervaart Oscar geen problemen meer met het eten met bestek maar Sam wel. Dit heeft te maken met het feit dat hij intensiever hierop geoefend heeft dan Sam. Een laatste bevinding die voorkomt zowel uit de literatuur als uit de interviews is dat morsen moeilijk te vermijden valt.

Het kan lijken dat DCD-studenten op latere leeftijd minder problemen ervaren terwijl deze echter wel nog aanwezig zijn maar vaker worden vermeden. Dit heeft te maken met het feit dat men als een volwassene de keuze heeft op bepaalde activiteiten uit te voeren. Uit de interviews blijkt tot slot dat wandelen voor enkele DCD-studenten op latere leeftijd toch nog voor problemen kan zorgen.

### 4.1.4 Sport

Uit de systematische review en de interviews blijkt dat DCD-studenten minder participeren in sportieve activiteiten. Dit is verschillend van het resultaat van één interview. Hierbij geeft Oscar aan dat hij vier sporten heeft beoefend als kind. Beide onderzoeken (literatuur en interviews) zijn het er wel over eens dat ploegsporten slecht worden ervaren als gevolg van hun mindere prestaties.

Over sporten in competitie is niets teruggevonden in de literatuur. Indien een DCD-student een sport uitoefent, verkiest hij deze niet in competitie uit te voeren, zo blijkt uit de interviews. De mindere prestaties kunnen gevolgen hebben voor de mentale en fysieke gezondheid van het individu. Zo geeft experte Brigitte ook aan dat jongeren met DCD vaak gaan toenemen in gewicht als gevolg van het beperkt bewegen.

### 4.1.5 Sociale vaardigheden

Beide onderzoeken zijn het eens dat het maken van vrienden een uitdaging kan vormen voor DCD-studenten. Indien ze toch slagen om contacten te leggen, zal het eerder gaan over een klein aantal hechte vriendschappen en niet over grote vriendengroepen. In de literatuur worden een aantal copingstrategieën aangehaald die terugkomen in de gevoerde interviews. Zo gaan studenten met DCD activiteiten waar ze moeilijkheden mee ervaren vermijden. Deze strategie brengt ook een aantal gevolgen met zich mee. Uit de interviews en de literatuur blijkt, indien deze strategie vaak wordt toegepast, dat ze minder sociale ontwikkelingsmogelijkheden hebben. Dit kan resulteren in sociale isolatie, beperkte sociale ervaringen en emotionele problemen die het welzijn kunnen beïnvloeden. Andere copingstrategieën die terugkomen is (1) het gebruik van humor om de aandacht op de problemen te minimaliseren, (2) een match vinden met je capaciteiten en (3) het gewoon doen (*just do it*) van bepaalde activiteiten. In de literatuur en in de interviews worden deze als efficiënte strategieën ervaren.

#### 4.1.6 Mentale problemen

Uit de gevoerde interviews en de literatuurstudie is men het erover eens dat de verschillende problematieken die de DCD-studenten ervaren, zoals motorische problemen en sociale isolatie, mentale problemen kunnen veroorzaken. Zo zullen ze zich angstiger voelen om bepaalde taken of handelingen uit te voeren. In ergere gevallen kan dit zelfs depressies veroorzaken.

### 4.2 Ondersteuning

Uit de literatuur bleek dat DCD-studenten die ondersteuning aangeboden kregen, in het secundair onderwijs, lagere academische scores behaalde dan degene zonder ondersteuning. Dit resultaat kan men uit de gevoerde interviews noch bevestigen noch ontkrachten. Dit heeft te maken met de late diagnose van de deelnemers waardoor ze weinig tot geen ondersteuning hebben verkregen in het secundair onderwijs.

In het hoger onderwijs zijn er verschillende overlappende ondersteuning die voortkomen uit de literatuur en de gevoerde interviews die DCD-studenten effectief helpen tijdens hun studies. Extra tijd voorzien en het gebruik van een laptop zijn de twee meest voor de hand liggende en meest toegepaste ondersteuning. Dit zal de druk verminderen en de DCD-studenten helpen met hun gebrekkig handschrift. In de interviews wordt een buddiesysteem aangeraden. In de literatuur wordt een gelijkaardige ondersteuning aangehaald, namelijk het toewijzen van een coach/mentor. Het extra aanbrenge van structuur is een ondersteuning die wordt aangehaald door de geneeskundestudenten uit de literatuur en de experten uit de gevoerde interviews. Dit zal de DCD-studenten helpen bij het onderscheiden van hoofd- en bijzaken en hun de mogelijkheid geven om beter te kunnen plannen. Het hanteren van copingstrategieën is niet meteen een vorm van ondersteuning maar helpt de DCD-studenten omgaan met hun gebreken. Deze strategieën komen verschillende keren terug in de literatuur en de interviews. Zo blijkt het gebruik van humor, in bepaalde situaties, zeer efficiënt te zijn. Het trekt namelijk de aandacht weg van de beperking. Vervolgens is het aanpakken van problemen (*just do it*), bij DCD-studenten, een uitdaging. Het vergt meer tijd en moeite maar zal wel een positieve invloed hebben op het beheersingsniveau van de vaardigheid. Het aanpassen van de regels kan het mogelijk maken om toch te participeren aan bepaalde activiteiten. Tot slot, is het ook belangrijk dat DCD-studenten in het hoger onderwijs een studierichting vinden die goed aansluit bij hun sterktes en zwaktes. De juiste *match* vinden is een copingstrategie die zeer efficiënt blijkt te zijn.

In de literatuur zijn er weinig ondersteuning teruggevonden omtrent planning en organisatie. Dit heeft te maken met het feit dat de literatuur meer de focus legt op de moeilijkheden die DCD-studenten ervaren dan de ondersteuning die hun verder kunnen helpen. Uit de interviews zijn echter wel ondersteuning aan het licht gekomen. Zo zullen wekkers helpen bij het nakomen van afspraken en lijstjes bij het volledig uitvoeren van taken zonder dingen over het hoofd te zien. Een van de experten geeft ook het belang aan van het aanleren van planning en organisatie op jonge leeftijd. Dit zal zijn vruchten afwerpen op latere leeftijd.

Op het vlak van autorijden zijn er een aantal overeenkomstige ondersteuning in de literatuur en de resultaten van de interviews. Zo wordt het gebruik van een simulator, een automatische versnellingsbak en een gepaste rijinstructeur voor beide gevallen aangehaald als goede ondersteuning tijdens het leren autorijden. In de literatuur wordt er echter wel een sterke nadruk gelegd op het gradueel verhogen van de zintuiglijke belasting omdat die een grote invloed kan hebben op de rijprestaties van de DCD-student. In de interviews zijn er technologieën naar boven gekomen die personen met DCD kunnen assisteren tijdens het autorijden. Zo zal *lean assist* helpen bij het lateraal uitwijken en een 360° camera helpen bij de perceptie van het verkeer rondom hen.

### **4.3 Vervolg van het onderzoek**

Na het gevoerde onderzoek is het duidelijk dat er extra onderzoek nodig is naar DCD bij adolescenten en volwassenen. Het onderzoek naar DCD bij kinderen is de laatste jaren toegenomen. Dit kan niet worden gezegd over DCD bij studenten in het hoger onderwijs. Dit blijkt ook uit het laag aantal bronnen dat kon worden geraadpleegd tijdens de systematische review. De geraadpleegde bronnen focusten zich tevens grotendeels op de moeilijkheden die studenten met DCD ervaren en niet op de ondersteuning die hen het leven gemakkelijker kan maken. Het gevoerde onderzoek omvat een breed scala aan topics omtrent DCD in het hoger onderwijs. Het was moeilijk om zich te focussen op één specifiek probleem. Dit benadrukt nogmaals de beperkte belangstelling en het beperkt aantal onderzoeken omtrent DCD bij adolescenten en volwassenen.

### **4.4 Beperkingen van het onderzoek**

In dit multimethodisch onderzoek zijn er een aantal beperkingen waarmee rekening moeten worden gehouden bij de interpretaties van de resultaten. Door de lage respons voor dit onderzoek is er ook sprake van een laag aantal deelnemers aan de interviews. Zo kunnen de ervaringen van de geïnterviewde DCD-studenten niet veralgemeend worden. Eén van de deelnemers heeft een formele diagnose en de andere een vermoedelijke. Dit kan de verschillende ervaringen beïnvloeden. Zij kunnen tevens verschillende onderzochte aspecten anders ervaren omwille van hun comorbiditeiten. Beide DCD-studenten zijn gediagnosticeerd op latere leeftijd en niet als kind waardoor ze bepaalde aspecten anders hebben ervaren dan iemand die gediagnosticeerd is op jongere leeftijd.

Bij de geïnterviewde experts was er maar één persoon die veel ervaring had met DCD-studenten. De twee anderen hebben meer ervaring met kinderen met DCD. Dit neemt niet weg dat ze extra inbreng hadden in de interviews maar hun expertise bij deze doelgroep was echter beperkt.

## 5 Conclusie

Na dit gevoerde onderzoek kan geconcludeerd worden dat DCD-studenten niet enkel moeilijkheden ervaren op motorisch vlak maar dat er ook nog bijkomende problemen zijn in het hoger onderwijs. Zo blijkt dat studenten met DCD aanhoudende problemen ervaren bij het maken van notities omwille van hun gebrekkig handschrift en de verdeelde concentratie over het luisteren en het schrijven. In het hoger onderwijs wordt er ook veel aanspraak gedaan op EF. De meeste studenten met DCD ervaren vooral moeilijkheden bij het integreren van informatie, planning en organisatie. Het raadplegen van leerplatformen verloopt moeizamer voor DCD-studenten door het groot aantal informatiebronnen waardoor ze door het bos de bomen niet meer zien. Al deze problemen kunnen leiden tot lagere academische prestaties.

Omwille van hun motorische problemen ervaren ze moeilijkheden met diverse handelingen tijdens het autorijden. Het leren autorijden zal meer tijd en moeite vergen bij personen met DCD dan bij een doorsnee persoon. Zo zullen ze moeilijkheden ervaren met *multitasking* waarbij ze diverse handelingen uitvoeren terwijl ze prikkels van de omgeving verwerken. Tijdens het rijden zullen ze ook problemen ervaren met het behouden van hun laterale positie op de weg. Deze problemen zullen verergeren indien de zintuiglijke belasting zal verhogen.

DCD-studenten ervaren ook problemen met ADL en sporten. Deze activiteiten bevatten veel fysieke handelingen wat omwille van hun ontwikkelingsstoornis wordt bemoeilijkt. Zo zullen deze activiteiten sneller vermeden worden door studenten met DCD. Hierdoor kan het lijken dat ze op latere leeftijd minder problemen ervaren met motorische handelingen maar in realiteit is dit echter niet zo. Indien ze toch deelnemen aan deze activiteiten kunnen ze nog steeds klungelig overkomen. Op het vlak van sport zullen ze individuele sporten verkiezen boven ploegsporten omwille van het meer tactische karakter en de stigmatisering/vergelijking die onbewust meespeelt bij ploegsporten.

De moeilijkheden tijdens het rijden, sporten of andere dagdagelijkse activiteiten zullen een impact hebben op het sociaal leven van DCD-studenten. Zo zullen ze moeilijke activiteiten sneller vermijden waardoor ze zich sociaal meer zullen isoleren dan studenten zonder DCD. Dit kan resulteren in minder ontwikkelde sociale vaardigheden en minder opportuniteiten om vrienden te maken in vergelijking met leeftijdsgenoten. Zo hebben personen met DCD vaak een beperkte maar hechte vriendengroep. Indien ze bepaalde vaardigheden willen aanleren zal dit meer tijd en energie vragen.

Tijdens de adolescentie is er een grotere bewustwording van hun motorische problemen. Daardoor zullen ze zich sneller isoleren uit angst om iets fout te doen. Dit kan zich uiten in een gevoel van uitsluiting en onzekerheid. Bij ernstige gevallen kan dit gevoel van onzekerheid verergeren in een vorm van faalangst of zelfs depressie.

Uit het gevoerde onderzoek blijkt dat er meer ondersteuning aan het licht zijn gekomen dan bij de systematische review. Dit heeft te maken met het feit dat de literatuur zich vooral focust op de moeilijkheden dan de ondersteuning voor DCD-studenten. Zo zijn overeenkomstige ondersteuning voor het hoger onderwijs het voorzien van extra tijd, het gebruik van een computer en het aanbrengen van extra structuur. Uit de interviews zijn een aantal nieuwe ondersteuning aan het licht gekomen. In het hoger onderwijs kan men vragen stellen over de examenvragen. Een belangrijke ondersteuning die studenten met DCD op verschillende vlakken kan helpen is het vroegtijdig aanleren van planning en organisatie en het hanteren van copingstrategieën. Dit zal hun verder helpen op zowel academisch vlak als in het dagdagelijks leven.

Er zijn niet veel ondersteuning die ontbreken maar er is wel een gebrek aan expertise en bewustwording omtrent DCD bij volwassenen. Een verbetering van deze twee aspecten zal een positieve invloed hebben op de problematiek van DCD in het hoger onderwijs.

## 6 Bibliografie

- APA. (2013). Handboek voor de classificatie van psychische stoornissen (DSM-5). Nederlandse vertaling van Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders 5th Edition. In (pp. 143-146). Arlington: American Psychiatric Association.
- de Oliveira, R. F., & Wann, J. P. (2011). Driving skills of young adults with developmental coordination disorder: regulating speed and coping with distraction. *Res Dev Disabil*, 32(4), 1301-1308. <https://doi.org/10.1016/j.ridd.2010.12.021>
- de Oliveira, R. F., & Wann, J. P. (2012). Driving skills of young adults with developmental coordination disorder: Maintaining control and avoiding hazards. *Human movement science*, 31(3), 721-729.
- Forde, J. J., & Smyth, S. (2021). Avoidance Behavior in Adults with Developmental Coordination Disorder is Related to Quality of Life. *Journal of Developmental and Physical Disabilities*, 1-19.
- Gagnon-Roy, M., Jasmin, E., & Camden, C. (2016). Social participation of teenagers and young adults with developmental co-ordination disorder and strategies that could help them: results from a scoping review. *Child: Care, Health and Development*, 42(6), 840-851. <https://doi.org/https://doi.org/10.1111/cch.12389>
- Gentle, J., Brady, D., Woodger, N., Croston, S., & Leonard, H. C. (2021). Driving Skills of Individuals With and Without Developmental Coordination Disorder (DCD/Dyspraxia). *Frontiers in Human Neuroscience*, 15, 105.
- Gilbert, S. J., & Burgess, P. W. (2008). Executive function. *Curr Biol*, 18(3), R110-114. <https://doi.org/10.1016/j.cub.2007.12.014>
- Harris, S., Wilmut, K., & Rathbone, C. (2021). Anxiety, confidence and self-concept in adults with and without developmental coordination disorder. *Research in developmental disabilities*, 119, 104119.
- Harrowell, I., Hollen, L., Lingam, R., & Emond, A. (2017). Mental health outcomes of developmental coordination disorder in late adolescence. *Dev Med Child Neurol*, 59(9), 973-979. <https://doi.org/10.1111/dmcn.13469>
- Harrowell, I., Hollen, L., Lingam, R., & Emond, A. (2018). The impact of developmental coordination disorder on educational achievement in secondary school. *Res Dev Disabil*, 72, 13-22. <https://doi.org/10.1016/j.ridd.2017.10.014>
- Hill, E. L., & Brown, D. (2013). Mood impairments in adults previously diagnosed with developmental coordination disorder. *J Ment Health*, 22(4), 334-340. <https://doi.org/10.3109/09638237.2012.745187>
- Hill, E. L., Brown, D., & Sophia Sorgardt, K. (2011). A preliminary investigation of quality of life satisfaction reports in emerging adults with and without developmental coordination disorder. *Journal of Adult Development*, 18(3), 130-134.
- Kaplan, B. J., Dewey, D. M., Crawford, S. G., & Wilson, B. N. (2001). The term comorbidity is of questionable value in reference to developmental disorders: data and theory. *J Learn Disabil*, 34(6), 555-565. <https://doi.org/10.1177/002221940103400608>
- Kirby, Edwards, & Sugden. (2011). Emerging adulthood in developmental co-ordination disorder: parent and young adult perspectives. *Res Dev Disabil*, 32(4), 1351-1360. <https://doi.org/10.1016/j.ridd.2011.01.041>
- Kirby, Sugden, & Edwards. (2011). Driving behaviour in young adults with developmental co-ordination disorder. *Journal of Adult Development*, 18(3), 122-129.
- Kirby, A., Edwards, L., Sugden, D., & Rosenblum, S. (2010). The development and standardization of the Adult Developmental Co-ordination Disorders/Dyspraxia Checklist (ADC). *Res Dev Disabil*, 31(1), 131-139. <https://doi.org/10.1016/j.ridd.2009.08.010>



- Kirby, A., Sugden, D., Beveridge, S., & Edwards, L. (2008a). Developmental co-ordination disorder (DCD) in adolescents and adults in further and higher education. *Journal of Research in Special Educational Needs*, 8(3), 120-131. <https://doi.org/https://doi.org/10.1111/j.1471-3802.2008.00111.x>
- Kirby, A., Sugden, D., Beveridge, S., & Edwards, L. (2008b). Dyslexia and developmental co-ordination disorder in further and higher education-similarities and differences. Does the 'label' influence the support given? *Dyslexia*, 14(3), 197-213. <https://doi.org/10.1002/dys.367>
- Kirby, A., Williams, N., Thomas, M., & Hill, E. L. (2013). Self-reported mood, general health, wellbeing and employment status in adults with suspected DCD. *Res Dev Disabil*, 34(4), 1357-1364. <https://doi.org/10.1016/j.ridd.2013.01.003>
- Missiuna, C., Moll, S., King, G., Stewart, D., & Macdonald, K. (2008). Life experiences of young adults who have coordination difficulties. *Canadian Journal of Occupational Therapy*, 75(3), 157-166.
- O'Dea, Á., & Connell, A. (2016). Performance difficulties, activity limitations and participation restrictions of adolescents with developmental coordination disorder (DCD). *British Journal of Occupational Therapy*, 79(9), 540-549. <https://doi.org/10.1177/0308022616643100>
- Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., Shamseer, L., Tetzlaff, J. M., Akl, E. A., Brennan, S. E., Chou, R., Glanville, J., Grimshaw, J. M., Hrobjartsson, A., Lalu, M. M., Li, T., Loder, E. W., Mayo-Wilson, E., McDonald, S., . . . Moher, D. (2021). The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews. *Rev Esp Cardiol (Engl Ed)*, 74(9), 790-799. <https://doi.org/10.1016/j.rec.2021.07.010> (Declaracion PRISMA 2020: una guía actualizada para la publicacion de revisiones sistematicas.)
- Sorée, V. (2006). *Het verdrag van de Verenigde Naties inzake de rechten van personen met een handicap als sleutel tot meer kwaliteit van bestaan.*
- Sumner, E., Crane, L., & Hill, E. L. (2021). Examining academic confidence and study support needs for university students with dyslexia and/or developmental coordination disorder [Article]. *Dyslexia*, 27(1), 94-109. <https://doi.org/10.1002/dys.1670>
- Tal-Saban, M., Ornoy, A., & Parush, S. (2014). Young adults with developmental coordination disorder: a longitudinal study. *Am J Occup Ther*, 68(3), 307-316. <https://doi.org/10.5014/ajot.2014.009563>
- Walker, E., Shaw, S. C., Price, J., Reed, M., & Anderson, J. (2018). Dyspraxia in clinical education: a review. *The Clinical Teacher*, 15(2), 98-103. <https://doi.org/https://doi.org/10.1111/tct.12734>
- Walker, E. R., Shaw, S. C. K., & Anderson, J. L. (2020). Dyspraxia in medical education: A collaborative autoethnography. *The Qualitative Report*, 25(11), 4072-4093.

# 7 Bijlagen

## 7.1 Bijlage 1: ADC checklist

Subscale A: As a child, did you:				
	Never	Sometimes	Frequently	Always
Have difficulties with self-care tasks, such as tying shoelaces, fastening buttons and zips?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Have difficulty eating without getting dirty?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Have difficulty learning to ride a bike compared to your peers?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Have difficulties with playing team games, such as football, volleyball, catching or throwing balls accurately?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Have difficulty writing neatly (so others could read it)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Have difficulty writing as fast as your peers?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Bump into objects or people, trip over things more than others?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Have difficulty playing a musical instrument (e.g. violin, recorder)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Have difficulties with organising/finding your things in your room?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Have others comment about your lack of co-ordination or call yourself clumsy?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Total				

Subscale B: Currently: Do you have difficulties currently with the following 10 items:				
	Never	Sometimes	Frequently	Always
Self-care tasks, such as shaving or make-up?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Eating with knife and fork/spoon?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hobbies that require good co-ordination?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Writing neatly when having to write fast?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Writing as fast as your peers?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Reading your own writing?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Copying things down without mistakes?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Organising/finding your things in your room?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Finding your way around new buildings or places?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Have others called you disorganised?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Subscale C: Please mark the suitable option and describe on the attached paper. Currently.					
	Never	Sometimes	Frequently	Always	Please describe/ comment
1. Do you have difficulties with sitting still or appearing fidgety?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	If yes, after how much time?
2. Do you lose or leave behind possessions?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
3. Would you say that you bump into things, spill or break things?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	How slow? Describe what you do in order to deal with it. Have others mentioned it? How many lessons did you take? How much time?
4. Are you slower than others getting up in the morning and getting to work or college?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
5. Did it take you longer than others to learn to drive? (If you do not drive, please indicate so on the attached paper and describe why you chose not to drive.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
6. Do others find it difficult to read your writing?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Please describe.
7. Do you avoid hobbies that require good co-ordination?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
8. Do you choose to spend leisure time more on your own than with others?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
9. Do you avoid team games/sports?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
10. If you do a sport, is it more likely to be on your own, e.g. going to a gym, than with others?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
11. Did you tend in your teens/twenties or currently to avoid going to clubs/dancing?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
12. If you are a driver, do you have difficulty parking a car?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
13. Do you have difficulty preparing a meal from scratch?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
14. Do you have difficulty packing a suitcase to go away?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
15. Do you have difficulty folding clothes to put them away neatly?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
16. Do you have difficulty managing money?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
17. Do you have difficulties with performing two things at the same time (e.g. driving and listening)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
18. Do you have difficulties with distance estimation (e.g. with regard to parking, passing through objects)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
19. Do you have difficulty planning ahead?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
20. Do you feel you are losing attention in certain situations?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Total					
Questionnaire total (section A + section B + section C)					

## 7.2 Bijlage 2: Interviews DCD-studenten

### 7.2.1 Interview Oscar

#### Inleiding

#### **Ter inleiding, waaraan denk je als we spreken over DCD?**

*Het eerste waar ik bij nadenk is communicatieproblemen, soms frustraties maar ook creativiteit. Omdat je opzoek moet gaan naar andere manieren om te communiceren als het moet en uw eigen aan te passen ... dus dat zijn de dingen waar ik aan denk.*

#### **Dus creativiteit op de positieve manier om toch je doel te bereiken?**

*Ja inderdaad. Ik zou niet zeggen dat het altijd negatief is ... het is een beperking daar niet van. Het geeft u ook ... andere ... point of views, perspectieven ... in het leven of in het algemeen.*

#### **Als we het dan over DCD hebben dan spreken ze vaak over de motorische problemen maar jij hebt ook al aangehaald dat communicatie dat dat soms wat moeilijker kan zijn. Hoe zie jij het meer: valt het meer onder het motorische of toch dan het sociale?**

*Dan toch alle twee omdat de fijne motoriek wordt eigenlijk aangetast zoals naar de mond toe, uw verbale. Ik heb nog altijd problemen met het fijn articuleren ook al probeer ik maar het kost even moeite. Gewoon dat ik soms struikel over mijn woorden. Dus is het sowieso communicatief gelinkt aan de fijne motoriek, oraal, dat wordt aangetast daardoor. Daarnaast heb ik ook nog problemen met hele fijne motoriek zoals "fingelen" met dingen gaat voor mij niet altijd even makkelijk omdat ... zoals ik zeg: soms moet ik bepaalde dingen zoals ik het wil maar mijn lichaam laat dat niet altijd toe soms gebeurt het wel eens dat ik denk "waarom doe ik dat nu zo?" terwijl ik het niet wou.*

#### **Heeft dat dan ook sociale gevolgen?**

*Ik heb heel veel geluk gehad met mijn sociale kring ... met mijn hechte vriendengroep die heeft geholpen. Die wisten al van in het begin dat er iets scheelde aan die jongen (mij). Op sociaal vlak, ja. Het kan moeilijker zijn omdat zoals ik zeg ... de boodschap komt niet altijd over. Dus is het soms wat moeilijker om ... contact te houden omdat soms denk je ... ik wil er over beginnen of ik wil er over spreken met die ene persoon maar ik ben niet zo echt zeker of die mij wel kan begrijpen. Nu toch probeer ik het wel maar dan nog blijft er nog een beetje onzekerheid. Wanneer je denkt in het hoger onderwijs wanneer bijvoorbeeld een prof iets vraagt aan mij en ik leg het uit en hij kon mij niet meteen begrijpen en ik leg het opnieuw uit en opnieuw en opnieuw. Dan krijgt je de impressie als student dat iedereen denkt dat je de kwibus bent van de klas. Dus op sociaal vlak zou ik zeggen dat het daarom toch iets met een persoon kan doen zoals onzekerheden naar boven laten komen. Want eigenlijk in mijn optie ongegrond is want ... sommige proberen ... je eigenlijk te begrijpen dus zeggen ze dan ook "bedoel je dat?" en ik dan van "ja dat is het". Ik zou zeggen de initiële stap op sociaal vlak is moeilijk maar eens het komt, komt het.*

#### **Een keer de bal rolt dan blijft die rollen?**

*Ja. Zoals je met mensen aan het praten bent bijvoorbeeld bij mijn vrienden. Daar is het heel erg vaak, blijkbaar, als iemand iets aan het zeggen is of aan het uitleggen is. Op het einde van de zin maak ik die af. Dat heb ik heel erg vaak. Omdat ik gewoon ... luidop meedenk. Ze zeggen dan "amai jij doet dat wel heel erg vaak" en ik zeg dan "Ja want dat is voor mij een leerproces". Voor de meeste mensen kan dat vervelend zijn maar mijn vrienden zijn het ook al heel gewoon. Ze stoppen soms ook gewoon bij het einde van een zin en zeggen "nu neem jij het over". Dus het is echt aanvoelen.*

**Dan gaan we direct inspringen over het topic van het hoger onderwijs. Wat waren de grootste moeilijkheden tijdens de les?**

*Dus ik heb mijn diagnose heel erg laat gehad. Ik had al van jongs af aan ... wisten mijn ouders al dat er iets was. Ik heb pas mijn volledige diagnose gehad toen ik pas in mijn laatste jaar van het middelbaar zat dus heel erg laat. Dus eindelijk konden we het een naam geven en de diagnose was door Wouter die je waarschijnlijk kent. Dus ik heb mijn hele academische carrière niet geweten wat ik had. Ik wist dat ik iets had maar wist niet wat ... het was iets vreemd. Dus ik heb ook veel alleen moeten doen eigenlijk ... dus heb ik mezelf moeten aanpassen want niet enkel spraak is anders maar ook je denkwijze bij dyspraxie. Dat vond ik ook. Dus ik heb zelfstandig mijzelf moeten leren dingen anders te doen of moeten aanpassen. Maar dan op het einde ... toen wisten we wat ik had en we wisten wat we eraan konden doen en wat de steunmiddelen waren ... dat hielp wel. Want dan ging het voor mij ook wat makkelijker. Het is het laatste jaar bij het secundair onderwijs heb ik heel wat (onverstaanbaar 8:44) middelen gehad en nu moeten we naar het hoger onderwijs gaan. In het hoger onderwijs (onverstaanbaar 8:51). Dan hadden we een heel gesprek. Ik heb gestudeerd aan de Thomas More en voor dat we eigenlijk beslist hadden van "ik ga naar die school". Hadden we altijd bij elke docent een gesprek met de coördinator van mensen met een leerbeperking/ontwikkelingsbeperking. En hadden we altijd heel erge lange gesprekken over wat ik had: dyspraxie, ... of what ever. Een hele uitleg eigenlijk wat te doen, attesten afgeven en weet ik veel wat. Elk gesprek dat ik had, laat ook wel zien dat de Universiteit van Thomas More dat die met mij begaan waren en die stellen dan een pakket op voor mij die mijn noden aanspreken en de regels qua lessen. Wat was het eigenlijk bij de lessen ... Wat DCD mij bezorgt is dat het lijkt dat ik niet aan het opletten ben in de les doordat ik eigenlijk ... het lijkt alsof het mij niet boeit. Maar in feite is dat is eigenlijk niet zo omdat ik gewoon informatie ben aan het processen. En de leerkrachten zijn daarvan op de hoogte dus dat betekent dat als ze mij zien van "het boeit mij niet" dat ze mij niet specifiek gaan richten om mijn aandacht te trekken want dat helpt niet. Ook wanneer ik bijvoorbeeld vragen heb moet ik die niet meteen stellen in de klas wegen die kleine onzekerheden zoals ik eerder had vermeld maar doe ik dit na de les. En zij hadden daar dan ook geen enkel probleem mee dat ik dat deed. Ik kon ook gewoon een mail schrijven. Dus ook elke prof had toegang tot mijn file. Het is mij opgevallen dat ... in het eerste jaar vooral ... dat alle professoren die ik sprak al meteen zeiden van "ik heb u dossier al gelezen". Dat was voor mij een grote aanpassing want ... dat was een heel aangename verrassing ... want tot dan toe heb ik enkel op mezelf moeten rekenen en ook op andere natuurlijk maar dat vooral specifiek is fijn om te weten dat "ik sta op de goede voet". Dus echt problemen in de les had ik niet want ik had een heel groot support net dat wel maar dan nog algemeen de problemen die je had zoals presenteren. De presentaties die je had daar moest ik wel 25 keer bij nadenken hoe ik het ga zeggen of hoe ik het eigenlijk vertel ... presenteer. Maar anders dan dat grote problemen tijdens de les was het opletten.*

**Zoals ik het begrijp was het grootste hulpmiddel dat de leerkrachten al wisten van je DCD? Op maat werken dan?**

*Omdat in m'n andere schoolcarrière wisten de leerkrachten ook "er is iets met die jongen maar we weten niet wat". Dat maakte het zo dat zij ook vraagtekens hadden. In het hoger hadden ze ene dossier en wisten ze van let op voor dit, dit en dit. Dus die kregen al van ervoor informatie en dat hielp wel. Die zorgen dan meer voor ondersteuning of meer/minder aandacht wanneer nodig.*

**Als we dan naar de literatuur kijken zien we dan ook nog echte specifieke hulpmiddelen bijvoorbeeld het gebruik van een laptop omdat sommige mensen problemen hebben om notities te nemen. Was dat ook bij u zo of zijn er nog andere dingen die u hebben geholpen?**

*Het is altijd ... mensen met beperkingen hebben allemaal hun eigen stijl. Zo heeft iedereen zijn eigen stijl van doen en ook een eigen stijl van aanpak. Maar mensen met een beperking zoals ik die trekken*

*dat nog harder naar hun eigen toe. Bijvoorbeeld een laptop, die kan je nodig hebben. Ik zeg ik kan voor bepaalde aspecten op een laptop maar enkel en alleen voor de echte testen met spelling en weet ik veel wat. Want, ik heb ook gezegd dat het belangrijk was dat in de meeste universiteiten de talen ... je krijgt meestal talen. De talen zijn heel erg ... dat zijn echt hoofdvakken soms maar met mijn conditie kan ik niet altijd zeggen wat ik eigenlijk ... weet je ... wat ik eigenlijk wil opschrijven ... wat binnenkomt. De kleine schoonheidsfoutjes ... ja zullen zeggen ... daar moet ik echt even opletten dat ik daar alleen al 50% van mijn tijd van mijn examens daar al aan zitten. Daarvoor zou dat wel handig kunnen zijn maar bijvoorbeeld voor andere vakken, vakken waar ze naar het intellectuele moeten zien ... niet op papier qua het schrijven maar qua gewoon uw denkwijze ... daar was dat niet specifiek voor nodig maar ja. Een laptop kan ... of digitale camera kan helpen voor het makkelijker maken van ... uw taal te leren. Als ze dan vroegen naar notities bijvoorbeeld dan zeiden veel mensen "Oscar je schrijft precies niks op" en ik zei "ik schrijft ook bijna niks op" want als ik dat zou doen dan vergeet ik het gewoon want dan zou ik zo opletten om het allemaal juist proberen te schrijven dus probeer ik gewoon echt heel erg kort, bondig en schematisch te werken en dat heb je ... bijvoorbeeld, dat je dat bij een laptop minder doet.*

**Dat was dan een beetje het deel voor tijdens de les en als je dan kijkt naar echt specifiek het studeren, heb je daar bepaalde hulpmiddelen of manier van werken?**

*Ja, dus bij het studeren zelf hadden we altijd coaches dus als je naar een coach ging was het van: "Ik weet niet goed hoe ik het moet studeren" of "ik heb daar vragen over". Je had ook proffen maar je bent natuurlijk niet alleen en daar moet je rekening mee houden. Dus dan komen de coaches. Wanneer je problemen had om schema's te maken of je gaf de indruk van "Ik ga het dit jaar niet halen" dan kan je bij die mensen terecht komen. Ik wist dat dat er was. Ik heb het gelukkig niet moeten gebruiken misschien enkel voor de eerste examens om toch wel zeker te zijn dat het goed zou verlopen. Dus bij het studeren zelf is het vaak zo ... sommige werden er zot van ... minder bij mij moet ik toegeven naast dyspraxie heb ik ook een concentratiestoornis. Ik kan moeilijk een hele tijd mijn concentratie houden en niet over andere dingen te denken. Ik heb ook geleerd om daarnaar te luisteren en gewoon te zeggen het is genoeg geweest. Dan is het even tijd om een pauze te nemen. Tot dat ik zeg "kom terug doorwerken en studeren" en bijvoorbeeld die coaches zeiden ook van je moeten eigenlijk ook dat blijven doen want anders ga je misschien wel in een zo een Rabbit Hole terecht komen. Dus het studeren voor mij op zich was ... omdat ik eigenlijk het een hele tijd ook zelfstandig heb moeten doen, op mijn eigen, was er voor mij ook geen grote nood aan want ik heb het al op m'n eigen moeten doen. Maar het was wel fijn om te weten dat het er was, voilà. Dat ik gewoon kon gaan en kijken van ik heb een probleem hier. Ik heb ook gestudeerd aan de KUL in Brussel voor een tijd en die proffen zeiden ook van als je problemen hebt met je studies mag je het altijd zeggen*

**Leuk, had u dan ook het gevoel dat je harder moest werken dan uw medestudenten?**

*Ja enorm. Ik wou altijd goede punten halen. Voor mij een goed punt was altijd een 7 of een 7,5 of een 8 was goed. Als ik een 6 haalde was dat al minder of mediocre. Nu ik heb geleerd ik heb leren aanvaarden dat ik dat niet zo moet zien met andere woorden dat voor mij een 6 gelijk is aan een 7 en een 7 gelijk is aan een 8 en een 8 is bijna gelijk aan een maximum zo heb ik daar eigenlijk leren mee moet omgaan omdat deze beperking zorgt voor moeilijkheden en je moet je draai proberen te vinden in deze wereld dat betekent dat sommige dingen moeilijker zijn voor jou dan voor anderen niet op vlak van talenten maar omdat je zodanig anders bent en je zodanig moet aanpassen. Dus bijvoorbeeld je bent in de les aan het praten met iemand of aan het discussiëren en je bent aan het woord en je zegt iets en de persoon begrijpt niet wat je aan het zeggen bent. En ze gaan naar een ander persoon en die zegt juist hetzelfde wat jij wilt zeggen maar op een andere manier en die persoon weet het wel. En daar moet je dan wel op letten. Dat is heel frustrerend. Want die persoon heeft eigenlijk net hetzelfde gezegd als wat jij wil zeggen. Soms denk ik dat ik het beter kan uitleggen in mijn gedachten Maar ik kon het gewoon niet leveren. En Dat is heel erg ambetant want zo mis je eigenlijk die opportuniteit. Dus Je moet je wel bijwerken om die opportuniteiten te kunnen halen. Mijn ouder hebben ook gezegd van "Oscar je hebt deze aandoening dus je moet jezelf niet al te hard neerhalen". En Ik heb die mentaliteit moeten*

*veranderen omdat ik een hele tijd op mezelf een manier moest vinden omdat ik In het begin niet veel ondersteuning had. Dus ik heb sowieso altijd de indruk gehad dat ik harder moet werken.*

**Als we dan meer ingaan op dan moeilijkheden bij het studeren of algemeen bij het studentenleven. Hoe zat het dan met het halen van deadlines of met het maken van planningen? Had je wat je daar problemen mee?**

*Ik heb daar bijvoorbeeld geen problemen mee gehad zoals groepswork of deadlines. Als ik weet ik heb echt een deadline dan weet ik dat ik het tegen dan moet doen. Je hebt ook wat flexibiliteit Omdat je je eigen plannen kan indelen. Dat is voor mij ook belangrijk. Dan kan ik doen wat ik eigenlijk wil. Het gebeurt wel eens dat ik enkele uren voor een deadline denk van "shit, dit moet ik nog schrijven". Maar buiten dat zijn er geen grote problemen of moeilijkheden.*

**Hebt je bijvoorbeeld problemen gehad met al uw leerstof in orde houden dus bijvoorbeeld je notities mooi orde houden?**

*Oké ja, ik ga eerlijk zijn als ik aan het studeren ben, ben ik een chaoot. Een super enorme chaoot. Bij mijn studies altijd geweest en dat gaat ook zo blijven. Vroeger ook Als ik moest studeren voor een examen bijvoorbeeld dan lagen mijn notities overal, echt overal, papieren hier papieren daar. Ik had ooit eens een cirkel gemaakt rond mijn stoel met mijn papieren. Het is chaotisch voor andere mensen maar voor mij zit er wel een structuur in. En dat zorgde ervoor dat ik eigenlijk een heel slordige student was. Niemand kon dan ook mijn notities lenen. Want vroeger als bijvoorbeeld Mensen ziek waren konden deze notities lenen om uit te leren. Ik werd nooit gekozen. Ik was een heel erge slordige student. Wat voor anderen echt op pure chaos leek, madness, en voor mij was het puur logisch dus ikzelf had er geen enkel probleem mee. Natuurlijk als men leerkrachten dan eens kwamen naar mij en die keken naar mij van "wat is dit hier?". Dat gaf dan de indruk dat ik niet mijn best was aan het doen. Maar dat is anders Als je naar het hoger onderwijs gaat. Dan komen ze eens kijken wat je aan het studeren bent en daar doen ze niet eens de moeite om te kijken en denk is er gewoon van "laat die jongen maar doen. Dat is goed". Maar ik was wel een chaoot en ik ben nog steeds een chaoot.*

**In het hoger onderwijs zijn er ook verschillende informatiebronnen je hebt dan meestal een cursus, slides, artikels. Nu zijn er ook tegenwoordig opnames tijdens COVID. Hoe valt dat mee? Al die verschillende informatie, was dat makkelijk of was dat minder?**

*Ik denk als je een beperking hebt moet je echt wel kiezen welke informatiebron je gaat gebruiken omdat je ze niet allemaal even goed kan instuderen zoals het zou moeten. Ja ze geven informatiebronnen cursussen en weet ik veel wat. Meestal dacht ik ook van met die cursusblok ... Ik heb daar moeilijkheden mee omdat ik ze nooit 100% volledig gebruikte in feite. Omdat ... zoals ik al eerder zei ... de concentratie was niet altijd daar en ... ik raakte niet snel vermoeid ... Maar ik had dan heel snel van "Ik wil nu eventjes niet meer lezen". Maar heel veel gasten konden dat wel. Dus wat deed ik eigenlijk. Heel erg vaak ging ik informatie over een hoofdstuk op het internet ... meer informatie opzoeken en erbij connecteren want dan kon ik het beter begrijpen. Dan keek ik ook video opnames van vroegere lessen maar niet heel de video maar een paar fragmenten gewoon. Wat ik eigenlijk deed. Ik versnipperde heel veel mijn informatiebronnen en stak die dan terug in één geheel. Dus ja ik had heel veel informatie Maar ik gebruikte niet al die informatie op zich. Voor mij was de leerstof dan minder ... zwaar zou ik zeggen. Omdat ik verschillende manieren heb om het in te studeren. En ik ben dan ook meer geprikkeld om op te letten. Want het gewoon lezen ... dan lees je Misschien wat woorden maar je gaat er niet bij nadenken. Of je luistert maar je vergeet het. Als ik uit één boek zou moeten leren of één opname bijvoorbeeld dat zou voor mij enorm veel parten spelen. Dan is het van rewind, rewind, rewind ... of hele tijd opnieuw moeten lezen. Eigenlijk meer informatiebronnen is beter want dan kan ik gewoon mijn eigen ding blijven doen en dat maakt het makkelijker.*

**En hoe was het dan naar de les gaan bijvoorbeeld op tijd komen, het lokaal vinden? Want in een Hogeschool zijn het vaak grotere campussen en zo en is er minder communicatie van en mond tot mond. Hoe ging dat eigenlijk?**

*Dus In het begin was dat wel moeilijk. Ik weet nog In het begin ... kregen we een tour. In het begin kregen we ook wel uitleg hoe het allemaal werkt. Ik heb ook gestudeerd in Taiwan Aan de Universiteit daar en dat is een heel andere ervaring want natuurlijk word je er daar gewoon ingegooid ... good luck. Maar In het begin heeft elke student het moeilijk ... denk ik ... met het vinden van de lokalen. Ik probeer altijd Als de les bijvoorbeeld begint om 9 uur ... probeer ik er altijd te zijn om kwart voor 9. Altijd een kwartier op voorhand. Dan heb ik een speling van een kwartier. Dat is soms moeilijk ook wel ... In het begin ... maar als je je routine hebt gevonden weet je wat je moet doen dus niet zo moeilijk.*

**En dan nog een vraagje van studeren dat ik ben vergeten. Heb je ook moeilijkheden met onderscheiden van hoofd- en bijzaken of valt dat ook wel goed mee dat?**

*Ja toch wel ... hoe zal ik het zeggen ... ik zeg altijd ik ben een "luller". Ik geraak heel makkelijk off track. Dus met andere woorden soms zijn er dingen die ik echt heel interessant vind Maar dat is niet hetgene wat ik zou moeten studeren. Bijvoorbeeld ... Je moet bijvoorbeeld een film kijken maar er zit soms een heel verhaal erachter terwijl ik bijvoorbeeld nog achter dat verhaal wil gaan. Dat eigenlijk niet de film is maar een bijkomende zaak. Dat metafoor zou ik ook gebruiken voor het studeren. Soms vind ik het echt super interessant en denk ik dat ik echt goed aan het studeren ben maar in feite ben ik niet aan het studeren wat ik zou moeten studeren. Ik had dit ook vaak voor bij mijn examens dat ik eigenlijk iets heb gestudeerd dat ik eigenlijk helemaal niet zou moeten studeren. Andere vragen kon ik meteen oplossen ... dat wel ... maar dat was eigenlijk niet wat gevraagd was. En dat was heel erg frustrerend voor mij want voor mij was dat dan wel belangrijk en dan stelde ik mij de vraag Waarom is dat niet belangrijk? Dus ja, voor mij was het wel wat zoeken naar "wat moet ik hier nu eigenlijk uit leren?".*

**Als we dan kijken naar andere leerstoornissen daar zijn vaak onderwijs- of examenfaciliteiten. Heb jij er ook dan bepaalde?**

*Ja, natuurlijk heb ik altijd meer tijd gekregen. 20% meer tijd. Maar had ook een speciale bijstand. Ik mocht vragen stellen aan de prof over de examenvraag. Als ik hem vraag had en ik wist niet 100% wat hij bedoelde. Zoals ik al zei Ik kan niet altijd onderscheiden wat mensen bedoelen. In mijn hoofd klinkt het zo maar voor de meeste is dat niet zo. Dus ik kan gewoon aan de prof vragen ... kijk ik kon een hele uitleg geven aan hen over wat ik denk dat eigenlijk moet gebeuren of wat er gedaan moet worden ... aan de prof moest mij niet het antwoord geven maar kom dan wel zeggen van "nee, dat is niet wat wij vragen. Op deze manier moet je redeneren". Dat hielp mij wel want bij open technische vragen ... Dat is heel moeilijk voor mij ... om te onderscheiden "wat wil die persoon nu eigenlijk dat ik doe".*

**Ik veronderstel dat die twee, meer tijd en dan het mogen vragen van dingen, vrij nuttig zijn voor u. Waren er dan nog anderen die misschien werden aangeboden die je niet zo nuttig vond?**

*Vroeger had ik de optie om na mijn examen in feite voor de leerkracht die ging verbeteren ... ging die even door mijn examen en ik die dan ging uitleggen Waarom ik zo heb geantwoord. Dus eigenlijk een soort van beargumentering van wat ik heb neergeschreven. Dat was eigenlijk zodat de profen konden zien van "oké hij kent de leerstof wel maar Hij heeft het gewoon fout geïnterpreteerd". Of de prof zei "Als we nu anders nadenken" en dan zei ik "ah oké! Dan zou ik het zo doen". Dan hielden ze daar rekening mee en dan nemen ze dat antwoord dat ik gegeven heb ... zet dat even op papier ... en dat zorgde ervoor dat ik geen punten verloor die ik in principe niet zo mogen verliezen. Dat was er wel en Ik heb dat ook gedaan bij mijn eerste examen ofzo. Maar verder bleek dat ik minder vaak nodig had. Want die vragen stellen tijdens het examen waren eigenlijk al genoeg. En Ik ben ook heel streng voor mijn eigen dus die hulpmiddelen gebruiken ... ik probeer zo min mogelijk hulpmiddelen te gebruiken.*

**Oké dat was het eigenlijk een beetje voor het hoger onderwijs. Als we dan kijken naar planning en organisatie. Ervaar je daar veel problemen mee of zie je het soms als een sterkte?**

*Zoals ik zeg ik ben een chaoot. Maar als je vraagt over planning en dingen van organisatie. Ik heb me moeten aanpassen ... dat ik echt moet zeggen van oké eerst moet ik dat doen en dan dat. Dat zorgt ervoor niet aan iets anders begin voor ik het vorige gedaan heb. En dat is bijvoorbeeld soms heel ambetant voor mijn medemens. Dat wil zeggen "We gaan vertrekken" ... oké We gaan vertrekken ... ik doe mijn dingen allemaal aan ... en dan zeggen ze ineens "we moeten dit nog eerst doen". Dan heb ik iets van "we zeiden We gaan vertrekken dus gaan we nu toch gewoon vertrekken". Dus ik zit een klein beetje vast in een doctrine als in de zin van eerst doen we dit en dan doen we dat. En Als je dan eerst eens tussen zou komen ... ja ... Dan loopt mijn planning een klein beetje in de war en dan zeg ik van "nee, maar ik ga dat toch eerst doen". Ja dat maakt het voor mij een klein beetje moeilijker. Wat eigenlijk wel heel erg grappig is want in mijn huidige job ... moet heel veel managen en dat zorgt er soms voor ... dat andere mensen ... dat ik soms chaotisch kan voorkomen. Maar ik heb wel een vast doel waar ik me altijd naartoe wil richten en waar ik naartoe wil gaan. Dus qua planning ... ja ... Ik blijf een chaoot. Voor mij is het heel logisch maar voor anderen is het niet logisch maar Je moet er leren mee omgaan. Als je nu gaat vragen over planning qua afspraken ... ben ik heel erg flexibel in. Ik heb soms ook een keer gehad dat ik ... het heb laten plannen. Als ik zeg van bijvoorbeeld ik moet deze week echt wel naar de dokter ... ik kon deze afspraak een maand geleden maken maar ik heb dat niet gedaan. Ik heb ook wel **uitstelgedrag**. Dat is ook wel als ik met heel veel dingen in mijn hoofd zit zodat ik even denk "ik moet er niks van weten".*

**Wat is uw planning is niet echt een zwakte. Je kan goed plannen Maar het kan veranderen soms wat chaotisch overkomen?**

*Of onlogisch bijvoorbeeld ... als ik zeg "eerst gaan we vertrekken en later geven de planten water" dan zeggen anderen "nee, we moeten eerst de planten water geven voordat we weggaan anders gaan die uitdrogen als we weg zijn". Dan heb ik iets van "ja oké ... Maar dat kan ook later nadat we zijn vertrokken". Dus mijn redenering is gewoon anders dan andere mensen. Zodat wenkbrauwen fronsen "Waarom doe je dit zo?".*

**De volgende vraag is of je ordelijk bent. Je hebt daar juist al een aantal keren aangegeven dat je een chaoot bent in organisatie en planning. Maar raak je het dan ook veel dingen kwijt?**

*Ik probeer altijd te zeggen "Dit is de plaats waar het hoort" en dan probeer ik altijd ernaar te streven dat die dingen daar liggen. Maar ik raak af en toe wel dingen kwijt. Bijvoorbeeld ben ik mijn sleutels eens kwijtgeraakt in mijn kamer ik had die ergens verstopt Omdat hier kleinere kinderen waren en ik wou niet dat ze zich konden opsluiten. Dus had ik ze ergens anders gelegd. Ik was dat gewoon vergeten de dag erna. Ik vergeet heel erg vaak dingen te doen in plaats van spullen kwijt te raken. Dat heb ik wel heel erg vaak. Daarin ben ik wel een grotere chaoot. Dat is wel verschrikkelijk.*

**Heb je dan ook problemen met multitasking of valt dat nog wel mee?**

*Dat hangt er vanaf wat multitasking inhoudt. Als het job gerelateerd is kan ik het wel aan. Ik kan tegen mezelf zeggen "ik moet die eens bellen en ik moet letten op dit". ça va. Multitasking qua huishoudelijk leven kan ik minder goed. Ik moet een bepaalde taak echt uitvoeren voor ik een andere taak kan doen. Zodat ik mij kan concentreren om die ene taak te volbrengen. Multitasking is nog altijd een struggle. Ik moet zeggen "ik doe eerst dit en dan dit" terwijl het soms efficiënter kan zijn om dingen te combineren. Heel erg vaak ... Als je bijvoorbeeld opstaat uit de living en je hebt een bord en je brengt dat leeg bord naar de keuken En zet het In de vaatwasser terwijl je eigenlijk iets anders moet gaan halen. Dat doe ik bijvoorbeeld niet. Ik sta gewoon recht ik ga naar de keuken Een pak wat ik moet hebben en zie dan dat er een leeg bord staat. En dan later als ik afsluit pak ik alles en zet ik het pas weg. Dus eigenlijk doe ik*



*dubbel het werk in feite. Het is meer gesegmenteerd dat heb ik ook wel nodig. Ik probeer mezelf ook aan te leren ... Als je nu weggaat en je ziet iets staan, probeer ik het dan op de juiste plaats te zetten.*

**Gaat die multitasking zo ver dat bijvoorbeeld bij de afwas doen en je wilt naar muziek luisteren dat dat niet tegelijkertijd gaat?**

*Ik denk als je tijdens de afwas aan het luisteren bent naar een podcast dan ga je enkel maar segmenten horen van die podcast Omdat je zodanig druk bezig bent met de afwas en dat is een prikkel dat ik eigenlijk kan missen. Deze beperking heeft ook dat je heel erg gevoelig bent voor externe prikkels en hoe meer prikkels er zijn hoe meer chaotisch je bent in je hoofd. Dus nee muziek luisteren tijdens een taak doen, dat is voor mij niet aangeraden. Dus als ik aan het afwassen ben kan ik niet luisteren naar muziek dan kan ik iets missen.*

**Dus je kan je prioriteiten stellen. Je kan zeggen “als ik nu dit moet doen dan doe ik dit en de rest is dan bijzaak”.**

*Wat ik prioriteit vind wel maar wat mijn prioriteit is, is misschien niet de prioriteit die het zou moeten zijn. Door mijn problemen met hoofd- en bijzaken. Mijn vriendin zegt ook heel vaak “dat moet je niet doen maar je moet dat doen” en dan zeg ik van “ja Zo kan je het ook zien”. Dan pas ik mijn eigen aan. Dat is iets waar ik bij moet opletten.*

**Ik neem aan dat je nu al werkt en dat je juist bent afgestudeerd. Maak je nu dan ook wekelijks een planning? En probeer je je dan daar zoveel mogelijk aan te houden?**

*Ik werk dus mijn tijd door de dag gaat naar mijn werk en ik heb heel veel geluk met mijn naaste want ik kom dan thuis en we hebben een bepaalde routine waar we ons ook aan houden. Op sociaal vlak ... mijn vriendin is een heel actieve en ik ben ook wel heel sociaal maar planningsgewijs ben ik ook een chaoot ... dus ik heb een klein beetje geluk dat zij de planning regelt voor ons en dus ook voor mij. Dus alle afspraken die ik heb in de week komt eigenlijk via haar kant maar dan het administratieve gedeelte doe ik. Stel bijvoorbeeld we moeten naar het gemeentehuis voor ons ergens in te schrijven of er moet een techniker langskomen of weet ik veel wat ... dan maak ik de planning op. Dat kan ik wel. Als er echt iets moet gebeuren weet ik wel wat er gedaan moet worden. De andere afspraken zijn voor mij wat bijzaak en die kijk ik ook meestal niet na terwijl ik dat misschien best wel zou doen. Ik werk ook bijvoorbeeld met wekkers zodat ik sommige dingen niet vergeet en dat is niet wat we willen.*

### Autorijden

**Dat was het zo'n beetje voor de planning en organisatie. We willen nu meer naar het autorijden gaan. De eerste vraag misschien, heb jij toevallig een rijbewijs?**

*Ja want ik woon in een boerengat.*

**Was dat een grote drempel om te zeggen ik ga leren autorijden?**

*Nee, ik was meteen. Ik ga auto leren rijden.*

**En wat waren dan de grootste moeilijkheden, in het begin, voor u specifiek?**

*Ik denk eigenlijk mijn moeder die mij te stuipen op het lijf jaagde. Bijvoorbeeld, wanneer ik dacht “er is genoeg plaats en zij dacht er is niet genoeg plaats”. Dat sowieso. Maar ik moet eerlijk toegeven dat mijn fijne motoriek ... heeft mij niet veel gehinderd om te leren autorijden want je moet enkel schakelen, sturen, gasgeven en remmen. Dat ging wel. Maar ik heb altijd geleerd dat ik extra hard moet opletten op mijn omgeving omdat je niet enkel bezig bent met je eigen leven maar iedereen zijn leven staat op het spel. Dus Je moet daar wel mee bezig zijn. Daarom dat ik altijd extra voorzichtig ben bijvoorbeeld*

*Als ik rechts wil afslaan kijk ik altijd extra over mijn schouder. Voordat we lange ritten deden zei mijn moeder altijd "je moet altijd over je schouder kijken als je rechts afslaat". Ik deed dat misschien 2 keer of 5 keer. Dat maakt niet uit hoeveel keer. Maar ik moet het doen om zeker te zijn dat ik niemand mee heb in je dode hoek. Dat leert je wel, daarvoor moest ik vooral opletten. Dus eigenlijk moest ik mijn aandacht er goed bij houden. Maar het rijden zelf was eigenlijk niks.*

**Als je moet rijden moet je met veel dingen rekeningen houden zoals je omgeving, sturen, schakelen, de radio, enzovoort. Heb je daar problemen gehad bij het multitasken?**

*Het enige wat ik soms vergeet is dat ik vergeet te schakelen. Ik sta dan aan het rode licht en dan sta ik nog in tweede en dan vergeet ik de auto weer terug in eerste zetten. Dat heb ik heel erg vaak voor. Of als de radio opstaat en je bent relaxed en ik zie dat de auto voor mij vertrekt ... ik weet wel dat ik moet vertrekken maar ik raak niet vooruit omdat ik nog in tweede sta. Of mijn handrem vergeten op te zetten. Dat gebeurt ook wel vaak. Ik zet de motor uit en de auto bolt dan nog en dan is mijn vriendin in paniek. Zo'n dingen vergeet ik soms wel. Ik ben ook wel eens vergeten zonder mijn lichten te rijden. Bijvoorbeeld, omdat ik bezig was met het vertrekken en toen dacht ik van "ah ik heb geen licht aan". Dus ja kleine foutjes. Maar alleen als ik met een manuele auto rij met een automatiek heb ik dat niet.*

**Met wat voor auto rij je dan een automatiek of een manuele auto?**

*Ik heb zelf een Manuela auto bij mijn manuele oud heb ik ook een lean assist dus Als ik aan het uitwijken ben trekt mijn auto met terug naar de juiste kant. ik merk ook als ik aan het praten of aan het babbelen ben, gebeurt het wel eens dat uit het niets mijn stuur trilt en ik dan zie van "oei ik zit blijkbaar over de lijn". Maar ik heb het eigenlijk niet door. Dat heb ik ook wel eens voor. Daarnaast ik ook met een automatiek. Een automatiek is voor mij heel makkelijk je moet gewoon gas geven en remmen. En de features van mijn automatiek zoals 360 camera of 360 surrounding zijn wel handig. Bij het achteruit rijden en er komt een fietser aan dan weet mijn auto het meestal eerst vooraleer ik het weet. Dat heb je wel iets van "oei dat heb ik niet gezien tot nu". Dat helpt u bij het gewaarworden van hoe je rondom je kijkt.*

**Tijdens het leren rijden, wie was je instructeur? Was dat iemand extern of één van je ouders?**

*Ik heb verschillende rijinstructeurs gehad en mijn moeder vooral. We combineerden heel erg vaak. Als kind ging ik naar school met de auto dus onze mama reed altijd. Dus mijn moeder was degene die altijd reed dus where she goes i goes. Dus dat hielp ook wel want ze kende mijn gedachtegang. Ik heb ook andere instructeurs een gehad maar dat was een vrij vreemde ervaring voor mij. Soms praatte ik heel veel met die rijinstructeurs Maar dan zieden ze vaak "vergeet niet dat je dit moet doen".*

**En voor die externe rijinstructeurs en je mama, wat was eigenlijk de beste aanpak voor jou?**

*Mijn moeder liet me gewoon rijden en zei enkel iets als ik echt bijna tegen iemand of tegen iets zat. Maar ze liet me eerst doen en ze liet me vooral leren uit ervaring. Een rijinstructeur ... Ik heb eens een heel slechte gehad ... een madam en dat was echt een angstaas In mijn ogen. ik deed in haar ogen altijd iets verkeerd terwijl het evengoed ook juist was wat ik deed. Want dat was niet de eerste rijinstructeur die ik had. Dat was wel een groot contrast want andere instructeurs lieten mij wel eerst zelf rijden en daarna bespraken we de punten die we moesten aanpakken. Maar mijn moeder liet me echt leren uit ervaring en die andere specifieke instructeur wou mij altijd de les spellen. Terwijl dat dat bij mij niet goed werkt. Dat zorgde ervoor dat ik juist meer fouten maakte. En dan ging het multitasken echt niet.*

## Dagdagelijks leven

**Nu zouden we graag willen gaan naar het dagelijkse leven. In de literatuur viel op dat er selfcare tasks, u zelf onderhouden, vaak moeilijk is voor mensen met DCD. Heb jij ook zo van die dingen die moeilijker gaan?**

*Ja dat heeft meestal te maken met die hoofd- en bijzaken. Bijvoorbeeld, is het een hoofdzaak dat mijn haar vettig is? Nee. Is het voor mij een hoofdzaak dat ik geschoren ben? Nee. Terwijl het wel belangrijk is dat je dat doet. Maar voor mij is het belangrijk dat ik mijn werk tegoei doe of dat ik dat gedaan krijg. Dat heeft ook zijn maken met de planning. Maar als je iemand hebt die je heel dierbaar is en je leeft erbij samen dan moet je jezelf natuurlijk proper houden. En dat helpt wel. Maar voor mijn eigen zou dat niet nodig zijn. Als er dan een ander persoon tussenkomt is dat dan wel belangrijk. Maar er is ook een verschil tussen het willen doen en het kunnen doen door voorbeeld de motoriek. Dan was ik bijvoorbeeld mijn haar en dan zit er nog shampoo in mijn haar. Ook al heb ik mijn haar 4 a 5 keer gewassen. Ik heb het geprobeerd maar het gaat niet. Ook bij het tandenpoetsen gaat ook niet altijd even goed. Dat is ook een klein beetje een struikelblok. Vooral het netjes houden van uw omgeving zodat je niet in een vuile omgeving zit.*

**Zijn er dan hulpmiddelen die je gebruikt zoals een elektrische tandenborstel of zijn er nog andere dingen die je gebruikt?**

*Eigenlijk niet ... Wat niet lukt probeer ik wat te leren en probeer ik gewoon volgende keer het beter te doen. Oefening baart kunst. Echt wel. Dus geen speciale gadgets.*

**Besteed je veel tijd om jezelf klaar te maken, het opstaan, enzovoort?**

*Ik heb altijd geleerd als ik naar buiten wil gaan ... voor mezelf wil ik goed gekleed zijn dus daar besteed ik wel tijd aan, aan kleding. Ik heb ook een klassieke stijl een hemdje een gilet, een das, enzovoort. Meestal spendeer ik daar wel wat tijd aan.*

**Voor het koken, kook je dan zelf of kookt je vriendin? En Als je zelf kookt zijn er dan specifieke moeilijkheden?**

*Ja bij het gebruik van messen. Ik kook vaak en ik kook heel erg graag maar bij messen moet ik extra voorzichtig zijn zodat ik mezelf niet snij. En ik ben ook een echte chaoot in mijn hoofd zeker bij het koken. Want als ik klaar ben is het echt gewoon een veldslag en dat is niet zo hygiënisch. Ik laat mijn mes soms liggen op een vuil oppervlak. Daar kan ik zeker en vast bij opletten. Voor de rest bijvoorbeeld, bij het kruiden kan het zijn dat ik mijn concentratie verlies en dat ik ineens iets doe wat ik niet wil doen. Bijvoorbeeld ik doe ergens de foute kruiden in. Dat kan wel parten spelen.*

**En Als je dan een recept moet volgen, gaat dat vlot?**

*Ja. Als ik een recept moet volgen probeer ik dat tot in de puntjes te doen. Maar dat zorgt ervoor dat ik wel heel lang bezig ben. Een half uur zeggen ze bij mij duurt dat een 1,5 uur. Omdat ik heel specifiek wil zijn en dan doe ik iets verkeerd en moet ik het oplossen. In het begin heb ik een recept en daarna ga ik op mijn eigen gevoel Omdat ik dan weet op wat ik moet letten bijvoorbeeld smaak en textuur. Maar een recept voor mij duurt langer dan het initieel bedoeld is.*

**We hebben ook gezien in de literatuur dat kinderen ook vaak problemen hebben met het hanteren van bestek. Heb jij dat ook?**

*Ik had problemen met bestek maar dat hangt meer af van de educatie die je hebt gehad. Mijn moeder was heel erg gefocust op etiquette ze is een heel klassieke dame. Dus ze heeft hard op mij getimmerd. Sommigen eten bijvoorbeeld hun soep zo (handgreep) terwijl dat geen etiquette is. Dus als klein kind leerde ik dat wel. Ik heb ook bijvoorbeeld speciale vork in gehad waarbij ik de vork enkel in de juiste houding kan houden. Alleen dan kon je deftig eten dat had ik ook bij messen en lepels. Je kon ze enkel*

*op de juiste manier volgens de etiquette vast houden. Maar dat had meer te maken met de etiquette thuis en minder met mijn motorieke beperking. Stokjes daarentegen Dat was wel eventjes moeilijk. Ik heb pas fatsoenlijk leren eten met stokjes volgens de etiquette twee jaar geleden. Dan pas eigenlijk. Dan wist ik pas wat ik echt hoe ik het moest doen. Ik heb heel mijn leven Chinees gegeten maar fatsoenlijk leren eten met stokjes heb ik pas geleerd twee jaar geleden.*

**Daarjuist zei je ook: als je kookt dat het dan een slagveld kan zijn. Gaat het dan puur over dingen misplaatsen of ook over morsen?**

*Mijn vriendin zegt dat heel erg vaak, ik merk dat niet, dat ik continu mors. Ik mors continu blijkbaar. Als ik water in een pot toe dan mors ik een beetje en dan wordt ze gek. Ook bij iets toevoegen dat staat al vast in mijn hoofd maar dan moet ik iets extra toevoegen en zet ik iets neer en dan vergeet dat. Heel vaak Als ik Alleen ben en ik moet koken denk ik altijd na het koken "hoe kan het zover zijn gekomen?". Altijd. De realisatie komt altijd achteraf.*

## Sport

**Nu gaan we eigenlijk over sport praten want dat is iets wat in de literatuur vaak terugkomt. Beoefen je een sport of heb jij ooit een sport beoefend?**

*Ik was een heel fanatieke sporter vroeger. Ik deed 4 verschillende sporten: golf, tennis, zelfverdediging en zwemmen. Dat is wel veel. Het ding was wel Dat ik zelfverdediging heel intensief deed En de rest niet zo. Ik merkte ook wel hoe ouder ik werd hoe moeilijker zelfverdediging werd. Dat is heel erg vreemd. Ik had een trainer die bepaalde handelingen voordeed dan kon ik die niet 100% nadoen. Ik deed die dan opnieuw en opnieuw en dan vroeg hij "Waarom kan je dit niet nadoen?". Dan zei ik "Ik weet wat ik moet doen maar het komt er niet uit". Hetzelfde met tennis maar bij golf Kon ik dat niet zeggen want Het is een heel technische sport dus het kan aan zoveel dingen liggen. Maar bij tennis kan ik op een bal slaan met mijn racket maar dan zegt mijn hand "Ik ga uw racket eens een twist geven". Terwijl ik dat niet wil maar onbewust doe ik het toch. Ik heb het ook nog nooit echt in competitie gedaan. Omdat Ik weet van mezelf dat ik mezelf de schuld kan geven. Dus dan deed ik nooit mee aan een officiële competitie maar bij golf bijvoorbeeld wel.*

**Dus recreatief zat alles in orde maar competitie was wel een grotere drempel?**

*Elke sport dat ik deed vroegen ze wel of ik competitie wou doen. Maar ik heb altijd gezegd "nee dat ga ik niet doen want ik kan me dan hard neerhalen als ik zo van die dingen doe". Ik zou er wel op letten maar het 100% eruit krijgen gaat niet lukken. Ik ga sowieso meerdere punten verliezen door die stomme ongewilde motorieke acties. Bij gevechtssporten zei ik ook nee want het kan zijn dat ik iemand kan pijn doen terwijl ik die niet wil pijn doen. Dus nee dat wil ik niet doen. Bij golf heb ik wel competitie gespeeld want dat is een heel individuele sport.*

**Dus we kunnen zeggen dat je niet in competitie sportte omdat je je eigen wou beschermen omdat je het goed wou doen maar niet omdat andere mensen je zouden beoordelen als er iets mis zou lopen?**

*De enige reden was puur voor mijn eigen omdat ik niet 100% mijn potentieel kan benutten. En voor de vechtsporten dacht ik wel aan de andere mensen. Hoe is de mens zo te zien want je kan bij die sport bij een verkeerde beweging iemand zijn hand breken. En ik wou niet overkomen als iemand die dat expres deed of die niet weet wat hij aan het doen is.*

**Hoe zit het met ploegsporten? Is dat iets wat je niet aansprak? Want nu zijn we vooral aan het spreken over individuele sporten.**

*Ploegsporter sprak me wel aan. Het probleem is dat ik niet weet hoe ik 100% moet meedraaien in een team. Omdat ik soms niet begrijp waar het team naartoe wil gaan. In het secundair onderwijs, tijdens de les LO, wist ik vaak niet waar ik moest staan of wat ik moest doen. Dan zeiden ze vaak "je ziet toch dat het daar vrij is". Maar ik had dat niet gezien. Dat was voor mij wel moeilijk. Maar ik heb wel gemerkt door de jaren heen, dat nu, ik sterker ben in een team. Ik weet meer wat ik moet doen en ik kan beter communiceren over hoe je in een team moet samenwerken. Het heeft ook te maken met hoe je in school in teams moet samenwerken voor bepaalde taken. Hetzelfde kan je toepassen bij sporten. Vooral toen ik jong was speelde ik het team tegen. Terwijl ik dat niet wou.*

**Hoe verliepen de LO-lessen? Verliepen die vlot want je was toch een sportief persoon?**

*Ja ik ben een sportief persoon maar er waren maar een paar lessen LO waar ik echt goed in was. LO was ook niet echt puur sport. Het was meer je eigen bezighouden met uw beste maat. In sommige sporten was ik heel erg slecht omdat dat vaak ook heel fijne motoriek sporten waren. En ze waren in team. Soms gebeurde er wel dingen die een beetje gênant waren. Gelukkig was mijn beste maat ook niet de beste in LO. Dat hielp ook wel. Het was niet altijd de leukste les.*

**Vind je dat er een stigma heerst rond DCD bij sporten?**

*Bijvoorbeeld bij rugby. Rugby is een contactsport wat ik wel leuk vind Maar het is met een bal. En je hebt bepaalde technieken die je moet gebruiken. Dan had ik vaak het gevoel Ik wil liever verdediging spelen dan offensief spelen. Dat wel. Anders voelde ik mij minder op mijn gemak. Ook bij frisbee. Een heel tof spel. Maar opnieuw, dat is met bepaalde vingerbewegingen die je moet doen en als het team daar dan van af hangt is dat wel confronterend. Ik probeer dan anders actief te zijn waardoor ik dan minder actief ben in het offensieve. Ook al ben ik een betere vanger dan een gooier. Dus ik probeer mijn rol aan te passen zodat het mij beter schikt.*

Sociale vaardigheden & mentale gezondheid

**Daarjuist had jij al aangegeven dat je een vrij sociaal persoon bent maar hoe zit dat dan op vlak van vrienden? Zou je zeggen dat je iemand bent met veel vrienden? Ga je dan ook veel uit?**

*Ik heb heel veel vrienden. We zijn juist verhuisd. Begin februari zijn we gestart met de housewarmings maar we zijn nog steeds niet klaar omdat we zoveel vrienden hebben. Ik heb heel veel vrienden heel veel komen wel van mijn vriendin haar kant. Maar ik meng me makkelijk met andere groepen ongeacht mijn dyspraxie. Ik ben een klein beetje een "specialeke" maar ik heb wel geleerd hoe ik ermee moet omgaan en daar iets ludiek van te maken. Niet zelfspot maar je weet wel. Dat maakt ook voor mij dat de drempel minder hoog is. Ik heb soms ook de mentaliteit "je m'en fous". Ik ga mezelf niet veranderen speciaal daarvoor. Mijn vriendengroep is een hechte vriendengroep. Ik ben samen met die jongens opgegroeid. Ik noem ze mijn broers. wij gaan door dik en dun. Dat is echt geen probleem.*

**Dat is ook iets wat we in de literatuur hebben teruggevonden. Door er met humor om mee om te gaan, het één van de betere manieren is. Sommige Mensen met dyspraxie gaan niet graag uit zoals clubbing. Hoe zit dat voor jou?**

*Ook niet. Dat zijn te veel prikkels. Te veel gedoe wat het is, geschreeuw, geroep. Liever iets intiemer. Bijvoorbeeld, gewoon op café gaan. Gewoon chillen. Niet weggaan.*

## **Voel je je soms sociaal geïsoleerd? Of ben je altijd vrij sociaal geweest?**

*Tijdens mijn tienerjaren had ik soms wel het gevoel natuurlijk dat ik mijn tienerjaren niet 100% was aan het leven zoals ik het zou moeten leven. Bijvoorbeeld van die middelbare fuiven mijn vrienden hadden er soms zin in. Ik totaal niet maar ik ging wel mee voor hun tegen mijn goesting. Daardoor voelde ik me wel meer geïsoleerd. In de zin van "nobody gets me". Maar bij het ouder worden, fuiven is ook niks meer voor mijn vrienden. Nu nog, mijn vriendin is een heel actieve en die vindt het fantastisch om te werken op festivals. Ik totaal niet. Dat is te veel. Als we met de andere vriendengroep van mijn vriendin gaan clubben dan ga ik mee maar ze kunnen zien aan mijn gezicht dat dat niks voor mij is. Dat is het enige waar ze wat rekening mee moeten houden. Maar ik heb geleerd dat ik met haar niet voor moet schamen. Ik doe wat ik wil en soms ga ik mee met die mensen om die een plezier te doen. Maar Als ik ergens ga zitten op een eigen op een rustige plek gaan ze mij niet raar bekijken. Vroeger werd daar wel harder opgelet. Als een tiener was ik soms wel eens het zielige seutje op verschillende fuiven.*

## **Had je dan ook soms last van depressieve gedachten?**

*Ik heb een heel zware depressie gehad in mijn laatste jaar. Dat had vooral te maken met school. Ik had altijd het gevoel dat ik vast zat en dat ik niks kon en dat ik niet veel kon doen. Dat ik niet 100 procent mijn potentieel kon behalen. Ik kon me niet goed uit. Je moet wel in je achterhoofd houden dat dat het jaar was dat pas ik wist wat ik had. Daarvoor wist ik niet wat er aan de hand was. Ik wist dat er iets was maar ik wist niet wat. Ik moest misschien eerder hulp zoeken om het te bespreken maar ik probeerde alles op mijn eigen en dat had niet mogen gebeuren. Daardoor had ik op een bepaald moment "Ik kan het niet meer aan. Ik kan er niet meer tegen". Ik weet niet wat er mis met me is en dan begint het over te lopen. Toen was ik heel erg down. Mijn ouders wisten ook dat er iets was. Dan heb ik toch besloten In het begin van het nieuwe jaar, dus halverwege het laatste schooljaar, om toch hulp te zoeken en dan heb ik bij Wouter kunnen praten. En die zei dat hij heel erg blij was dat ik hem contacteerde Omdat hij al heel lang wachtte. Hij had mijn dossier gekregen via via en zei "Ik kan u helpen want ik weet wat er met jou aan de hand is". Dat heeft voor mij heel veel geholpen. Maar mentaal zat ik er een keer heel fel door. Maar daarna toen ik naar het hoger onderwijs ging was dat veel beter en sindsdien is dat overgegaan. Ik had precies een nieuwe adem. Ik focuste me 100% op mezelf. Ik ben niet gefocust op iemand anders. Ik zoek niet naar een wederhelft die mij begrijpt. En dan kom ik ze toch ineens tegen. Dus je ziet het leven kan heel snel veranderen.*

## Slot interview

## **Dit was het einde van het interview. Ik heb eigenlijk nog een vraag. Welke ondersteuningsmaatregelen ontbreken er volgens jou nog voor studenten met DCD?**

*Ik zou zeggen voor jonge studenten die, zoals ik, in het middelbaar soms een moeilijke tijd hebben gehad. Laat de student zichzelf beschrijven voor zijn medestudenten. Zodat de mensen weten waarom er iets is. Want ik had dat zelf moeten zeggen want ik merk dat dat wel helpt. In het hoger hadden we zoiets als studenten advocaten. Wanneer je denkt dat er iets niet koosjer is met de prof Of je wordt benadeeld door je beperking. Dan kan je naar deze studenten advocaat gaan. En ik vind dat ze dat ook overal moeten doen ook in het middelbaar. Je hebt ook heel vaak dyslexie en dyscalculie en daar wordt heel fel op ingezet maar het mag niet de mensen met andere beperkingen niet In de schaduw zetten. In het secundair onderwijs wordt een groot deel van je karakter gevormd. Mensen met een stoornis die kunnen veel meer leren als andere mensen weten hoe ze met hen moeten omgaan. Dan zijn ze ook beter voorbereid voor het hoger onderwijs. Awareness creëren Dat is wel belangrijk. Als je een persoon hebt aan je weet niet wat die probeert te zeggen, gaat die dan niet meteen beoordelen. Want dat kan iemand wel de indruk geven dat hij heeft gefaald. Het kan goed zijn dat dat niet slecht is bedoeld maar het kan wel zo een gevoel creëren.*

## 7.2.2 Interview Sam

### Inleiding

#### **Wat zijn de eerste dingen waaraan je denkt bij DCD/dyspraxie?**

*Mijn kennis is daar een beetje oppervlakkig van, maar ik weet dat...uhm...dat dat te maken heeft met motoriek. Allee, dat heb ik toch al vernomen. En uhm...ik weet niet...het is ook een beperking, niet echt een voordeel, denk ik. Het is gewoon moeilijker om op sommige vlakken te functioneren.*

#### **Heb je nog maar net een diagnose gekregen?**

*Je weet dat ik bij mijn klinisch psycholoog, bij zijn praktijk, kom. Ik weet niet of hij mij effectief heeft gediagnosticeerd, maar ik weet dat hij vermoedde alleszins dat ik DCD had. Hij had daar eventjes zijn boek erbij gehaald dat dat inderdaad te maken had met de motoriek enz. De reden waarom hij daarmee afkwam was omdat ik zelf had aangehaald dat ik vaak heel bewust ben over de bewegingen die ik maak als ik bijvoorbeeld een bal gooi of bij een estafette ofzo moet lopen. Ik let op mijn techniek en ik hoor ook van anderen dat dat wel een eigenaardige manier van lopen is. Ook de manier waarop ik stap, ik let heel hard op hoe ik stap.*

#### **Dus dat (stappen) gaat niet vanzelf, dat is niet automatisch?**

*Nee, voor mij meestal niet. Maar dat hangt er ook heel fel van af of ik mij bekeken voel of hoe ik mij op dat moment in mijn vel voel. Ik weet niet of dat...als ik mij harder bekeken voel, gaat dat moeilijker.*

#### **Eerst en vooral is het een praktisch probleem om wille van de motoriek, zijn er ook sociale/mentale gevolgen waar jij aan denkt bij DCD?**

*Uhm, ja een beetje wel. Als iemand mij erop attent maakt dat ik iets op een rare manier doe (een bal gooien, fietsen, wandelen of lopen, ...), dan is dat wel iets dat mij zelfbewust maakt en doet twijfelen aan mezelf. En ja, ik weet niet...dat maakt me toch een beetje verlegen, snap je?*

#### **Als je u bekeken voelt, gaat het alleen maar erger maken als ik het zo hoor?**

*Ja*

#### **Vat je het heel persoonlijk op als kritiek?**

*Ja, het is toch wel zoiets...ja, persoonlijk...ik bedoel: als dat objectief raar is voor mensen, dan is dat zo, zeker hè. Maar het is heel onaangenaam, hè. Je wilt niet worden gezien als degene die alles zo raar doet. Allee, ja...ik weet niet.*

#### **Je zou er het liefst wel bij willen horen?**

*Ja*

#### **Onthul je je (kenmerken van) DCD aan mensen of zeg je dat liever niet?**

*Goh, ik hang dat meestal niet echt aan de neus, maar het is ook niet iets dat ik echt per se verberg. Maar ik weet wel bij mijn...ik doe nu stage...stage als mechaniker, technieker eigenlijk, bij een afvalverwerkingsbedrijf. Tegen de baas heb ik eigenlijk besloten om dat niet aan te halen. Allee, als dat ter sprake komt, zal ik dat wel zeggen maar ik heb daar wel bewust voor gekozen om dat niet aan te halen.*

### **Omdat je misschien niet anders behandeld wilt worden of...?**

*Ja, of... goh... omdat ik niet degene moet zijn waar ze altijd rekening mee moeten houden als ze... allee, ja. Misschien ook omdat het mij kwetsbaarder... in een kwetsbaardere positie zet. Maar uw stageplaats is uiteindelijk ook uw potentiële werkgever en... allee, ja... ik weet niet goed. Ik was niet zeker of dat wel een slimme beslissing zou zijn.*

### **Vergt uw stage net niet heel veel motorische handigheid?**

*Uhm ja... tja een beetje wel. Het zit hem dan vooral in de vingers, een beetje. Het feit blijft als je... uiteindelijk als ik iets moet vastschroeven, dat zijn bewegingen die tamelijk cru zijn. Dus op zich valt dat allemaal nog wel mee zolang je je hoofd er een beetje kunt bijhouden, gaat dat op zich nog wel.*

### **Duurt het dan ook langer om zo'n handeling te doen omdat je daarbij moet nadenken?**

*Dat ik daarvan blijf last hebben, bedoel je of...?*

### **Nee, als je bijvoorbeeld vergelijkt of je langer bezig bent aan iets (een taak)?**

*Goh, uhm... ik weet van mezelf dat ik wel een tamelijk trage werker ben. Ik weet niet per se of dat aan die DCD ligt of uhm... aan mijn eigen verstrooidheid en afgeleidheid, getreuzel soms. Ik werk wel iets trager alleszins.*

## Hoger onderwijs

### **Welke moeilijkheden ondervind je bij het studeren in de lessen?**

*Uhm... rond DCD of... goh... de hoge school blijft vrij theoretisch, dus op zich... meestal komt dat niet echt zo ter sprake. Allee, ik bedoel... maar ik weet wel van tijd dat ik wat handelingen moet doen. En afhankelijk van het moment... ja, ik weet niet. Een keer had ik een praktijkles en wij moesten op een stuk lassen, wij moesten een beetje leren lassen. Op het einde moesten we in de zijkant van dat stuk in Romeinse cijfers met een beitel onze naam, allee ons nummer, zetten. Op een gegeven moment... ik had dat plaatje vast en ik begon opeens heel hard te trillen. En ik had zo moeite met dat recht te houden. Zulke situaties heb ik soms wel voor. Dat is niet iets waar ik doorgaans last van heb, maar dat gebeurt soms wel.*

### **Komt dat vooral voor als het over fijne motoriek gaat, bij het maken van heel fijne bewegingen? Want je had het ook al over wandelen gehad?**

*Ja, inderdaad als ik door de gangen van de school wandel en mensen lopen achter mij, dan voel ik mij soms wel bekeken. Dan heb ik daar wel last van. Iets dat ik ook vaak heb is dat... als iemand bijvoorbeeld mijn naam zegt, en ik kijk om, dat ik dat heel snel doe. Het is geen vloeiende beweging, maar zo meer van... allee, ja... alsof ik daar zelf niet helemaal controle over heb, hoe hard ik mijn hoofd draai. Het is moeilijk te beschrijven... maar hetzelfde als iemand bijvoorbeeld zo knikt naar mij, dan heb ik soms een heel harde knik... Ja, ik weet niet*

### **Is het misschien zo'n reflex waar je weinig controle over hebt?**

*Ja, dat je misschien zo'n beetje uitschiet zo... ja, ik weet niet... een beetje raar maar...*

### **Hoe verloopt het nemen van notities in de lessen?**

*Goh, ja dat is tamelijk... als ik dat doe, dan is dat heel chaotisch. Uhm, ja soms begin ik notities te nemen en dan geef ik halverwege op omdat je niet altijd goed kunt ontcijferen wat de leraar schrijft. Dat snappen en opschrijven tegelijk, dat vind ik heel moeilijk. Dus, als je het niet fatsoenlijk kunt lezen en*



*je begrijpt er ook niet veel van, dan heeft het opschrijven op den duur...je kunt wel notities maken, maar kloppen ze dan wel? Dan stop ik soms in het midden van de les met gewoon notities nemen.*

**Is je eigen handschrift goed na te lezen?**

*Uhm, voor mij wel. Voor anderen...uhm bijvoorbeeld de magazijnier op mijn stage, die zegt dat ik daar wel op moet letten.*

**Dus als een prof iets moet beoordelen van u en moet nalezen, dan zal die dat ook moeilijk leesbaar vinden?**

*Ik ben er nog niet op attent gemaakt, maar dat zou wel goed kunnen zijn.*

**Vergt het veel tijd om iets te noteren?**

*Ja, ik denk dat ik misschien in dat opzicht...ook wel een beetje trager ben.*

**Heb je daar iets op gevonden om daarmee om te gaan?**

*Goh, ik ben sowieso...ja, notities nemen...ik heb niet de beste concentratie, dus dat is niet altijd iets dat ik altijd doe. Maar ik weet wel, tegen het kribbelen, schrijf ik altijd wel in potlood en gom. Dat is iets dat ik doe.*

**Maar je schakelt niet over op een laptop om te kunnen typen?**

*Goh...ik heb nooit typ-les gevolgd dus ik kan wel tamelijk snel typen, maar ik denk niet snel genoeg om notities te nemen.*

**Ben je ook chaotisch op vlak van planning en deadlines halen?**

*Uhm, ja zeker. Ik denk dat wel. Een planning opmaken is iets wat ik heel weinig doe. Ik ben heel vergeetachtig, ik weet vaak ook niet goed wat ik moet kennen voor een examen. En, ik heb moeite voor mijn eigen om mij daar vaak aan te zetten en... om uit mijn bed te geraken eigenlijk ook. Dus, ik weet niet...de zaken op orde houden, dat is wel iets waar ik moeite mee heb.*

**Het opstellen van een planning is al moeilijk en u eraan houden is nog moeilijker als ik het zo hoor?**

*Ja, dat klopt.*

**Hoe verloopt het om te studeren uit de combinatie van lesmateriaal (artikels, boek, PowerPoint, opnames, ...) voor een vak? Is dat moeilijk?**

*Goh, als dat gewoon theorie is, dan is dat voor mij niet zo moeilijk. Maar ja...oefeningen, daar heb ik toch altijd wel veel moeite mee om dat te begrijpen. Ja, ik weet niet...zelfs als ik een bepaalde oefening snap, dan kan het zijn dat, als ik een oefening krijg die gelijkaardig is maar met een ander probleem, dan kan ik niet per se die oefening ook oplossen.*

**Dus echt een gelijkaardige oefening?**

*Ja, ik bedoel niet gelijkaardig maar wel zo in hetzelfde...allem, ja. In plaats van als je nu dat gaat zoeken, ga je nu dat zoeken. En, als ik er niet simpel uit geraak door gewoon de formules te veranderen, dan zit dat wel een beetje vast bij mij. Dan begin ik mij af te vragen van: als ik nu in die situatie ben, welke regel geldt dan? En dat is zeker waar bij wiskunde. Wiskunde, dat is voor mij precies 101 regels die ik moet onthouden.*

**De richting die je studeert, komt daar veel wiskunde bij kijken?**

*Dat is elektromechanische systemen, dus ja daar komt wel een beetje wiskunde bij, inderdaad. En ook elektriciteit, dat moeten wij ook berekeningen voor maken enz. Dus dat is soms wel uitdagend.*

**Maar het studeren van de theorie uit al die bronnen, dat is niet zozeer het probleem voor u?**

*Tja, als het maar vanbuiten leren is, dan is dat tamelijk simpel, denk ik.*

**Is het moeilijk om op tijd naar de les te gaan?**

*Dat hangt ervan af of het in de voormiddag is of niet. In de voormiddag tijdens de, uhm...want vorig semester, dan ging ik eigenlijk nooit. Uit mijn bed geraken, een beetje, dat was wel moeilijk.*

**Heeft het niet uit bed geraken iets te maken met motivatie?**

*Uhm, goh, waaraan dat juist ligt dat weet ik niet. Oftewel kan het zijn dat ik slecht slaap, oftewel de motivatie oftewel...ik ga eigenlijk voor een reden naar een psycholoog. Dat is een beetje voor mijn mentale gezondheid. Mijn mentale gezondheid is niet altijd zo goed, dus...dat kan zijn van niet goed in mijn vel te zitten, maar dat kan misschien ook zijn van mijn eigen luiheid, dat ik geen ochtendmens ben...ik weet het niet. Dat kan van alles zijn.*

**Het is moeilijk om de precieze oorzaak uit te dokteren. Je weet ook niet of dat kan liggen aan de kenmerken van dyspraxie. Of denk je van wel: weegt dat zwaar op u mentaal, dat mensen u aankijken?**

*Ja, dat ook. Maar dat ik problemen heb met mijn mentale gezondheid in orde te houden, dat komt van verschillende factoren. Dat is gewoon...een beetje, niet die zelfzekerheid hebben zoals ik zeg als ik mij bekeken voel. Dan lukt dat wandelen ook opeens niet. Ja, gewoon het sociale aspect...tja, dat is voor mij niet zo gemakkelijk. Heel veel vlakken zijn voor mij moeilijk: op school vlak, op sociaal vlak, op vlak van fysieke activiteiten...ik heb een beetje moeite met alles. Ik zag dat ook in de lagere school. Ik weet dat ik op één rapport van alles de slechtste punten had van iedereen.*

**Dat maakt u onzeker ook?**

*Dat maakt mij onzeker. Dat maakt dat ik heel veel moeite heb met alles. Dat is niet makkelijk als nooit iets vlot gaat, hè. Het sociale weegt nog harder door want uiteindelijk alles culmineert daar een beetje. Wat je op professioneel vlak doet, dat reflecteert ook op uw sociaal leven. Plus, gewoon...ja, ik weet niet...als je overkomt als iemand die niet slim is, dan...alleen, ja...ik ben wel meer dan één keer dom genoemd, hè.*

**Heb je problemen met oriëntatie, om de eerste keer een leslokaal te vinden als je in een nieuwe ruimte terechtkomt?**

*Ja, inderdaad hè. De eerste keer had ik wel moeite om mijn weg te vinden in een gebouw. En, ik heb ook als ik bij iemand thuis ben geweest en ik moet daar nog is een tweede keer komen, dan weet ik vaak niet meer welk huis dat dat is.*

**Dus na een bepaald aantal keer...?**

*Ja, dan weet ik dat. Ik maak mezelf er alert op dat ik er echt eens goed op moet letten. Maar als ik dat niet doe, dan weet ik dat waarschijnlijk de tweede keer niet meer.*

**Zijn er problemen met het onderscheiden van hoofd- en bijzaken (het vinden van de essentie)?**

*Ja, dat denk ik wel. Ik denk niet dat ik de allerbeste ben in een samenvatting maken. Alleen, ik weet niet of ik de beste ben in inschatten wat er op een examen komt. Ik kan nooit zeggen of ik ga slagen of niet...en ik ben vaak verrast.*

**Hoe pak je dat aan als je niet zozeer weet wat ze gaan vragen op een examen?**

*Vaak probeer ik te zien wat belangrijk is. Ik ga eens rond bij mijn klasgenoten om te zien wat zij leren. Ja, ik...probeer te kunnen wat ik kan kunnen tegen dan. Dat is niet zo gemakkelijk voor mij om op mijn eigen dingen te snappen.*

### **Dus daar zoek je wel hulp bij anderen?**

*Zoek ik wel hulp. Soms krijg ik dat, soms niet. Mensen die zelf iets snappen, snappen niet altijd waar je het zo moeilijk mee hebt. Niet iedereen is daar even goed in om dat uit te leggen.*

### **Vraag je ook meer uitleg bij de prof (naast enkel de medestudenten)?**

*Bij de prof niet echt. Ik vraag dat aan vrienden van mij die ook iets technisch hebben gedaan. 1/3 legt dat goed uit en bij 2/3 is dat maar een uitleg van...ja..."vul de formule in of zoiets". Maar ik heb ook wel een broer, een tweelingbroer, en die kan dat wel tamelijk goed uitleggen. Maar ik probeer hem daar niet al te vaak bij lastig te vallen, want dat is uiteindelijk ook een student, dus...*

### **Probeer je alles te leren als je niet weet wat hoofd- en bijzaak is of enkel wat jij denkt dat het belangrijkste is?**

*Goh, wat dat ik denk dat het belangrijkste is. En, uhm...iets wat ik ook doe is, als ik niet ben geslaagd bij mijn eerste zit...alleen, als ik weet dat het examen niet zo goed gaat...probeer ik alle vragen op te schrijven om in de tweede zit meer een idee te hebben van wat erop komt.*

### **Ben je een faciliteit student?**

*Ja*

### **En van welke faciliteiten maak je gebruik?**

*Ik krijg dan een verlenging van mijn examentijd, maar om het makkelijk te maken krijgt eigenlijk iedereen die. Ik vraag mij soms af of de examens nog wel afgesteld zijn op de originele tijd of de tijd die er automatisch voor iedereen is bijgezet.*

### **Vind je de extra tijd die je krijgt nuttig, kan je die goed besteden?**

*Uhm, ja soms wel, soms niet. Als ik een examen echt niet snap, dan heeft dat weinig nut. Maar zoals ik zeg: ik weet niet of die maatregel nuttig is, want ik weet niet of de examens zijn afgesteld op de vroegere examentijd of op de nieuwe? Als dat op de nieuwe is, dan heeft dat uiteraard geen nut niet meer, hè.*

### **Een student met dyspraxie krijg meer examentijd omdat het langer duurt om iets te noteren? Zou dat ook bij u het geval kunnen zijn?**

*Dat denk ik wel dat ik er in het algemeen langer over doe. Maar ik twijfel eraan of dat werkt omdat iedereen dat krijgt.*

### **Wat bedoel je met iedereen?**

*Mensen met faciliteiten en mensen zonder faciliteiten krijgen extra tijd om...om het makkelijker te maken. Dat is eigenlijk automatisch inbegrepen, die tijd. Daarmee dat ik zeg van: ik weet eigenlijk niet of dat examen nog is afgesteld op de oorspronkelijke examentijd of...ja...*

### **Zijn er nog andere faciliteiten waar je gebruik van maakt?**

*Voor de rest denk ik niet echt. Hetgeen je kunt krijgen op de hoge school is eigenlijk tamelijk beperkt. Ik zou mezelf ook niet echt kunnen inbeelden hoe ze het per se makkelijker zouden kunnen maken.*

### **Vind je dat je harder moet werken dan je medestudenten om een bepaald resultaat te krijgen?**

*Uhm, althans...om dezelfde resultaten als hen te krijgen, denk ik wel. Dan zou ik elke dag voor school moeten bezig zijn. Dat is ook iets dat ik heb geprobeerd in mijn eerste jaar, toen ik ging voortstuderen: elke avond was ik twee uur voor school bezig, en ja...zaterdag dan niet maar zondag ook wel. Uiteindelijk kwamen mijn eerste examens na 6 weken eraan en ik was er maar op één vak door. Dus, ja...ik merk wel dat ik harder moet werken alleszins.*

### **Dus nu overcompenseer je nog wel?**

*Nu doe ik gewoon alles op mijn eigen tempo: ik ben nu vier jaar bezig voor een 2-jarige opleiding. Maar ik kan dat ook niet meer opbrengen zoals ik dat toen deed.*

### **Was je toen in die tijd overwerkt?**

*Tja, ik denk in die periode wel maar het is ondertussen wel al drie jaar geleden. Dus ik weet niet of ik het altijd nog daarop mag steken.*

### **Was de oorzaak psychologisch?**

*Goh, ik weet het niet. Ik ben nu ook al lang gediagnosticeerd met depressief te zijn. Maar ik weet niet of dat de reden is waarom ik dat niet kan opbrengen. Dat dat aan het feit ligt dat ik mij niet zo goed in mijn vel voel als de meeste mensen.*

### **Hoelang ben je al depressief?**

*Officieel sinds 2017, dus dat is al eventjes geleden.*

### **En in de tussenperiode waren er veel ups en downs?**

*Ja, ups en downs, ja... in het begin vond ik dat heel moeilijk. Nu heb ik zo een heel lange periode van: het beter niet, maar het wordt ook niet slechter. Tja, ik heb ook periodes...ik woon nog thuis, ik heb niet de gemakkelijkste ouders...ja, lockdown, dat waren tijden dat het voor mij heel slecht liep...door de sociale isolatie en het feit dat ik vastzat met mijn familie. Misschien dat ik ook merk dat ik op bepaalde periodes het moeilijker heb op sociaal vlak. Als ik die periode wat langer stilsta bij...dingen die ik heb meegemaakt of dingen die gewone mensen kunnen hebben, dingen die voor mij toch wel moeilijk zijn om te bereiken, tja...*

### **Welke rol spelen de kenmerken van DCD bij uw depressie?**

*Ik denk dat het bijdraagt aan mijn onzelfzekerheid. Mijn techniek...bijvoorbeeld als ik een spel met andere mensen moet spelen, dan ben ik altijd slecht, zeker als dat met een bal is. Dan lukt het helemaal niet. En dat is wel beschamend uiteindelijk, hè. En uw omgeving weet uiteindelijk dat jij die mens bent die veel minder kan dan de rest en dat is niet altijd fijn, hè.*

## Planning en organisatie

### **Op welke manier ervaar je problemen met planning en organisatie in het algemeen?**

*Ik denk orde houden: mijn administratie een beetje, mijn e-mails...daar heb ik heel veel moeite mee om dat allemaal netjes te houden, mijn papieren mooi op de juiste plek te houden. Gewoon onthouden wat ik allemaal nog moet regelen en het opbrengen van iets te regelen.*

### **Heb je daar zelf iets op gevonden of hulpmiddelen aangereikt gekregen van anderen?**

*Een planning en agenda, ik kan dat ook niet echt opbrengen om dat aan te maken. Wat ik wel doe om proberen afspraken te onthouden, is wekkers zetten. Als ik weet van: als ik morgenochtend naar daar vertrek, dan moet ik zeker dat in mijn boekentas steken of mijn valies. Dan zet ik dat op die wekker. Dat is iets dat ik probeer.*

### **Kijk je meer van dag tot dag of plan je ook een afspraak in over een week?**

*Ik probeer dat wel te plannen, maar soms zeg ik heel laat toe omdat ik het niet allemaal durf goed in te plannen en dat is ook niet altijd goed.*

### **Reminders helpen wel om het te onthouden?**

*Ja*

### **Hoe ziet je kamer eruit?**

*Heel rommelig, veel papieren. Ik stofzuig ook maar weinig. Mijn bed is ook nooit opgemaakt. Het is eigenlijk heel rommelig, ja.*

### **Verlies je in die chaos je spullen soms?**

*Soms wel, meestal valt dat nog wel mee. Als ik iets kwijtraak, dan is dat meestal iets dat ik al lang niet meer nodig heb gehad. Wat ik wel vaak heb is dat ik bijvoorbeeld iets ergens leg en dat ik 5 minuten later dat object terug wil vastpakken, maar dan heb ik opeens iets van: oei, waar heb ik dat object weer gelegd. En dan moet ik gaan zoeken. En ook: als ik bijvoorbeeld wil vertrekken of een valies maken, dan loop ik heel veel over en weer door het huis. Ik geraak vaak niet vertrokken omdat ik constant nog dingen vergeet.*

### **Lukt het om te multitasken (bv. muziek luisteren en autorijden/studeren)**

*Praten en sms'en tegelijk is niet iets dat ik kan, nee. Ik heb altijd gehoord dat dat normaal is bij mannen.*

### **Hoe pak je dat aan om twee zaken tegelijk te doen (bv. valies klaarmaken en vertrekken)?**

*Ik probeer meestal mijn valies een beetje op voorhand klaar te maken. De nodige spullen (oplader, gsm en tandenborstel) houd ik tot op het laatste moment uit mijn valies omdat ik die zo lang mogelijk wil blijven gebruiken. En die vergeet ik dan ook het makkelijkst natuurlijk. Maar multitasken...ik weet niet of dat iets is dat ik echt vaak doe.*

### **Plan je je tijd doorheen de dag in: nu ga ik hier aan werken en dan daaraan?**

*Een beetje. Mentaal zeg ik wel tegen mezelf: nu ga ik dat doen. Of dat altijd lukt, is wel niet zeker. Vaak probeer ik te zeggen: vanavond moet ik die twee dingen gedaan hebben. Ik denk dat dat bijvoorbeeld gisteren was: duolingo, berichtjes sturen en proberen te pompen om mijn eigen een beetje fysiek fit te houden. Want ik sport niet veel, dat is het enige wat ik eigenlijk doe.*

### **Lukt het om in je planning rekening te houden met werk voor school?**

*Uhm, dat is wel het eerste dat wegvalt eigenlijk. Behalve als het natuurlijk zondag is en de deadline eraan komt.*

### **Dus schoolwerk schuif je zoveel mogelijk naar de deadline toe?**

*Ja, ik stel dat wel uit ja.*

## Autorijden

### **Heb je een rijbewijs behaald?**

*Ik heb een voorlopig rijbewijs.*

### **Dus je mag al leren rijden?**

*Ja*

### **Ben je op dit moment aan het leren rijden?**

*Niet altijd heel actief. Daar zit soms wel wat tijd tussen.*

### **Hoelang ben je al aan het leren rijden?**

*Ik heb mijn theoretisch gehaald in 2017. In principe zou die eigenlijk al vervallen moeten zijn maar omwille van corona en andere dingen is dat uitgesteld. Dus ik ben eigenlijk al 5 jaar bezig.*

### **Heb je al veel uren gereden?**

*Ja, ik zit toch al ver voorbij mijn 20 uur.*

### **Welke moeilijkheden ervaar je bij het leren rijden?**

*Toen ik nog voor geschakeld ging...sowieso op alles letten: verkeer, het reglement en dan nog het schakelen tegelijk...dat is het multitasken. Dat lukte eigenlijk echt voor geen meter. Nu dat ik het met een automatic aan het doen ben, gaat het autorijden echt een stuk beter.*

### **Dus dat helpt wel echt?**

*Ja, dat denk ik wel. Het is wel jammer dat ik dat niet kan, maar ja...*

### **Van wie leer je rijden?**

*Ik heb een paar keer zelfstandig gereden, maar dat zelfstandig vervalt na 1 jaar. Dus nu moet ik dat altijd doen met iemand naast mij, meestal ons mama. Want ons papa is daar te agressief in: te rap beginnen roepen enz.*

### **Krijg je goede ondersteuning van je moeder bij het leren rijden?**

*Die zit naast mij, maar waar ik mijn twijfels bij heb, is dat ze bij elk ding vraagt van: wat wil dat zeggen? We zijn nu in deze straat gereden, hoe rap mogen we hier? En zo is ze heel de tijd. Ik wil gewoon focussen op het rijden, op het leren rijden. Op de rijsschool doen ze dat uiteindelijk ook niet, hè, en zij doet dat wel.*

### **Heb je je rijexamen al gedaan? Hoe vaak?**

*Ja, 5 keer.*

### **Wat hebben ze daar telkens gezegd wat je nog niet goed doet?**

*Tja, ...het schakelen oftewel zien dat er iemand aankomt. Uhm...vaak een beetje van alles, maar het schakelen zat er wel altijd bij.*

### **Bij een rijexamen hoort het parkeren, verliep dat vlot?**

*In de rijles lukt dat heel goed, maar op het rijexamen iets minder maar in het algemeen nog wel ca va. Ik merk dat dat bij mij des te makkelijker gaat, des te minder de rijinstructeur mij instructies geeft. Des te meer de instructeur mij zegt van nu recht houden en nu heel hard draaien, des te minder dat eigenlijk lukt. Voor mij is het makkelijkste rustig op mijn eigen gevoel eigenlijk.*

### **Dus het luisteren en tegelijk iets doen is moeilijk voor u?**

*Tja, een beetje maar ook...ja, ik weet niet...misschien dat ik soms mijn eigen idee heb hoe ik er soms in wil geraken.*

### **Lukt het om de afstanden goed in te schatten bij het rijden?**

*Naar de zijkant toe niet altijd zo geweldig, maar over het algemeen wel ca va. Ik had vroeger wel veel last met in het midden van de baan te blijven. Ik keek dan altijd rechts in de spiegel naar de lijn en of die afstand hetzelfde bleef. Dat was in het begin zo toen ik aan het leren rijden was maar dat heeft wel even geduurd. Ik stond heel vaak zo naar rechts te kijken in de spiegel.*

**Zeiden ze tegen u dat je aan het afdwalen was?**

*Ja, dat denk ik wel.*

**Hoelang heeft dat geduurd?**

*Dat was tijdens het eerste jaar.*

### Dagdagelijks leven

**Zijn er problemen met het verzorgen van uzelf in het algemeen (aankleden, klaarmaken, poetsen van tanden)?**

*Dat hangt ervan af: als de gelegenheid goed is, dan probeer ik wel in orde te zijn. Als de gelegenheid werk is, dan...allem, ik doe ook geen mensenberoep of zo...Ik zit niet op kantoor, ik werk vooral met mijn handen...ik neem altijd een douche op het einde van mijn shift maar het heeft weinig zin om fatsoenlijk op mijn werk aan te komen. Maar natuurlijk als ik uitga, dan ga ik mezelf wel eerst douchen, mijn tanden poetsen en zien dat mijn nagels geknipt zijn. Dat probeer ik wel in orde te hebben.*

**Moet je bij die motorische handelingen ook veel nadenken?**

*Dat denk ik niet echt, nee.*

**In het begin had je gezegd dat je moeite had met het lassen en het wandelen.**

*Niet met het lassen zelf: ik had moeite met...allem, ik had een plaatje vast en opeens was mijn hand heel hard aan het trillen. Ik heb soms van die rare bewegingen. Eten met een theelepeltje bijvoorbeeld, dat is verschrikkelijk. Dat is iets wat ik niet goed kan. Maar ja, lassen zelf is voor mij niet zo moeilijk.*

**Had je vroeger ook problemen met bestek?**

*Zoals ik mij herinner precies vroeger minder dan nu. Ik denk dat ik ook minder proper eet nu, dat ik wat meer mors eigenlijk. Ik weet als kind nog goed dat mijn tweelingbroer degene was met altijd een vuile mond en die altijd smoste. En ik snapte nooit waarom hij zo was. Maar ik denk nu dat hij properder eet dan ik.*

**Zijn er motorische problemen die met de leeftijd gebleven zijn of afgenomen zijn bij u?**

*Ik weet niet. Ik weet dat ik bijvoorbeeld last heb gekregen van wandelen in mijn kinderjaren. Dat gevoel van dat ik bekeken werd en dat het automatisme wegviel, dat is iets dat ik niet had in de lagere school of daarvoor. Dat was toen ontstaan en dat is uiteindelijk nooit niet weggegaan.*

**Kook je ook uw eigen eten?**

*Ja, soms.*

**Zijn daar moeilijkheden mee, met het koken?**

*Ja, misschien het multitasken ook. Dat ik bijvoorbeeld met dat bezig ben en dan...terwijl je met dat bezig bent, is dat koud aan het worden en...Om alles uiteindelijk samen op het juiste moment op het bord te brengen, dat vind ik moeilijk tijdens het koken.*

**Je bent geen beginnende koker?**

*Nee, ik denk wel dat ik tamelijk goed kan koken.*

### **Laat je ook veel zaken vallen?**

*Ja, ik mors veel op tafel en van tijd ook wel op mijzelf (op mijn buik of op mijn schoot).*

### **En dat ligt aan het mes- en vorkgebruik?**

*Ik denk het wel...of ja, toch minder bij andere mensen...allee, ja. Ik denk dat wel.*

## Sport

### **Zijn er sporten die je als hobby nog beoefend?**

*Nee, ik doe geen sport. Ik ben uiteindelijk nooit goed geweest in sport en ik heb nooit een sport leuk gevonden. Misschien ook omdat ik er nooit goed in ben geweest. Ik heb nooit de handigste techniek gehad. Als kind was ik tamelijk fragiel, had ik een slechte conditie en...ben ik nooit echt in sport geraakt. Plus, ja de regels van een sport: ik ben daar niet altijd direct mee weg. Dan voel je jezelf ook wel eens verlegen natuurlijk. En als mensen dan volleybal willen spelen, vind ik dat ambetant want ik kan dat niet. Als ik dan toch moet meedoen, krijg ik toch wel de commentaar dat ik precies avatar ben aan het nadoen...of de manier waarop ik een bal gooi. Dus, ja dat is niet echt iets dat ik... ik sport niet.*

### **Zou je de voorkeur hebben om individueel te sporten of in ploeg?**

*Ik denk dan eerder individueel want in ploeg is vaak tactischer en moet je je veel meer met verschillende dingen tegelijk bezighouden.*

### **Zou het ook iets te maken kunnen hebben met het feit dat je dan ook weer bekeken zou worden door je ploegleden?**

*Uhm, ja een beetje wel. Zeker bij voetbal: voetbal is een zeer competitieve sport. Dus als je daar iets verkeerd doet, mag je dat wel altijd horen in de kleedkamer. Dat was bij mij in het middelbaar zo.*

### **Hoe verliepen in het algemeen uw LO-lessen in het middelbaar of in het lager?**

*In het lager was dat wel altijd...ca va. In het middelbaar...ja...wij speelden heel veel voetbal in het middelbaar. Dat was niet zo goed. Goh, dat viel meestal wel mee...alleen...ik had wel bij één LO-leraar de indruk dat die mij niet moest. Wat ik altijd had bij LO, was dat ik slechte concentratie had. De leraar legt iets uit en ik wist nooit wat we gingen doen. Ik stond altijd in de rij en zette mezelf zo in het midden of vanachter ergens en dan keek ik wat ze eerst gingen doen.*

### **Heb je enkel concentratieproblemen bij LO?**

*Dat is altijd wel, ja. Dus ja, als ik het dan nog niet doorhad tegen dat het mijn beurt was, was dat wel ambetant. En diezelfde leraar...als we dan naar het zwembad liepen te voet...we wandelen naar het zwembad, dan riep hij altijd tegen mij: schiet eens op. Dat is wel ambetant als uw klasgenoten daar dan bij staan. Ik volgde wel altijd, ik had de juiste snelheid, maar toch riep die dan naar mij. Ik denk dat dat ook wel lag aan mijn rare techniek van wandelen of zoiets.*

### **Waren er ook positieve zaken die opvielen waarbij je echt geholpen werd in het onderwijs, bij LO bijvoorbeeld?**

*Uhm, goh...weinig eigenlijk. Het is niet dat ze nooit geprobeerd hebben om te helpen. Maar eens ze hielpen, of dat dat goed werkte, dat weet ik niet.*



**Zou een stappenplan nuttig zijn zodat je het jezelf eerst kunt aanleren in geval van een moeilijke handeling bij LO bijvoorbeeld?**

*Geen idee, ik weet ook niet hoe dat juist zou werken in de praktijk.*

**Dat je eerst individueel iets kunt inoefenen? Zou dat helpen?**

*Met de juiste begeleiding dan? Ja, misschien wel, maar of dat qua tijdsgebruik altijd mogelijk is, dat weet ik niet.*

**Zou dat uw onzekerheid ook kunnen wegnemen?**

*Ja, als dat maakt dat je het al een beetje kunt tegen dat je wordt blootgesteld aan de rest eigenlijk, dan zal dat wel helpen ja.*

**Heeft het gevoel van bekeken te worden tijdens bv. het wandelen een invloed op je vrijetijdsbesteding (sociale evenementen)?**

*Dat denk ik niet zozeer. Bij het sporten natuurlijk wel: ik doe geen sport.*

**Dat vermijd je actief?**

*Als ze een volleybal match doen voor het plezier, dan doe ik niet vrijwillig mee, ja. In dat opzicht probeer ik wel sommige dingen te vermijden. Maar het is niet dat ik opeens niet meer ga buiten komen ofzo.*

### Sociale vaardigheden & mentale gezondheid

**Uitgaan?**

*Dat gebeurt wel. Dan ga ik iets te graag op café.*

**Vind je jezelf een heel sociaal persoon?**

*Ik denk dat ik wel een sociaal persoon ben in de zin dat ik graag sociale contacten heb. Misschien niet altijd, maar ik heb het wel graag. Maar ik weet niet of ik de meest charismatische persoon ben. Ik twijfel eraan dat ik de beste ben in relaties vormen: of dat dat nu gewoon op vriendschappelijk vlak is, of op romantisch vlak. Dat is voor beide vlakken wel uitdagend.*

**Heb je het dan over het maken van nieuwe vrienden?**

*Het maken van nieuwe vrienden, soms het behouden van...en ja, het zoeken van een partner. Ja, ik ben nu 23. Ik heb uiteindelijk nog nooit een relatie gehad. Ik heb geen idee hoe dat zou lopen moest dat wel zo zijn. In dat opzicht heb ik het op sociaal vlak soms moeilijk.*

**Je legt graag sociale contacten?**

*Ja, ik ga mezelf niet graag afzonderen.*

**Heeft DCD invloed op uw sociale vaardigheden, uw vriendschappen, de omgang met mensen, ...?**

*Tja, misschien dat uw technieken wat geforceerd zijn. Ik bedoel: ik let op alles wat ik doe, weinig gebeurt automatisch. Dan denk ik dat je geforceerd en onnatuurlijk overkomt. En, ik struikel vaak over mijn tong. Dat is iets wat ik ook wel heb. Tja, wat is charisma? Charisma, dat is de houding van iemand, de manier waarop iemand zijn stem gebruikt, de manier waarop iemand mensen aankijkt. Uiteindelijk is de manier waarop je beweegt ook iets dat uw charisma mee vormt. Dus ik denk dat dat wel een negatieve impact heeft.*

**Voel je je soms sociaal geïsoleerd (als we corona buiten beschouwing laten)?**

*Uhm ja, dat denk ik wel. Soms heb ik de indruk dat ik moeite heb om mensen mee te krijgen in iets. Van alle verjaardagen die ik tot nu toe heb gehad, heb ik er nog geen enkele gevierd eigenlijk. Dat is omdat ik nooit geen mensen meekrijg. Die charisma...dat is iets wat ik niet mee. Als ik rondstuur naar 10 man: "wil jij vandaag iets komen doen?", dan is dat altijd van: "ja, nee sorry."*

**Het onderhouden van vriendschappelijke relaties is dus ook wel moeilijk?**

*In de zin van...ik weet niet...hoe ik omga met mensen op lange termijn misschien. Dat ik niet altijd doorheb... dat ik niet op de meest sociale manier omga met mensen.*

**Is er vaak miscommunicatie? Heeft dat te maken met het oppikken van signalen?**

*Het oppikken van signalen, het zelf kunnen inschatten wat dat...juist is, grappig is, wat normaal of raar is. Dat een beetje, denk ik.*

**Dan gaat het over het interpreteren van gevoelens?**

*Ja, en die onzekerheid die gaat daar zeker mee gepaard.*

**Je weet niet of je altijd gepast reageert op iets?**

*Tja, reageert...als ik een mopje maak, of dat grappig zal zijn of niet. Die dingen.*

Slot interview

**Heb je ook veel last van piekergedachten?**

*Ja*

**Waarom heb je hier pas last van in 2017 en nog niet eerder?**

*Ik ben wel al heel lang ongelukkig in mijn leven. Al langer dan dat...Maar toen is alleszins de officiële diagnose gekomen en ja ik weet niet...Ik ben toen door een moment gegaan in mijn leven waar ik mezelf een beetje gek maakte. Uhm, ik vroeg mij soms ook af of ik wel in de realiteit zit eigenlijk.*

**Waar maak je u zo druk over?**

*Tja, druk...ik kan mij druk maken over de vraag of ik ooit gelukkig ga worden...of dat ik ooit het gevoel ga hebben dat ik behandeld word zoals andere mensen elkaar behandelen...of ik een job ga hebben waar ik mij comfortabel in voel. Tja, het is van alles een beetje. Ik heb gewoon heel veel kopzorgen en ja...malen wat er in het verleden is gebeurd, hè. Dat zijn familiale zaken en hoe dat ik ben behandeld door sommige mensen doorheen mijn leven. Als kind opgroeien met autisme, dat is niet ideaal. Toch zeker vroeger niet, allee, 20 jaar geleden.*

**Als ik het zo hoor, ben je nog altijd op zoek naar iets waarin je uitblinkt, waar je je talenten in kunt terugvinden?**

*Ja, een beetje misschien.*

**Wat zijn volgens u uw sterktes?**

*Mijn sterktes zijn, denk ik, dat ik desondanks motorisch toch wel een beetje fijn kan werken. Dat ik toch wel probeer objectief een beetje na te denken over kwesties.*

### **Wat bedoel je met ondanks motorisch toch wel fijn kan werken?**

*Als ik iets kleins moet maken, dan ben ik daar tamelijk goed in. Als middelbare opleiding ben ik eigenlijk afgestudeerd in lassen-monteren-pijpfitten. Dus ik heb toch wel ervaring met metaalbewerking. Als ik mezelf daar een beetje mee bezighoud, dan merk ik wel dat ik toch wel fijn kan werken in vergelijking met sommige andere mensen.*

### **Welke ondersteuningsmaatregelen in het onderwijs zou je aanbevelen (die nog ontbreken)? Als alles mogelijk is?**

*Ik weet niet hoe je iemand speciaal kunt helpen. Iemand uit de klas halen om bepaalde instructies te geven, ik weet niet of dat sociaal gezien altijd het beste is. En als je dat naschools zou doen, dan zou dat betekenen dat dat heel tijdsintensief is. Als iemand mentaal met veel dingen moeite heeft, is dat ook niet zo goed.*

### **Hoe zouden we studenten in het hoger onderwijs kunnen helpen?**

*Dat vind ik nog moeilijker, want DCD, dat gaat blijkbaar over motoriek. En blijkbaar ook over multitasken en planning. Het hoger onderwijs is vooral theoretisch dus behalve plannen zou er niet zoveel kunnen gebeuren. Plannen vind ik ook al moeilijk.*

### **Heb je moeilijkheden met deadlines?**

*Ik denk niet dat ik daar de beste in ben, maar ik denk ook niet dat ik daar speciaal moeite mee heb. Tenzij het niet verplicht is. Ik haal wel meestal mijn deadlines.*

### **Misschien ben je niet op de hoogte van alle beschikbare faciliteiten (op de hoge school)?**

*Tja, het enige wat ik eigenlijk ken, is dat je samen met iemand eventueel een planning zou kunnen gaan opmaken...en ja meer tijd bij de examens. Dat is het enige wat ik ken.*

### **Heb je daar al eens gebruik van gemaakt om samen een planning op te maken met iemand?**

*Ik heb dat eens geprobeerd via een persoon die in dezelfde praktijk werkt als mijn klinisch psycholoog. Ik kon mezelf daar niet toe aanzetten om die planning op te volgen eigenlijk.*

### **In het onderwijs is er een evolutie aan de gang van redelijke aanpassingen voor specifieke leerlingen naar hulpmiddelen waar iedereen van gebruik zou mogen maken. Zou dat iets zijn waar je eerder achterstaat?**

*Uhm, misschien een beetje van beide. Ik bedoel, zoals ik eerder zei: als iedereen de faciliteiten krijgt, op den duur vraag ik mij dan wel af of de examens dan niet gewoon ingespeeld zijn op die extra tijd, al dan niet per ongeluk. Dat examens die bijvoorbeeld bedoeld zijn voor een uur, per ongeluk gemaakt zijn voor anderhalf uur...onbewust. In dat opzicht zou ik het niet goed vinden als faciliteiten voor iedereen zijn. Maar misschien wel op andere vlakken...voor andere faciliteiten wel: bijvoorbeeld die planning opmaken enz. Maar ik heb daar weinig fantasie in wat allemaal mogelijk is.*

### **Om even terug te komen op die extra tijd tijdens de examens: heb je het gevoel dat je soms nog tijd tekort komt?**

*Met die extra tijd kom ik soms nog wel tijd tekort. Maar dat hangt af van het examen. Ik heb examens waar ik nog veel tijd over heb, maar ik heb ook veel examens waar ik tot op het einde blijf zitten. Dat is afhankelijk van hoe goed dat ik de leerstof ken en ook afhankelijk van hoe het is opgesteld. Sommige leraren stellen ook gewoon weinig vragen op.*

## 7.3 Bijlage 3: Interviews Experts

### 7.3.1 Interview Wouter

#### Inleiding

#### **Welke ervaring heeft u met personen met DCD? Hoe bent u daarmee in contact gekomen?**

*Ja, dat is vooral via mijn zelfstandige praktijk. Ik ben coördinator van een multidisciplinair centrum “De Kronkel”, of pediatriepraktijk “De Kronkel”. Wij hebben ons van bij de start op de diagnostiek en begeleiding van ontwikkelingsstoornissen gericht. Dus in de eerste plaats ook wel jonge kinderen, want ontwikkelingsstoornissen worden wel het vaakst vastgesteld bij kinderen. Maar hoe langer dat we bezig waren, hoe vaker we toch ook jongvolwassenen en zelfs volwassenen aangemeld kregen met de vraag of er bij hen ook sprake was van een ontwikkelingsstoornis. Wij onderzoeken eigenlijk alle ontwikkelingsdomeinen: dus zowel taal als leren, geheugen, sociale aspecten en interacties maar ook de motorische vaardigheden. Dus wij hebben toch wel een heel aantal diagnoses van DCD gesteld. Het is vooral van die hoek dat mijn ervaring met DCD komt. En...zoals ik daar straks al zei: we zien vooral gecombineerde beelden. Dus jongeren die bijvoorbeeld ADHD hebben maar ook motorisch uitvallen of jongeren met ASS in combinatie met DCD.*

#### **Een diagnose van DCD wordt altijd gesteld in een multidisciplinair team?**

*Ja, er moet altijd minstens een psycholoog en een arts aanwezig zijn en in het geval van DCD ook een kinesitherapeut die het motorisch onderzoek leidt.*

#### **Wat is het eerste dat in u opkomt als u denkt aan DCD in het algemeen?**

*Ik denk dan in de eerste plaats aan motorische coördinatie: aan bewegingen die een beetje complexer zijn en die verschillende spiergroepen of delen van het lichaam omvatten die dan op een soepele manier gecombineerd moeten worden. Ik denk dan bijvoorbeeld aan skiën, fietsen, dansen, vooral die coördinatieoefeningen. In de tweede instantie denk ik aan meer planmatige problemen, dus: planningsproblemen, tijdsbeheer, boekentassen in orde krijgen, bijvoorbeeld alle vakken geordend houden, alles op zijn plaats krijgen, dat soort dingen. Dat valt mij toch ook wel heel erg op dat mensen met DCD daar heel veel problemen mee hebben.*

#### **Heeft u vanuit de praktijk ervaren dat mensen met DCD daar sociale en mentale gevolgen van ondervinden?**

*Ja, ik denk dat wel. En dat zie je toch zeker bij die jongvolwassenen. Kinderen, die hebben nog minder die lijdensdruk. Hoewel je dat ook bij kinderen...wat mij heel hard opvalt is dat kinderen met DCD toch ook wel sociaal gezien gehinderd worden. De bel gaat bijvoorbeeld in de klas en alle andere kinderen springen uit hun bank, die schieten hun jas aan terwijl ze al naar de speelplaats lopen. En die zijn eigenlijk direct aan het spelen. Een kind met DCD, die gaat al problemen hebben van: waar moet ik met die boeken naartoe? Die gaat dan naar de gang gaan. Die jas aandoen, dat duurt al wat langer. Die komen dan meestal een paar minuten later op diezelfde speelplaats aan, maar eigenlijk zien ze dat alle kinderen al bezig zijn. En zelf komen ze wel altijd een beetje te laat. En dat is natuurlijk ook niet leuk, want dan ga je bij een spel moeten inbreken. Terwijl als je samen met anderen toekomt op de speelplaats, dan is het veel makkelijker om te beslissen wat we gaan spelen en met wie we gaan spelen. Maar als je altijd als laatste komt, moet je altijd ergens gaan aankloppen van: mag ik hier meedoen of mag ik daar meedoen? Je ziet dat die kinderen zich ook wel een beetje sociaal gaan isoleren...of soms er niet echt bij horen omdat het spel al bezig is. Kinderen kunnen ook heel erg hard*

*zijn voor mekaar. Die gaan gewoon nee zeggen omdat ze al bezig zijn. Dus er is wel een sociale dimensie aan die DCD.*

*En bij jongvolwassenen zie je dat ook wel omdat ze zich veel meer bewust worden van hun motorische problemen. Dat ze zichzelf bijvoorbeeld gaan afzijdig houden als er sportieve activiteiten zijn. Iedereen beslist bijvoorbeeld om een partijtje voetbal te spelen of om een beetje te volleyballen of tennissen of we gaan dit doen. Dan voelen die jongeren zich al direct uitgesloten. Die hebben dan ook echt schrik om zich op die manier een beetje belachelijk te maken. Dus opnieuw zie je dat dat bij jongvolwassenen ook wel serieuze sociale gevolgen kan hebben. Dat merk je toch wel aan hun beleving, dus ik zie wel in de praktijk een aantal mensen met ontwikkelingsstoornissen die dan komen omwille van depressie of angsten of sociale moeilijkheden die ze ervaren.*

### **Hoort faalangst daar ook bij?**

*Motorische faalangst is ook echt een ding. Men onderscheidt faalangst dikwijls in subtypes: je hebt de cognitieve faalangst. Dat is faalangst bij het leren, voor toetsen en examens. Je hebt sociale faalangst waarbij je vooral onzeker bent wat anderen van jou gaan vinden en hoe anderen gaan reageren. En je hebt ook echt motorische faalangst. Je ziet dat mensen met DCD natuurlijk die motorische faalangst hebben omdat ze schrik hebben dat ze over hun eigen benen gaan vallen of iets gekks gaan doen. Maar je ziet dat dat ook leidt tot die sociale faalangst. Dat die twee nauw met elkaar samengaan.*

## Hoger onderwijs

### **Welke problemen denkt u dat studenten met DCD vooral ervaren in het H.O.?**

*Ik denk dat het al begint in de lessen zelf omdat ze daar zelf verschillende dingen moeten combineren. Ze moeten eigenlijk én naar de prof luisteren...je hebt vaak een cursus, maar je hebt ook nog een PowerPoint. En ik denk zo het combineren van al die leermaterialen, dat dat voor hen ook al een uitdaging is. Dus gewoon ook het luisteren en tegelijkertijd notities nemen, handschrift is vaak al wat onregelmatiger. Nu ik denk dat sommigen ook wel computers gaan gebruiken om hun nota's beter te kunnen bewaren. Anders zijn dat allemaal losse papieren die ze dan ook weer kwijtspelen. Maar ik denk zo vooral het naar de les gaan en het combineren van al die leermiddelen, dat dat al een eerste ding is waar ze problemen ondervinden. En dan denk ik ook door het feit dat de voorspelbare structuur die je in het middelbaar had van lessen en...er werd nog heel duidelijk gezegd wat je moest doen en tegen wanneer...dat valt ook allemaal weg in het hoger onderwijs. Dus ze moeten veel zelfstandiger gaan plannen, hun tijd nuttig gaan indelen en ik denk dat dat ook wel echt een probleem is voor studenten met DCD. Die tijdsbewaking...ik denk dat ze heel veel tijd kunnen verliezen aan sommige dingen. En een derde ding waar ze volgens mij tegenaan lopen is volgens mij het maken van opdrachten, het schrijven van papers. Ik denk dat ze soms heel moeilijk vertrokken geraken. Dus dat ze niet goed weten wat er van hen verwacht wordt. En dat ze dan eigenlijk heel lang blijven hangen en niet vertrokken geraken. En daardoor in tijdsnood komen omdat ze te lang niets gedaan hebben en dan op heel korte tijd alles moeten gaan inhalen. Dus ik denk dat studenten met DCD ook echt nood hebben aan duidelijke instructies en misschien wel een extra contactmoment met de docent om precies te weten wat er van hen verwacht wordt, zodat ze inderdaad van start kunnen gaan. Eens ze eenmaal bezig zijn, loop het denk ik heel goed, maar dat starten is moeilijk. En dan denk ik dat ze ook buiten de lessen om die sociale problemen ervaren. Dat ze zichzelf toch echt minder deel van de groep voelen of zich vaak schamen over bepaalde dingen waardoor ze ook wat op zichzelf blijven en minder sociale contacten gaan leggen. Dat gaat natuurlijk ook weer gevolgen gaan hebben voor het studeren. In de eerste jaren van het hoger onderwijs is het belangrijk dat je met anderen even samenvattingen kunt uitwisselen en het werk een beetje kunt verdelen. Want als je alles zelf gaat moeten doen, alles alleen, dan is dat eigenlijk onbegonnen werk. Dus ik denk dat de studenten die eigenlijk wat sociaal geïsoleerd*

*zijn, die weinig contact hebben met anderen, niet de hulp hebben die ze aan elkaar kunnen bieden wat hun slaagkansen ook weer wat naar beneden haalt.*

### **Hebben ze problemen met duidelijk opgelegde deadlines door de docent?**

*Goh, ik denk uhm...vooral als die deadlines...want docenten stellen dat ook niet op elkaar af. Dus dat wilt zeggen dat je soms drie deadlines hebt in één week en dan twee maanden niks bij wijze van spreken. En ik denk dat dat wel heel moeilijk is... om dan verschillende deadlines te gaan combineren.*

### **Zou er een aanpassing mogelijk zijn voor de combinatie van het lesmateriaal zodat ze er beter mee zouden kunnen werken?**

*Ik denk dat algemeen een beetje studiebegeleiding voor hen wel nuttig zou zijn. Als er iemand echt zegt van: hoe doe je dat nu, hè. Bijvoorbeeld: druk de slides af, je drukt die misschien iets groter af (in plaats van met zes op een blad, per twee of met drie op blad). Ga daarmee naar de les en probeer de nota's op die slides te maken zodat je niet én notities hebt én slides én nog eens de cursus, maar zodat je de twee kunt combineren. Als iemand hen daar eventjes mee begeleid, dat dat een heel goeie oplossing zou kunnen zijn.*

### **Zou de studiebegeleiding ook nuttig kunnen zijn om hoofd- en bijzaken van elkaar te kunnen onderscheiden?**

*Ja, dat denk ik inderdaad.*

### **Hebben ze moeite met zich te oriënteren op de campus?**

*Ja, ik denk zeker in het begin dat dat echt wel een probleem is. Maar door het feit dat ze daar elke dag zijn, zullen ze dat ook wel wat leren. Maar ik kan me wel voorstellen dat zeker bij zo'n campus met verschillende gebouwen...eens ze het systeem echt doorhebben van hoe dat allemaal in elkaar zit en wat precies waar doorgaat...dat dat toch wel lang kan duren. Dus ik denk dat vaste lokalen of lessen die doorgaan in een vast gedeelte van het gebouw toch wel een voordeel zou kunnen zijn voor studenten met DCD. Maar om terug te komen op het onderscheiden van hoofd- en bijzaken: blackboard bijvoorbeeld, zo'n online leerplatform of Toledo, eigenlijk worden studenten overspoeld met berichten, hè. Je krijgt algemene mails, je krijgt mails over sociale activiteiten die georganiseerd worden. Daartussen sturen docenten mails over opdrachten, je krijgt mails van medestudenten over groepswerken. Ik denk dat dat ook heel moeilijk is voor studenten met DCD om hun weg te vinden op zo'n leerplatform. Eigenlijk is dat gewoon een jungle van informatie waar je zelf gaat moeten beslissen wat belangrijk voor je is en wat niet. En eigenlijk dat systeem, filtert dat ook niet goed uit. Dus ik denk dat er heel veel winst te maken zit in die leerplatformen, om die veel duidelijker te maken waarbij er een soort hiërarchie zit van: wat is nu voor mij belangrijk en wat is minder belangrijk. Dus ik denk het wegwijs maken van studenten: hoe gebruik je blackboard en welke informatie verschijnt waar...dat is ook heel belangrijk. Want we gaan ervan uit dat studenten dat zelf leren, hè. En elke student zal daar in het begin tegenaan lopen. Het verschil is dat studenten zonder ontwikkelingsstoornissen daar na een paar weken hun eigen systeem in vinden en er hun weg mee weten. Maar dat studenten met DCD daar zelfs maanden of jaren problemen mee kunnen blijven hebben.*

### **Moeten studenten met DCD harder werken dan de gemiddelde student?**

*Ja, dat denk ik zeker. Ik denk ook dat dat belangrijk is om bij de diagnose te zeggen. Een goede diagnose bestaat eigenlijk een beetje uit een sterke-zwakte analyse om te gaan kijken waar de sterktes van de student zitten zodat je die ook wel gaat kunnen inzetten. Sommige studenten hebben een heel goed geheugen. Dan is dat natuurlijk iets dat je gaat kunnen gebruiken. Andere studenten hebben ook nog eens een slecht geheugen wat maakt dat planning en organisatie extra moeilijk wordt. Dan is het eigenlijk wel belangrijk dat je van jezelf weet dat je een slecht geheugen hebt en vaak dingen vergeet en dus hulpmiddelen gaat moeten gebruiken zoals een agenda of alles bijvoorbeeld in mijn gsm zetten met een herinnering erbij. Op die manier kun je studenten wel leren omgaan met die moeilijkheden.*

### **Hebben ze nog strategieën om hun zwaktes te compenseren (bv. door het gebruik van de google agenda)?**

*Ik denk dat het net heel belangrijk is dat ze zich niet sociaal gaan isoleren en dat ze aansluiting gaan moeten zoeken bij hun medestudenten die ook wel weten van: goh, dat is een student die wat problemen heeft...zodat alles nog eens gezegd wordt van: ah, je weet toch dat we volgende week die opdracht hebben. Dus eigenlijk een soort van buddy: iemand die bij voorkeur in dezelfde studierichting zit en met die student in gesprek gaat en ervoor zorgt dat die van alles goed op de hoogte is.*

### **Zijn er nog andere hulpmiddelen die ze vanuit de opleiding kunnen aanbieden?**

*Ik denk een soort van overzichtskalender waarbij alle grote opdrachten voor het hele academiejaar of per semester toch al allemaal opgesomd zijn. Want Toledo of Blackboard, dat geeft geen overzicht over een langere periode. Dat is week per week, dat die informatie erop verschijnt. Ik denk dat het ook belangrijk is dat studenten over een grotere periode heen kunnen gaan plannen. Een jaarkalender met de belangrijkste opdrachten waarbij ze zelf hun andere activiteiten kunnen gaan aanduiden om zo een duidelijker zicht te hebben op hoe de belasting van dit studiejaar eruitziet voor mij. Nog een ander hulpmiddel zou zijn om de studiebelasting te verlagen. Om bijvoorbeeld te zeggen van: ik ga geen 60 studiepunten per academiejaar opnemen, maar ik neem er maar 40 of 45 op, zeker de eerste jaren, om jezelf wat meer ademruimte te gaan geven. Ik denk dat dat nog te weinig gebeurt. Ik denk dat studenten net omwille van het feit dat ze te weinig inzicht hebben in de uitdagingen waar ze voor staan, dat ze er toch van uitgaan om gewoon het studieprogramma te doen zoals het voorgeschreven is. Bijgevolg gaan ze uitvallen terwijl ik denk dat, als ze nu het eerste jaar hadden gespreid over twee jaar bijvoorbeeld, dan was het misschien wel haalbaar geweest. Het minderen van studiebelasting, ik denk dat dat echt wel goed kan werken voor studenten met DCD bijvoorbeeld.*

### **Zijn er voor DCD ook specifieke (examen)faciliteiten?**

*Ik denk het gebruik van een computer zodat het handschrift ook al niet meespeelt. Dat dat ook al een belangrijke is. En het geven van meer tijd. We weten dat studenten met ontwikkelingsstoornissen, welke ontwikkelingsstoornis het ook is (ADHD of leerstoornis of DCD), dat die wel meer tijd nodig hebben. Dus ik denk dat het gebruik van een computer tijdens een examen en het geven van extra tijd, dat dat wel het belangrijkste is.*

### **Is er nood aan meer/betere ondersteuning voor studenten met DCD in het H.O.?**

*Ik denk de ondersteuning zo nog niet direct. Maar ik denk wel dat er meer informatie nodig is: dat de docenten zich bewust moeten zijn van de specifieke problemen die deze studenten ervaren. Maar er is gewoon een gigantische "onderdiagnosticering" van DCD. Als we de prevalentiecijfers bekijken, dan zou dat ongeveer even vaak moeten voorkomen als een leerstoornis. Maar in de praktijk zien we dat maar 1/10<sup>de</sup> of zelfs 1/20<sup>ste</sup> van het aantal studenten met leerstoornissen een officiële diagnose van DCD heeft, hè. En de reden daarvoor is omdat het ook vaak gecombineerd voorkomt met andere ontwikkelingsstoornissen en die worden meer in de verf gezet, hè. Dyslexie wordt meer naar voor geschoven. En ja, de motorische problemen...die zijn er wel, maar daar wordt dan weinig mee gedaan. En hetzelfde met ADHD en autisme: als er sprake is van ADHD of autisme, dan wordt dat heel erg naar voren geschoven waardoor de motorische problemen ondergesneeuwd worden. En dat is niet altijd terecht, denk ik.*

## Planning en organisatie

### **Hebben studenten met DCD ook problemen met planning en organisatie?**

*Ja, dat denk ik wel. Op kot gaan, ik denk dat dat voor studenten met DCD echt wel een uitdaging is om dan hun eigen leven te gaan organiseren. Ik bedoel: om gezond te eten, moet je op tijd naar de winkel gaan, moet je echt kunnen nadenken...Als je in de winkel bent, moet je kunnen plannen. Dan moet je eigenlijk voorop kunnen denken en kunnen zeggen van: oké, ik heb voor zoveel dagen eten nodig en ik heb dat en dat en dat nodig. Ik denk dat dat ook echt moeilijk is voor studenten met DCD. Dus ik zie in hun eigen vrije tijd ook wel echt problemen.*

### **Ook in functie van het ordelijk zijn?**

*Ja, dat denk ik wel. Nu sommige studenten overwinnen dat ook wel, hè. Die weten van zichzelf dat het hun zwakte is. Die gaan daar dan ook wel heel bewust strategieën voor ontwikkelen om ordelijk te zijn, om papieren samen op één plek te gaan verzamelen, om hun kamer proberen op orde te houden, om hun kleren netjes in de kast te krijgen en niet gewoon allemaal op één hoop. Dus soms kunnen mensen van hun zwakte ook wel hun sterkte maken, denk ik, als ze zich daar bewust van zijn en zich daar extra voor gaan inspannen, lukt het hun wel om dat te overwinnen.*

### **Is het plannen en organiseren dan echt een sterkte of eerder een teken van extra inspanning?**

*Ja, of het dan echt een sterkte gaat worden, dat zal het waarschijnlijk nog niet zijn vergeleken met anderen. Maar ze gaan zich daar dan wel extra inspannen om de gevolgen ervan zo klein mogelijk te maken.*

## Autorijden

### **Kunnen we adolescenten met DCD helpen met het behalen van hun rijbewijs?**

*Ja, ik heb zelf in de praktijk een aantal jongvolwassenen gehad die moeite hadden met het behalen van hun rijbewijs. En ik raadde die dan aan om op zoek te gaan naar een rijsschool. Er zijn wel een aantal rijsscholen die zich profileren als rijsscholen met ervaring met mensen met motorische problemen of autisme bijvoorbeeld. In de praktijk viel dat toch wel altijd een beetje tegen. Ik stelde mij dan wel de vraag van: oké, ze weten dan misschien wel wat autisme of DCD is, maar ik had niet het gevoel dat die rijsscholen dan extra dingen deden. En uiteindelijk heb ik ook het gevoel dat die studenten ook maar gewoon examens moeten gaan doen op dezelfde manier. Nu, ik heb daar wel eens naar het examencentrum voor gebeld, de dienst in Brussel die dat centraal organiseert, en ze hebben daar wel oren naar. Ze zijn wel bereid om daar iets mee te doen, maar in de praktijk is dat toch ook wel altijd heel beperkt. Dus het gaat dan meestal gewoon over het melden en er rekening mee houden. Maar ik stel mij dan echt de vraag in hoeverre daar rekening mee gehouden wordt. Je kunt natuurlijk ook geen uitzonderingen maken: het verkeersreglement is natuurlijk voor iedereen hetzelfde en de veiligheid is zo belangrijk dat je geen overtredingen door de vingers kunt zien voor een persoon met DCD. Dat begrijp ik ook wel. Maar ik denk dat het afleggen van zo'n examen een enorm stresserende gebeurtenis is voor mensen met DCD. Die stress, daar zouden we misschien wel iets aan kunnen veranderen.*

### **Zou het belangrijk zijn voor de rijinstructeurs om zeer geduldig te zijn?**

*Ja, ja dat denk ik, hè. Ik denk dat het proces om vlot te leren rijden gewoon een langer proces is voor iemand met DCD dan voor iemand zonder. En eigenlijk zouden studenten of jongeren daar ook over geïnformeerd moeten worden. Anders wordt dat weer de zoveelste faalervaring. Als standaard iemand bij wijze van spreken op twaalf lessen met de auto leert rijden en je begint er met die verwachting aan*



en je rijinstructeur heeft ook die verwachting...ja, dan gaat het een teleurstelling zijn voor alle partijen. Want die rijinstructeur gaat denken van: waarom lukt dit nu niet? En die jongere zelf gaat zich ook gefaald voelen waarom het niet lukt. Terwijl als je dat bij aanmelding zegt van: jongeren met DCD leren niet rijden op 12 beurten, maar leren pas echt goed rijden na 24 beurten...het is ook normaal dat je een paar examenkansen gaat nodig hebben om gewoon te weten wat het is enzovoort...dan ga je daar heel anders tegenover staan, denk ik. Ook sneller de keuze maken om te gaan switchen van handgeschakeld naar een automaat. Dat kan de succeservaring al doen toenemen. Dat je zegt dat we al direct kiezen voor een iets makkelijkere weg waardoor het al een minder complexe motorische coördinatie wordt.

### **Zijn er nog concrete handelingen waarvan u zei die moeilijk zijn (van schakelen)?**

*Ik denk dat dat het voornaamste is, hè. Het ontkoppelen, dat subtiel werken met die voet: de koppeling loslaten, de gas induwen, dat is toch wel iets dat moeilijk is voor iedereen. En ik denk ook dat het multitasken de uitdaging is: je moet het verkeer in de gaten houden en de mentale weg die je wilt afleggen en dan moet je ook nogal die motorische handelingen doen.*

## Dagdagelijks leven

### **Welke moeilijkheden ervaren volwassenen met DCD in het dagelijkse leven?**

*Ik denk alles dat met planning te maken heeft. Dat wil zeggen: orde houden. Bijvoorbeeld voor eten en boodschappen doen, dat vraagt heel veel planning. Ik denk dat dat zeker moeilijk is. Maar ook iets dat aangeleerd kan worden: om met vaste lijstjes te werken bijvoorbeeld en om die lijstjes regelmatig te overlopen om te zien of je nog iets nodig hebt van dat lijstje...eerder dan omgekeerd: uit het niets gaan bedenken wat je nodig hebt. Dus er bestaan echt wel van die hulpmiddelen rond planning en organisatie waarbij je vaste lijstjes hebt. Ik denk dan ook aan het organiseren en op orde houden thuis: de administratie op orde houden, correspondentie van mails en dat soort dingen. Dat is ook wel iets dat volgens mij moeilijk is. En dan opnieuw misschien die sociale contacten leggen, hè.*

### **Zijn er voorbeelden van klungelig gedrag bij adolescenten?**

*Ja, ik denk echt zo dat dat klungelig gedrag, "the clumsy child" zoals dat in de literatuur beschreven wordt, dat je dat bij jongvolwassenen natuurlijk minder ziet. Je ziet bijvoorbeeld dat kinderen niet kunnen fietsen zonder zijwielen. Kinderen die tijdens het lopen echt wel over hun eigen benen struikelen. Kinderen die zich niet kunnen aankleden, hun veters niet kunnen strikken, niet met mes en vork kunnen eten, ... Ik denk dat ze de heel opvallende dingen natuurlijk gaan leren omdat ze dat dagelijks doen. Ze hebben eigenlijk gewoon een langere leerperiode nodig. Als je ervan uitgaat dat een gemiddeld kind leert eten met mes en vork op 6 jaar, dan zal dat bij iemand met DCD misschien 10 à 12 jaar zijn. Maar ze gaan dat wel kunnen omdat het een handeling is die ze zo vaak blijven doen. Ik denk dat, als je gespecialiseerd bent in DCD, je nog altijd zeer subtiele tekorten kunt zien: bijvoorbeeld de schrijfmotoriek. Ze zullen wel op een bepaald tempo leren schrijven, maar je ziet dan dat hun handschrift onregelmatig blijft. Hoe ze hun vork en mes vasthebben, dat zal nog net iets anders zijn dan bij mensen zonder DCD. En ook bijvoorbeeld als je gaat kijken hoe ze veters strikken, dan zal dat wellicht minder vast of op een andere manier zijn, hè. Ze overwinnen die problemen wel, ze worden veel subtieler, maar ze zijn vaak toch nog wel aanwezig.*

### **Zijn er naast boodschappenlijstjes voor het plannen nog hulpmiddelen om het leven in het algemeen makkelijker te maken?**

*Uhm, ja sowieso. Die lijstjes kunnen uitgebreid worden naar alle dingen, hè. Bijvoorbeeld als je gaat inpakken voor een reis, kan ik mij voorstellen dat zo'n lijstje van spullen die je meeneemt op reis ook wel heel handig kan zijn. Je vindt al die dingen ook online, hè. Ook hier is weer het belangrijkste dat*

jongeren weten van: goh, dat is voor mij moeilijk, ik vergeet heel vaak dingen...dus dat ze de reflex ontwikkelen om een lijstje te gaan zoeken...om even die moeite te doen, dat kan denk ik het verschil maken.

## Sport

### **Mensen met DCD hebben ook vaak problemen met sport volgens de literatuur. Hoe is dat volgens uw ervaring?**

*Ik denk dat het te maken heeft met welke sport. Nu...omwille van die motorische faalangst, zien we dat kinderen met DCD minder gaan participeren in buitenschoolse sportactiviteiten. En dikwijls is de sport op school ook al een hel, hè, voor die kinderen. Nu, niet elke sport vereist evenveel controle. Dus je gaat vooral merken dat balsporten, want die balvaardigheid is toch vrij complex, dat dat sporten zijn die ze gaan vermijden...andere sporten waar ze complexe, motorische handelingen gaan moeten doen. Anderzijds zie je ook wel dat motivatie ervoor kan zorgen dat ze dat wel kunnen. Ik ken een aantal kinderen met DCD die kunnen skateboarden omdat ze zo graag...en zo gemotiveerd zijn om dat te doen. Dat ze dat vaak gaan doen en veel gaan doen en op die manier er toch in slagen om dat te doen. Dus ik denk niet dat er per definitie een sport is die ze niet kunnen. Ik ken ook heel veel kinderen met DCD die toch kunnen skiën bijvoorbeeld waarbij het misschien langer geduurd heeft maar waarbij ze er uiteindelijk wel in slagen om het te doen. Dus ik denk dat de makkelijkste sporten de individuele sporten zijn waar niet echt complexe coördinatie achter zit. Bijvoorbeeld gaan fietsen, joggen, dat soort dingen. Gevechtssporten zoals judo blijken ook goed te werken...uhm, lijken iets meer geschikt te zijn voor kinderen met ontwikkelingsstoornissen.*

### **Zouden ze geneigd zijn om eerder individuele sporten te gaan beoefenen i.p.v. ploegsporten?**

*Ja, ik denk het wel. Ik denk dat ze de voorkeur geven aan individuele sporten omdat ze ook niet willen dat hun motorische prestatie... in een ploegsport word je onbewust toch vergeleken. Je valt op en je prestaties worden afgemeten ten opzichte van de andere leden van de groep wat eigenlijk niet zo prettig is voor mensen met DCD, om altijd slechter te zijn of minder goed te zijn. Vandaar dat ik denk dat ze een voorkeur hebben voor individuele sporten.*

### **Hoe zouden we de LO-lessen toegankelijker kunnen maken?**

*Goh, door daar veel variatie in aan te bieden, denk ik. Ik was bijvoorbeeld niet heel goed in balsporten, maar ik had in het middelbaar wel leerkrachten die gedurende het hele jaar niets anders deden dan balsporten. Dat is dan niet bevorderlijk, denk ik. Dus ik denk door veel te variëren, veel verschillende dingen aan te bieden, veel initiaties aan te bieden...dus kinderen in contact brengen met nieuwe sporten. Ik denk dat dat het belangrijkste is, want als kinderen eenmaal een sport vinden waar ze plezier in hebben, dat dat het allerbelangrijkste is. Dat is ook het voorbeeld dat ik al gaf over de jongen die ging skateboarden. Als die dat echt heel leuk vindt, dan gaat die dat ook echt wel doen. Dus als er toch ergens een bepaalde sport is waar jongeren een klik mee hebben, dan is dat misschien toch wel iets dat voor hen weggelegd is en waar ze in kunnen doorgaan. Dus ik denk dat het belangrijk is dat LO-leerkrachten heel veel verschillende dingen aanreiken.*

### **Zijn de LO-leerkrachten soms onwetend over DCD (niet wetend hoe ze daarmee moeten omgaan)?**

*Ja, ik denk dat... dat heb ik al even aangehaald, hè...die bewustwording, het beter leren kennen en begrijpen van wat DCD is... door het feit dat dat een onderbelichte ontwikkelingsstoornis is, is dat nog altijd aan de orde. Ook het feit dat heel veel jongeren met DCD geen diagnose hebben, maakt dat ze waarschijnlijk gezien worden als onsportief of misschien zelfs ongemotiveerd terwijl er eigenlijk echt een motorische stoornis achter zit.*

**Volwassenen met DCD hebben problemen met sociale vaardigheden. Klopt dat ook met uw ervaringen vanuit de praktijk?**

*Ja, en ik denk ook op kinderleeftijd, hè. Sociale vaardigheden bij kinderen zijn heel fel gelinkt aan spel en spel is heel erg gelinkt aan motorische vaardigheden. Dus als je die redenering doortrekt, dan: als je motorisch minder vaardig bent, ga je ook minder kunnen spelen of samen spelen. En als je minder kan samenspelen, dan ga je natuurlijk minder motorisch vaardig zijn. Ik denk dat dat de reden is waarom die sociale problemen al vanaf jonge leeftijd bestaan. Vanaf de puberteit is sport ook vaak iets competitiefs, iets waarin jonge mensen zich meten met elkaar. Zo van: ik ben beter, ik ben sneller. En ik denk dat het competitieaspect jongeren met DCD ook heel fel afschrikt omdat ze altijd het gevoel hebben dat ze minder goed zijn. Dus ook daar denk ik dat ze op latere leeftijd zich daarin gaan terugtrekken. Maar ook heel algemeen hun gebrek aan planning en organisatie, dus gewoon het concreet afspraken maken met iemand en die afspraken nakomen en zien dat je er op tijd bent. Dat is ook al een grotere uitdaging voor iemand met DCD. Dat gaan ze ook al meer vermijden. Ik denk door het feit dat ze al op jonge leeftijd al die sociale problemen hebben, dat ze eigenlijk een soort van vermijding opbouwen doorheen heel hun leven.*

**Op welke manier heeft dat dan een invloed op de vriendschappen die ze sluiten?**

*Ik denk dat eens ze contacten kunnen leggen, dat hun vriendschappen op zich even intens kunnen zijn. Maar ik denk gewoon dat ze met minder mensen in contact komen. Om uiteindelijk goeie vriendschappen af te sluiten, dat is zoals een partner vinden, hè. Dat valt niet in regels te gieten. Waarom klikt het met iemand en waarom ontstaat er een goeie vriendschap, ja dat is iets heel persoonlijks. Dus ik denk ook om goeie vriendschappen te ontwikkelen, moet je heel veel sociaal contact hebben om daarmee net een aantal gelijkgezinde mensen te kunnen vinden. Als je met DCD net minder die sociale contacten hebt, dan verkleint de kans om echt zo intense vriendschappen te kunnen sluiten.*

**Zijn er ernstige mentale gevolgen gekoppeld aan het sociaal terugtrekken uit sporten?**

*Goh, ja ik denk: mensen zijn sociale wezens en mensen met DCD, die isoleren zich niet omdat ze niet sociaal zijn. Ik denk dat ze evenveel behoefte hebben aan sociaal contact, aan vriendschappen, aan partners als mensen zonder DCD. Maar het verloopt gewoon bij hen een beetje moeilijker. En natuurlijk, als dat echt moeilijk verloopt, in vrij extreme gevallen kan dat echt wel tot ernstige mentale problemen leiden, hè...waarbij mensen zich volledig gaan isoleren of volledig gaan terugtrekken en eigenlijk geen sociale contacten meer hebben. Maar ik denk dat dat zich voordoet in de minderheid van de gevallen. Dat we daar niet standaard van moeten uitgaan, maar dat het in de minderheid van de gevallen toch wel tot ernstige mentale problemen kan leiden. Ik denk ook dat de comorbiditeiten, dus het samen voorkomen met andere stoornissen, een belangrijke factor daarin is. Ik denk dat iemand die enkel DCD heeft of bijvoorbeeld met dyslexie gecombineerd, dat zal veel minder impact hebben op iemand zijn sociaal functioneren dan als iemand autisme heeft en DCD. Dus de impact van autisme met DCD is veel groter op iemand zijn sociaal functioneren.*

## Slot interview

### **Welke ondersteuningsmaatregel onderbreekt er volgens u nog het meest voor studenten met DCD?**

*Ik denk zowat die individuele begeleiding. Dus: die studiebegeleiding en dat buddysysteem. Iemand die eigenlijk de student mee op sleeptouw kan gaan nemen en die de student kan wegwijs maken in de gebouwen en het online leerplatform. Want het is allemaal zo nieuw en het vraagt zoveel nieuwe skills en strategieën die op heel korte tijd moeten ontwikkeld worden...dat ik denk dat iemand met DCD vooral in de overgang van het secundair naar het hoger onderwijs...in die eerste periode...individuele, intensieve aandacht nodig heeft. En ik denk dat dat vooral ontbreekt.*

## 7.3.2 Interview Brigitte

### Inleiding

#### **Als inleiding had ik als vraag om uzelf even kort voor te stellen, hoe u in contact bent gekomen met mensen ... jongvolwassenen met DCD?**

*Ik ben Brigitte en ik zit in de opleiding kiné ... waarin ik pediatriesch kiné ben en lesgeef aan de Universiteit Gent, pediatrie gespecialiseerd in DCD. Ik heb daar ook wel wat boeken over geschreven en onderzoek rond gedaan. Dat is halftijds en de andere kant van mijn tijd breng ik door in de praktijk waar ik kinderen, voornamelijk kinderen behandel met DCD. Maar ook de laatste tijd met ouders ... ik heb ook contact met ouders die zichzelf herkennen in hun eigen kinderen en waarbij ik een aantal diagnoses moet stellen nu omdat er wel een aantal problemen zijn rond ADL, werkvlak ... mensen die hun werk kwijtraken en een andere job moeten vinden. Of opleidingen: ik heb over laatst van de opleiding verpleegkunde telefoon gekregen van een volwassen man van 50 jaar die eigenlijk nog wou bijscholen... verpleegkunde wou bijscholen. Ik denk dat dat een soort zorgcoördinator was van verpleegkunde die mij contacteerde en zei van: "ik herken zoveel zaken, DCD-zaken bij deze man, en hij heeft zijn studies ook niet kunnen afronden."*

#### **Hoe worden de diagnoses op latere leeftijd gesteld want het is vooral bekend bij kinderen?**

*Zeer moeilijk, want bij kinderen hebben we daar de testbatterijen voor en alle mogelijke schrijftesten en wat is het allemaal. Bij volwassenen is dat niet want de SOS... de movement stopt op 16, de BOT stopt op 21 jaar. Voor 50 jaar, 40 jaar zijn geen motorische testen voor. Plus ik heb het gevoel dat het motorische op dat moment ook niet meer de grootste problematiek is, maar het gaat gewoon over: hoe organiseer ik mijn werk, hoe organiseer ik mijn thuis ... mijn activiteiten, hoe voed ik mijn kinderen op, hoe geraak ik op tijd op school met de kinderen. Dat zijn die zaken die nu wel echt naar boven komen. En dat motorische, dat is er wel maar dat kunnen we niet meer op die manier gaan vaststellen. Hoe doe ik dat? Wel aan de hand van een vragenlijst, dat is een Engelse vragenlijst van Kirby en Rosenblum. Deze gebruik ik maar dat is de Engelse versie. Aan de hand van een interview overloop ik dus een aantal zaken met hen en de meest actuele problemen op papier zet. En dan is dat doorverwijzen naar een psychiater die eigenlijk een beetje weet wat DCD is en op die manier probeert van toch nog op een of andere manier een diagnose te stellen.*

#### **Want natuurlijk wordt een diagnose niet gesteld door één persoon?**

*Nee, maar een logo bij volwassenen heeft ook geen zin meer. Ik heb het met de professor aan de UGent (van de vakgroep revalidatiewetenschappen) ook over gehad van hoe doen we dat, want normaal gezien is het multidisciplinair en worden er van alle soorten IQ-testen en psychologische testen afgenomen bij de jonge kinderen. Maar van zodra je een bepaalde leeftijd, en dan heb ik het vooral over oudere mensen, hebt heb je dat allemaal niet meer.*

#### **Over welke leeftijd spreken we dan voor die oudere mensen?**

*Vanaf 40 jaar, de ouders, echt de ouders van de kinderen. Vaak op die manier dat ze zichzelf herkennen en ook wel een aantal problemen die ze in hun dagdagelijkse activiteiten merken.*

#### **Wat zijn de eerste dingen die bij u opkomen, specifiek voor die 40-jarigen met de aandoening DCD?**

*Er is een mama die mij het verhaal vertelde en dat was heel schrijnend eigenlijk. Zij zei van... ze heeft een grote job, ze zit in een soort managementsysteem maar het lukte haar niet om haar taken georganiseerd te krijgen. Zij zat daar ook vast en ze hebben echt iemand erbij moeten aanvaarden om*

*al het planmatige en organisatorische voor haar te doen omdat zij er niet in slaagde om dat te doen. Ze zat in een echtscheiding met haar man en dat ging dus niet. Uiteindelijk is ze in de psychiatrie terechtgekomen. Dat hoor ik toch wel hier en daar: niet meer weten van wat scheelt er met mij, wat is er met mij aan de hand? Dat ze zodanig faalangstig zijn, weinig zelfvertrouwen hebben, dat ze in de psychiatrie terechtkomen omdat ze met zichzelf geen blijf weten. Dat was in haar geval ook zo: ze is met haar kind opgenomen in een moeder-kind unit maar voornamelijk omdat zij er niet in slaagde om haar dagdagelijkse zaken georganiseerd te krijgen. Ze kon haar kind eigenlijk niet echt verzorgen zoals wij planmatig... Wij staan op en wij weten al op voorhand van we moeten ze wassen, zien dat we ze op tijd eten geven. Bij haar loopt dat altijd fout. Ze komt met haar kind naar de kiné en iedere keer is het haar papa die de kleine brengt. Als zij zelf het kind brengt, is ze of te laat of is ze het vergeten terwijl er post-its op de frigo hangen... en dat ze weet van ik moet de zaterdag om 10u00 – dat is altijd hetzelfde moment – naar de kiné. En ja, toch wel de helft van de tijd belt ze om half elf: “ik ben het vergeten, ik loop nog in mijn pyjama, ik krijg mij niet georganiseerd, ik weet niet hoe ik het moet doen.*

**Dus ik hoor heel veel problemen i.v.m. planning en tijdsbeheer. Zijn aan die praktische problemen ook nog sociale en mentale problemen aan verbonden?**

*Ja, wat zij ook verteld is dat zij niet gaat wandelen met haar vrienden, zij gaat ook naar geen sportverenigingen omdat zij niet in staat is om... ja, zegt ze: “ik heb ooit eens geprobeerd om met een abonnement naar een soort fitnesszaal en zij viel gewoon van die loopband.” Dat vond ze op den duur zo gênant dat ze het niet meer wou doen. Ze slaagt er ook niet in als haar vrienden haar vragen van “laten we gaan skiën”... of zo die typische leuke dingen, die weigert ze om te doen omdat zij daar niet in slaagt om dat tot een goed einde te brengen. Zij slaat haar voet om de haverklap om bij het wandelen. Zij zegt van: “ik durf het niet meer doen. Ik voel dat ik motorisch heel moe ben na zo’n kleine activiteit van een kleine 10 km.” Terwijl de rest daar heel veel plezier bij had, kreeg zij daar vooral stress van. Dus sociaal ja, zij zondert zich een beetje af tenzij het gaat over ne keer gaan drinken ofzo. Dat lukt nog net.*

**Daarnet had u iets aangehaald over de psychiatrie, over faalangstig zijn. Is dat iets typisch voor mensen met DCD?**

*Ja, ja. En zeker op latere leeftijd... zeker als ze niet geholpen of begrepen worden, hebben zij het gevoel van er is iets mis met mij, ik geraak niet georganiseerd, ik ben altijd te laat, mensen beginnen dan uiteindelijk met jou te lachen. En dan word je op den duur zodanig... ja, uw zelfzekerheid die zakt met het moment... faalangstig. Zij is een zeer onzekere, zij vraagt ook voortdurend bevestiging en ja zij is een zeer onzeker type. Die man die bij mij op bezoek geweest die zijn diploma ook niet gehaald heeft... ook daar zie je... hij blijft proberen, hij blijft zoeken naar iets waar hij zich goed bij voelt, waar hij sterk in is. Dat zijn dertien jobs en twaalf mislukkingen. Het aantal jobs dat die mens gehad heeft, dat was echt ongelooflijk.*

### Hoger onderwijs

**Welke problemen denkt u dat studenten vooral gaan hebben in het H.O.?**

*Plan, organiseren, ... uhm ook dat studeren. Wat ik vaak merk is dat ze door het bos de bomen niet vinden. Als je grote stukken... een dik boek moet studeren, dan moet je kunnen samenvatten, dan moet je de essentie er kunnen uithalen. Ik merk bij die DCD-jongeren dat zij het heel moeilijk hebben om die essentie te vinden. De concentratie is er ook niet altijd, hè. Het is ook wel geweten dat er wat concentratieproblemen zijn. De focus is er niet altijd.*

**Wat ik ook vaak zie bij gewone mensen, is dat ze problemen hebben met vrijheid. Dat mensen met DCD daar ook problemen bij hebben omdat ze minder begeleiding krijgen in het H.O. Is dat feller of gaat dat meer invloed hebben op mensen met DCD?**

*Dat weet ik nu niet omdat ik zit met pubers in het middelbaar onderwijs en die begeleiden wij nog een beetje. Hoewel ik wel merk dat de scholen in het lager onderwijs... dat de kennis over DCD wel vrij goed zit en dat kinderen daar wel vrij goed in begeleid worden, ook door dat ondersteuningsteam. En dat dat in het secundair al een stuk minder is. Dat dat echt afhankelijk is van de school waar ze terecht komen of ze daar voldoende ondersteuning krijgen of niet. En aangezien je met verschillende leerkrachten zit, elk met zijn eigen karakter en begrip, zie je dat je tegen meer problemen aanstoet op basis van begrip... en ze moeten dat maar kunnen, en ze zijn oud genoeg, enzovoort. Dat zijn wel de opmerkingen die je regelmatig hoort.*

**Daarnet zei u dat samenvatten en plannen vooral problemen zijn met DCD. Wat zouden hun problemen zijn tijdens de les?**

*Het noteren, hè... het noteren van de leerstof. Ja, de meeste schrijven zeer slecht tenzij ze een laptop mogen gebruiken. Maar dan nog ... notities nemen is geen evidente. Plus ja, noteren is ook samenvatten en daar hebben ze het al moeilijk mee, dus ja. Het is een combi van de twee, hè: je moet iets kunnen samenvatten om op papier te zetten en dan moet het nog leesbaar zijn. In het algemeen is dat een probleem op het einde van de rit dat het niet meer leesbaar is. Wat nog.... Wel, het visueel-ruimtelijke kan bij sommigen wel een probleem zijn afhankelijk van de vakken: vakken gelijk Aardrijkskunde zijn niet evident, vakken gelijk wiskunde, meetkunde zijn ook heel moeilijke zaken waar bijkomende ondersteuning nodig is. Maar dat is niet bij iedereen.*

**Denkt u dan dat mensen met DCD harder moeten werken dan mensen zonder DCD?**

*Zeker, ja ja ja ja.*

**Als mensen met DCD weten dat ze bepaalde zwaktes hebben, proberen ze die dan te compenseren of laten ze het gewoon zo zijn?**

*Ik denk dat ze... ja, ze gaan wel altijd zoeken naar een richting, en dat is met behulp van de ouders, waar dat motorische wel zal wegvallen. Dat dat voor een stuk al een compensatie is. Ik denk dat ze op zoek gaan naar laptopgebruik en dat ze het op die manier gedaan krijgen. Ik denk dat er ook wel STICORDI-maatregelen zijn als dat wordt toegepast. De scholen zouden dat eigenlijk wel moeten doen, hè, zodanig dat ze meer tijd krijgen om hun examens af te leggen, dat ze het allemaal op hun laptop mogen doen. Dat er wordt afgesproken dat de taken allemaal via de pc worden doorgegeven zodanig dat als er zaken zijn die ze vergeten zijn, dat ouders kunnen meekijken om te zien of alles in orde is.*

**Je zegt bv. dat een laptop hen kan helpen bij hun moeilijkheden, maar zijn er zo nog andere hulpmiddelen waarmee ze hun moeilijkheden kunnen overwinnen of maskeren eventueel?**

*Ik ben aan het denken... Wij hebben wel zowat aanpassingen voor jonge kinderen zoals een aangepaste pen, maar ik weet niet of dat bij adolescenten zo... ja, er zijn er een paar die met zo'n schrijfstift schrijven die ze kunnen uitgommen zodat dat iets netter is. Wat nog? Uhm tijd. Ze krijgen tijd, dat zeker. En examens mogen ze op de computer doen, dat hoor ik ook vaak. Maar voor de rest... Zijn er nog zaken? Niet dat ik weet eigenlijk?*

**Zijn die hulpmiddelen vaak vanuit de school aangeboden of is dat op eigen initiatief?**

*Op eigen initiatief. Vaak is dat vanuit de ouders of zal het de begeleiders zijn.*

**Dus de scholen hebben geen specifieke hulpmiddelen die ze aanbieden bij mensen met DCD?**

*Tenzij die school daarmee gekend is. Ik denk dat het CLB nu wel genoodzaakt is om een gemotiveerd verslag te schrijven op het einde van het lager onderwijs waarin dat er een STICORDI-plan is opgesteld voor de kinderen. Normaal gezien wordt dat samen opgesteld met de begeleider, de ondersteuner, het*

CLB, met de leerkracht, de kinderen en de ouders. Heel dat plan wordt in het verslag verwerkt en dat verslag gaat mee naar het humaniora. Eigenlijk is het wel de bedoeling dat de STICORDI-maatregelen – en dat zijn maatregelen op maat van het kind, van elke jongere, worden doorgegeven naar het humaniora. In principe ga ik ervan uit dat dat ook gedaan wordt naar het hoger onderwijs.

**In het begin zij u dat het plannen moeilijk is. Zijn er dan manieren/hulpmiddelen om deadlines toch te halen?**

*Zij moeten veel korter op de bal spelen en uhm... normaal leren we ze ook wel wanneer ze aan het plannen zijn, dat ze veel strakker moeten... en korter op de bal... Wat wij met de leerkrachten ook afspreken is, als ze met een taak of deadline zitten, dat ze die deadline of die taak echt wel op voorhand voorstellen, ook wel aan de ouders zodanig dat ze samen met die kinderen aan de slag kunnen veel op voorhand. Er zijn kinderen die twee dagen nodig hebben om iets erin te krijgen en dat is geen probleem. We zien dat DCD-kinderen soms weken op voorhand nodig hebben om de leerstof aangeleerd te krijgen en te gaan automatiseren... en dat vraagt veel meer tijd dan bij normaal ontwikkelende kinderen. Daarom wordt de vraag gesteld aan leerkrachten dat als ze met deadlines zitten, zorg ervoor dat je dat ver op voorhand zegt zodanig dat je daar vroeg kunt aan beginnen. En dan is het eigenlijk wel de bedoeling dat je daar samen met die gasten stap voor stap aan de slag gaat. Dat vraagt toch wel veel medewerking van de ouders.*

**In het H.O. is er info vanuit heel veel bronnen (bv. slides, cursus, opnames). Maakt dat het moeilijk voor hen of zouden hier aanpassingen nodig zijn om makkelijker te kunnen studeren?**

*Ik vermoed dat dat inderdaad geen evidente is, maar heb daar geen ervaring in. Ik ken er maar ene die afgestudeerd geraakt is als logopediste en die heeft dat eigenlijk allemaal wel oké gedaan. Maar die had ook een moeder die naast haar zat en die doorheen gans haar opleiding haar had ondersteund. Dus, de back-up is de mama, dat zijn de ouders. Nu de dag van vandaag nu dat de DCD-problematiek al wat gekend is, zorgt dat ervoor dat dat meisje die uiteindelijk wel logopediste is, dat die daar nachten en dagen aan heeft gewerkt. Ik kan u verzekeren als je met coördinatioestoornissen hebt en je moet daar zitten knippen en plakken, dat dat wel heel veel tijd in beslag neemt. Maar ze is er wel in geslaagd maar het kost haar veel meer tijd dan anderen.*

**In de literatuur had ik gevonden dat mensen met DCD minder op kot te gaan omdat het moeilijker is om onafhankelijk te leven. Dat ze ondersteuning van de ouders nodig hebben, zou dat ermee te maken kunnen hebben?**

*Ja, zeker want dat meisje die logo gestudeerd heeft, heeft uiteraard thuis gewoond. Tijdens haar eerste werkjaar is ze ook nog thuis blijven wonen en ze gaf daarvoor als uitleg dat ze zich niet kon concentreren op zowel een nieuw huishouden – wat voor mij volledig nieuw is, want dat is weer een nieuwe activiteit die je volledig moet automatiseren – EN een nieuwe job. Dat was te veel van het goeie. Dus heeft ze ervoor gekozen om thuis te blijven wonen zodat haar mama de was, de plas en de kook doet en dat zij zich het eerste jaar volledig kon concentreren op haar werk. En dan pas, heeft ze een lief gevonden, en volgens mij doet die arme sukkel nu het huishouden. Zij heeft een heel goeie match gevonden maar ja ... dan is zij gaan samenwonen. Zij heeft ook leren autorijden. Dat heeft veel langer geduurd dan bij andere mensen. Maar als je haar met de auto op de autostrade zag rijden, dacht ik: oh my god, dat die nog nooit tegen een auto gevlogen is, dat is echt, hè... die ging zo zig zag omdat ze waarschijnlijk aan zoveel zaken tegelijk moest denken. Het is fantastisch dat die nog niets heeft meegemaakt. Maar we hebben er een keer achter gereden en ik dacht: "ik zou nooit in haar auto willen zitten". Alle activiteiten dat voor hen... alles is nieuw, hè Het kost veel tijd, en zeer veel moeite om dat gedaan te krijgen. En ja, op kot gaan... wij hebben een DCD-website op de unief. En, ik heb mij vooral beziggehouden met "ik ben jongere, ik ga op kot" met allemaal tips van wat heb je nodig als je op kot gaat. En wij hebben inderdaad wel een aantal, hoe noemen ze het, ervaringsdeskundigen DCD'ers bevraagd om toch te weten te komen waar het allemaal fout kan lopen. Het kan op zoveel vlakken fout lopen, hè: koken, eten, boodschappen doen, de bus pakken... en naar de les gaan, dat is al een uitdaging, hè. Met de fiets rijden – wauw- dat is ook al een uitdaging.*



## Hebben mensen met DCD problemen met oriënteren op de campus?

*De weg vinden, ja zeker.*

## Hebben mensen met DCD ook examenfaciliteiten?

*Ik vermoed van wel, het zou mij heel zwaar verwonderen moesten ze dat niet hebben. Ik bedoel: de diagnose is gesteld, dus in principe... in het hoger onderwijs het gebruik van extra tijd en een computer... ik denk dat dat zeker en vast ook in het hoger onderwijs zou moeten kunnen.*

## Denk je dat er nog betere ondersteuning of meer ondersteuning op maat zou moeten komen in het hoger onderwijs voor mensen met DCD?

*Ik denk moest ik het kunnen naar die planning wat je daarnet aangaf: een cursus, en dan online, en dan nog wat PowerPoint, en een bijkomend boek erbij. Dat dat voor hen wel zeer verwarrend is voor wat nu allemaal gekend moet zijn. En dat wij als lesgevers er toch wel van uitgaan van je bent al twintig jaar, trek een beetje uw plan, je moet in het leven wel verder kunnen. En dat dat voor hen wel een blijvend probleem is, hè. Het is weer een nieuwe activiteit, hè, weer opnieuw aanleren, hè.*

## Planning en organisatie

### Als we kijken naar plannen in het algemeen, dan hebben we teruggevonden in de literatuur dat sommigen met DCD planning niet als een zwakte aangaven. Zou dit kunnen kloppen of kan je niet uit ervaring spreken?

*Als mama daarnaast zit, als ze hulp krijgen, dan inderdaad. Die man van 50 vond ook wel dat hij zijn plan ca va trok maar die woonde alleen, had geen vrouw en kinderen, ja... als zijn was blijft liggen en zijn afwas er over een week staat. Dan ja... heeft hij daar zelf niet veel last van en zijn huisgenoten ook niet want hij heeft er geen. Ik denk dat het eerder zo iets is: dat als er entourage is dat ze het voor hen doen, dat zie ik vaak, hè, dat ouders de boel voor hen overnemen. Ik heb ooit een jongen gehad van 17, was hij, of 18. Zijn laatste jaar humaniora en hij wou zoals zijn vader tandtechnicus worden. Nu dat vraagt al veel fijne motoriek. En dat was de droom van die jongen want dat was wat zijn papa deed. Zijn mama heeft van in de basisschool haar job opgezegd, naast dat kind gezeten en samen met hem zitten studeren. Hij behaalde heel goeie cijfers: eind 80, begin 90%. Maar hij zat wel elke avond tot 11 uur met zijn mama zitten studeren. Zij smeerde zijn boterhammen en zorgde ervoor dat zijn schoenen met Velcro waren zodanig dat hij zich niet al te veel zorgen moest maken. En dat kind heeft dat goed gedaan, hij haalde goeie punten. Maar dan schoot zijn mama toch wel even in paniek op 17 toen hij kwam zeggen dat hij tandheelkunde wou doen om tandtechnicus te worden. Toen dacht zijn mama: ja maar, het lager en het middelbaar wil ik hem nog wel mee ondersteunen maar het hoger onderwijs zie ik eigenlijk eerlijk gezegd niet zitten. Plus als hij dat wil worden, ik kan ook niet naast hem staan om de boel uit te voeren. Dus hij was even in paniek geschoten, hij is daar beginnen over lezen. Hij ontdekte die DCD, hij is dan bij mij terechtgekomen. Ik heb met die kleine nog die BOT kunnen testen. Dat was vreselijk, fijnmotorisch was dat echt een ramp. Zijn handschrift was niet leesbaar. Dus heb ik aan die mama moeten zeggen: zoek iets anders he, dit is geen opleiding voor hem. Voor die jongen stort heel zijn wereld in elkaar. Hij was al 17 jaar aan het dromen om tandtechnicus te worden. En dan is mama naar school gegaan en gaan zeggen van: zeg, hebben jullie dat nooit gezien dat hij wat onhandig was. En toen zeiden ze van: "maar ja, hij haalde toch altijd goeie punten. Wat is het probleem?"*

### Dus misschien is het een ongekend/onderbelicht probleem (DCD) op school?

*Als het een school is die nog nooit gehoord heeft van DCD en als de ouders niet vertellen hoeveel moeite ze er 's avonds in steken om al die leerstof erin te krijgen. Dat kind functioneert wel vrij goed op school, hij haalt goeie punten en als hij 90% haalt op het rapport. Waar ligt dan het probleem volgens*

de school? Ze zeiden wel: we konden zijn handschrift niet lezen, maar ja zijn punten waren goed. En tijdens de turnles was hij niet goed, maar ja zijn punten waren goed.

**Ik heb een theorie dat studenten met DCD planning niet zien als hun grootste zwakte en dat de studies daarom planning niet altijd als zwakte vinden voor mensen met DCD.**

*Ik denk dat ze daar ook niet bij stilgestaan hebben, dat dat een probleem kan zijn. Als het gedaan wordt door de anderen, dan staan ze er zeker niet bij stil. Ik denk met het ouder worden... dan wel. Die vrouw van 40 in haar management, die werd daar wel mee geconfronteerd, want dan stond ze er alleen voor en moest ze het wel zelf doen. En dat meisje met haar logopedie opleiding heeft ook gevoeld, ze werkt in een zelfstandige praktijk, hoeveel moeite het haar kost om dat allemaal georganiseerd te krijgen. En, haar kennis van DCD was sterk genoeg om te weten, ik ga geen huishouden combineren met een job.*

**Dus een deel van de taken worden altijd wel overgenomen?**

*Ik denk met het ouder worden, dat dat zelfs erger wordt. Ik vermoed dat dat bij de jongeren nog niet zo is... omdat dat motorische nog te veel naar boven komt, dat dat voor hen eerder primeert. Want ja, hun tanden niet goed kunnen poetsen, zich niet kunnen schminken want dat is ook zo bij de meisjes bij het uitgaan. Je moet je haren in een staartje kunnen steken en je moet je kunnen schminken. Dat vraagt fijnmotorisch wel heel veel. Dat zijn zaken waar ze meer op vastlopen dan: hoe organiseer ik mijn lessen.*

**Nemen motorische problemen af met de leeftijd?**

*Ze nemen niet af, maar ze gaan zoeken naar een oplossing. Wat ik daarnet zei over die jongen met zijn tandtechnicus opleiding: je zoekt dan naar een andere opleiding waarin je het motorische minder nodig hebt. En, net zoals wij allemaal zijn we sterk in bepaalde zaken en zwak in andere zaken. Ik ga ook niet iets zoeken waar ik zwak in ben. Ik ben sterk in kiné en ik heb voor kiné gekozen. Vraag mij niet om iets in bijvoorbeeld wiskunde te gaan doen, want ik ga daar ook compleet... wat je ziet in het lager en het middelbaar is dat je opleiding wat algemeen is en dat je allemaal op dezelfde manier wordt opgevoed en dat je verder ontwikkelt. Van zodra je zelf een eigen keuze kunt maken van: nu ga ik in die richting verder of in die richting. Daar kun je uw zwakke dingen een beetje aan de kant leggen, hè.*

**Dus eigenlijk kort samengevat: je zoekt een match tussen je talenten en wat je studeert of waar je gaat werken?**

*Ja... waardoor dat dat motorische wat uitvalt. Maar je blijft wel geconfronteerd worden met uw dagelijkse activiteiten: koken, organiseren, boodschappen doen. Ik vermoed dat die mensen heel veel naar de winkel gaan omdat ze iets vergeten zijn.*

### Autorijden

**Adolescenten hebben moeite met het behalen van hun rijbewijs. Zijn er manieren waar we hen hier kunnen helpen?**

*Wauw, dat kost veel geld. Het probleem is dat zij het misschien wel halen maar dat ze er veel langer over doen zoals bij elke activiteit die ze moeten aanleren: leren fietsen, leren zwemmen, ... Het kost allemaal veel meer tijd en dat is bij het autorijden ook zo. Er zijn studenten die ontdekt hebben dat er een autorijdschool is waar je simulaties kunt doen zonder dat je met je auto op de baan gaat wat, denk ik, toch al iets veiliger is voor die mensen om te doen... waardoor je die reactiesnelheid...en dat je ze een aantal dingen kunt aanleren zonder dat ze de auto in de prak rijden. Ik denk dat dat al een belangrijke is. Maar sowieso voor elke ouder van een kind met DCD die leert autorijden, is dat een zeer zwaar kostenplaatje... dat kost echt veel geld.*

### **Zijn er specifieke problemen naast het multitasken die u vernomen heeft?**

*Links, rechts... zo twijfelen... dat is ook de coördinatie voor een stuk, hè. Als je pinkt... in welke richting dat je... en dat ze eigenlijk altijd moeten gaan nadenken van: wacht, hè... als ik naar rechts ga, moet ik dan naar boven of naar beneden of in welke richting moet dat dan? We raden vaak ook aan om met een automatic (automaat) te rijden omdat je u niet moet gaan concentreren van: in eerste, tweede, derde, dat is te veel van het goeie, hè. De combinatie van het hanteren van al die knopjes en remmen of ondertussen gas geven en ambriëren (koppelen)... en dan nog op het verkeer letten. En vaak loopt het daar dan fout, hè. Dan beginnen ze al die knopjes wat te leren kennen maar dan komen er van alle... plotse situaties op de baan waarop je moet kunnen anticiperen. Dan vraagt er in de auto nog ene u een vraag... of de telefoon gaat of je wordt even afgeleid en dan rijd je tegen een boom.*

### **Als ze echt zijn aan het leren rijden, zijn er dan bepaalde zaken waar de rijinstructeur op zou kunnen letten of mee kan helpen?**

*Ik denk dat die tips wel mooi op de website staan. Ik weet dat er zowat tips waren van studenten die zeiden om met kleurtjes te werken voor links en rechts, zodanig dat dat duidelijk... zodat ze daar niet over moeten nadenken omdat dat op hun stuur plakt op één of andere manier. En ja, ook aan de rijinstructeur zeggen dat het veel meer tijd vraagt om... en dat ze meer zaken stap voor stap gaan moeten uitleggen en dat ze er niet vanuit mogen gaan dat alles vanzelf vlotjes...het is niet vlot, hè...dat al die activiteiten die ze moeten doen, die vloeien niet mooi in mekaar. Bij ons is dat wel zo, maar bij hen is dat niet.*

### **Dus: eigenlijk een veel rustigere aanpak en meer stapsgewijs werken**

*Ja, in kleinere stapjes ook. Veel meer tijd nemen en dan de combinatie... meer en meer gaan beginnen combineren. En veel meer tijd geven om ze te laten oefenen, want uiteindelijk... ja, automatiseren is oefenen. En voor hen vraagt dat veel meer tijd.*

## Dagdagelijks leven

### **Wat zijn voorbeelden van typisch klungelig gedrag (het motorische aspect) bij adolescenten of volwassenen in het dagelijks leven?**

*Wat ik vaak hoor, is een valies maken om ergens op vakantie te gaan. Dus weten wat er in die valies moet zitten. Dat is een probleem om dat georganiseerd... ja, weeral hè organisatie. Maar naar uitvoering van... ja, ik denk dat het eerder koken zal zijn: de juiste ingrediënten vinden, het koken zelf (vlees snijden, ne patat schillen), manuele activiteiten die toch wel vaardigheid vragen, dat is bij hen echt wel moeilijk.*

### **Omdat ze al lang hebben zitten oefenen met het poetsen van de tanden, kunnen ze daar wel mee omgaan?**

*Ja, als je de juiste tandenborstel hebt, hè. Vandaag de dag heb je die elektrische tandenborstels waar je eigenlijk niets meer moet doen, gewoon zien dat die werkt. Ik denk dat de meeste kinderen daar uiteindelijk mee eindigen, hè ... met die elektrische tandenborstel. En dan is het iets gemakkelijker. Zelfde verhaal voor het snijden: ik denk dat ze een goed snijmes vinden met eventueel een aangepast handvat als dat nodig moest zijn. En dat ze op die manier op zoek gaan naar ... ja, materialen die voor hen gemakkelijk zijn om te hanteren.*

## **Duren motorische taken zoals eten en aankleden voor mensen met DCD in het volwassen leven langer dan de gemiddelde mens?**

*Ja, ik denk dat dat nooit op het tempo zal gebeuren als wij dat doen. Ik denk dat ze er nog altijd over moeten nadenken hoe ze dat moeten doen.*

## **Zijn er nog andere suggesties naast het aangepast mes en de elektrische tandenborstel om het leven van de adolescent met DCD makkelijker te maken?**

*Ik weet dat er zo iemand was die een speciale vleesschaar gevonden had en die zijn vlees gewoon knipte omdat dat makkelijker is dan te snijden. Goh, ja... soms hebben ze ook... ja, één of andere winkel waar dat, als je last had om uw knopen dicht te doen, je een haak had... je steekt die haak door een knoopsgat, je pakt uw knoop vast en je trekt dat erdoor en dat is ook iets gemakkelijker. Er zijn wel wat trucjes maar dat is een beetje afhankelijk van persoon tot persoon. Veel mannen hoeven vandaag de dag geen hemden meer aan te doen met duizend knoopjes, maar een gewone sweater of een T-shirt is ook goed. Ik denk dat ze altijd wel zoeken naar de makkelijkste manier om zich door het leven te redden, hè*

## Sport

### **We willen graag dieper ingaan op de moeilijkheden bij sport bij volwassenen of adolescenten. Hoe is het daarmee gesteld?**

*Ik denk dat zij op zoek gaan naar de... niet zo coördinatie vragende sporten. Ik denk dat niet de mensen zijn die je in de basket gaat zien of in de volleybal omdat dat een combinatie is van snelheid en ook wat coördinatie. En dat gaat altijd wel niet goed gaan. Dus, ik denk dat de fitness... dat dat nog ca va zou moeten zijn omdat je daar een beetje zelf uw activiteiten kunt kiezen waar je sterk in bent of niet. Ik ga ervan uit... de mensen die ik ken...die ontwijken de sport. Die staan niet echt te springen om te sporten*

### **De meeste balsporten gaan ze vermijden. Dat zijn ook vaak ploegsporten (bv. roeien). Is dat ook een drempel/probleem voor hen of te confronterend?**

*Dat hangt ervan af of dat prestatiegericht is of niet. Als jij in een roeiclub zit en je moet zien dat je wint, dan gaan ze daar geen DCD'er tussen zetten. Dan gaan ze kiezen voor de sterkere en dan gaan ze er altijd uitvliegen. Het zijn de mensen die altijd op de bank gaan zitten of altijd in de reserve en dat is voor uw zelfvertrouwen ook niet echt goed hè, als je altijd opzijgeschoven wordt. Dan is dat niet echt wat je wilt.*

### **Is het gestigmatiseerd voelen een bijkomende reden om ploegsporten te vermijden?**

*Ja, maar plus ook dat ze daar zwakker in zijn, hè. Ze hebben die axiale hypotonie, die altijd wel aanwezig zal zijn. Je hebt een aantal mensen die evenwichtsproblemen hebben van kleins af aan. Die staan niet echt te springen om dingen te gaan zoeken wat dan nog extra...ja, zo je weet wel... jazz dance, dat gaan ze nu echt niet gaan doen. Als je miserie wilt, dan moet je dat echt gaan doen. Ze vermijden dat. Ik merk dat het gewicht bij die mensen toeneemt, ik zie dat toch bij onze pubers. Zij proberen het sporten toch te vermijden.*

### **Kunnen we de lessen LO toegankelijker maken als LO-leerkracht?**

*Soms stellen we voor dat als je weet dat een kind dat niet kan, ze zeker niet... Wat die vrouw van 40 zei, was dat ze altijd nachtmerries heeft gehad van haar LO-lessen omdat zij degene was die moest tonen hoe het niet moest. En, ik heb het nog gehoord: het kind kon niet goed zwemmen en de turnleerkracht zei: toon een keer hoe het niet moet. Toen dacht ik echt: nu doet ik u iets aan. Zelfs nu*

*nog. Dat was zeer schrijnend: ik was echt geschrokken. Maar zij zei: ik had daar nachtmerries van, ik wou op den duur niet meer gaan turnen, en ik had telkens buikpijn als het turnles was.*

**Zou de LO-leerkracht niet degene moeten zijn die het best geïnformeerd moet worden over DCD omdat dat binnen hun vakgebied een groot probleem is?**

*Ja, ik ga ervan uit... Bij ons in de opleiding, in de opleiding L.O., weet ik dat er onderzoek gedaan wordt naar DCD. Daar wordt zeker en vast over gebabbeld. Maar laat ons zeggen dat de oudere generatie daar geen begrip voor heeft of die... inderdaad, ik heb ooit een keer een kind gefilmd in de praktijk en een leerkracht L.O. daarmee geconfronteerd van: "als jij nu zegt dat dat normaal is, dan mag je mij toch wel..." Maar dan zei hij: "maar ja, ik ken die jongen van toen hij zo groot is, maar hij is hoe dat hij is". "En op zijn handen staan, dat kan hij niet." En, hoe komt het dat hij dat niet kan? Maar ja...*

**Is er kans op verbetering bij beoefenen van sport door te blijven oefenen of gaat er altijd wel een duidelijk verschil zijn met iemand die geen DCD heeft?**

*Er zal altijd een duidelijk verschil zijn.*

### Sociale vaardigheden & mentale gezondheid

**Mensen met DCD ondervinden ook hinder met hun sociale vaardigheden. Stemt dat overeen met uw bevindingen?**

*Door het feit dat ze al zoveel... ja, dingen meegemaakt hebben, zijn zij veel voorzigtiger. En gaan ze op zoek gaan naar mensen die rustiger zijn en niet te sportief zijn en wel geïnteresseerd zijn in cultuur bijvoorbeeld, zulke zaken. Dat zijn niet degenen die op tafel gaan staan dansen op café. Die ga je daar niet vinden. Helaas niet.*

**Zijn er problemen met mondelinge communicatievaardigheden?**

*Dat hangt ervan af, bij sommigen wel en bij sommigen niet. Hebben die mensen ook een verbale dyspraxie waardoor ze niet meer goed kunnen articuleren omdat het "mond-motorische" wel moeilijk is. Dan ga je merken dat zij daarvan afzien uiteraard en dat ze ook moeilijk te verstaan zijn. Je hebt ook anderen die erin slagen... dat was nu een kleinkind die een taak had gemaakt voor Moederdag en die mama kwam bij mij, want dat werkje was zodanig mooi dat ze ervan overtuigd was dat dat niet van haar zoon kon zijn. Toen was ze aan het denken van: welk kind is met het werkje van mijn zoon mee naar huis, want die ouders moeten toch wel van hun melk zijn, dat hun eigen zoon zo'n lelijk werkje gemaakt heeft. Dus de mama was naar school gegaan en heeft aan de juf gevraagd dat het veel te mooi was en dat het echt niet van haar zoon kon zijn. De juf zei: ja, toch wel. Hij is er eigenlijk in geslaagd om de klas rond hem... de opdracht was gekend...om aan een meisje te gaan vragen om iets te kleuren in zijn plaats omdat hij zijn kleurtjes niet bij had. Bij iemand anders was hij gaan vragen: ik heb mijn schaar niet bij, wil jij dat voor mij uitknippen? Hij is er dus in geslaagd om zijn ganse klas voor zijn kar te spannen om dat werkje klaar te hebben voor zijn mama. Voor de juf deed het op den duur er niet meer toe dat hij niks gedaan heeft met zijn handen omdat hij er wel in geslaagd was een heel mooi werkje te maken voor zijn mama. Naar communicatie toe is hij op dat vlak wel heel sterk geweest om dat te doen.*

**Verbale dyspraxie is geen criterium voor DCD?**

*Men gaat ervan uit dat verbale dyspraxie een aanvulling kan zijn, dat heeft niet elk kind met DCD. Dat is een bijkomende problematiek: net zoals je dyslexie, dyscalculie en autismespectrumstoornissen ook kunt hebben als comorbiditeit. Een zuiver kind met DCD, zoveel hebben we er ook niet, hè.*

### **Hebben de sociale vaardigheden een invloed op de vriendschappen die ze sluiten?**

*Ja, toch wel. Omdat het rustige mensen zijn en ik heb het gevoel dat als ze vriendschappen hebben, dat het hechte vriendschappen zijn maar heel klein. Dat zij niet in hele grote groepen... dat zij echt wel degenen zijn met een aantal vrienden en dat zijn ook wel goeie vrienden. Vaak zijn dat mensen die in dezelfde of ja...belangstelling zitten. Ik organiseer kinderkampen, Fielgoed kampen, en dat is tot 18. Wat ik merk, is dat die kinderen elkaar vinden. En dan zijn dat vriendschappen voor het leven. Dat merk ik.*

### **Ook op latere leeftijd?**

*Ja, dus die logopediste die is met ons mee beginnen gaan op kamp vanaf haar 15. Ze is nu 30 en is vorig jaar getrouwd. De vriendschappen die ze heeft, heeft ze gesloten bij ons op kamp. Dat zijn zo'n beetje de gelijkgestemden. Ze vinden elkaar wel.*

### **Mensen die begrip hebben voor DCD en wat meer ingetogen/introvert zijn, daar worden ze meestal mee bevriend?**

*Ja, meestal wel.*

### **Kunnen adolescenten met DCD zich ook sociaal gaan isoleren?**

*Ja, dat zijn de mensen die naar de psychiatrie...ik bedoel als je u niet begrepen voelt en je bent faalangstig en je weet niet meer hoe het zit met u... dan ga je je isoleren hè. Hetzelfde wat dat meisje ook zegt: ik ga niet gaan wandelen want ik sluit mij af van een aantal activiteiten. Dan ga je u sociaal isoleren, hè...zeker*

### **Dan wordt er doorverwezen naar psychologische hulp?**

*Ja.*

### **We hebben nu al twee (coping) strategieën besproken: het actief vermijden van zaken en een match gaan zoeken. Een andere strategie volgens de literatuur is het gebruik van humor waarbij ze hun stoornis hebben aanvaard. Zijn er zo ook mensen die u kent?**

*Ja, we hebben onze pubergroep tussen 15 en 18 op Fielgoed . Op donderdagavond is het kampvuuravond en mogen ze allemaal een toneeltje opvoeren en dat doen ze eigenlijk allemaal wel heel graag. Ze hebben een keer eens een toneel opgevoerd: wat als je DCD hebt? Dat was vergelijkbaar met de comedy serie 'wat als'. Dan zie je ze effectief lachen met hun klungeligheid en dan doen ze nog eens extra klungelig. Iedereen vindt dat grappig... zeer herkenbaar. Maar ik denk dat ze dat doen omdat ze onder gelijkgestemden zitten. Ik weet niet of ze dat elders gaan doen... tenzij je natuurlijk een vriendengroep hebt die het weet en daar begrip voor heeft.*

### **Ik veronderstel dat ze in het lager en het middelbaar zelf uitgelachen kunnen worden?**

*Ja, zeker. Dat is ook de reden waarom we psycho-educatie geven aan de kinderen om hen duidelijk uit te leggen wat de problematiek is. Wij gaan ook naar scholen en geven daar een inleef DCD-parcours in de klas, gewoon om de medeleerlingen te laten voelen hoe het is om DCD te hebben om wat begrip te krijgen. Dus inderdaad, er wordt gelachen en gepest.*

### **In het hoger onderwijs is iedereen wel volwassen.**

*Ja, maar dan nog. Als er iemand traag is en je moet er altijd op wachten en hij heeft zijn boek nooit bij en hij komt altijd vragen van: zeg, kun jij dat een keer voor mij doen... dan zou het wel een keer kunnen zijn dat ze daar opmerkingen over krijgen. Allee, ik ben ervan overtuigd dat dat zo is. Want het zijn altijd dezelfde die achterblijven en het zullen altijd dezelfde zijn wiens jas daar nog ligt. Het zullen altijd dezelfde zijn die hun pen niet bij hebben en die, ik weet niet wat, niet meer vinden. Het zijn altijd dezelfde en op den duur zullen ze daar opmerkingen over krijgen ... hoe oud je ook bent.*

**Hoe ouder men wordt, des te meer het planmatige een probleem wordt in plaats van het motorische? Ben ik daar correct in?**

*Het motorische ga je wel zien in de ADL-activiteiten thuis... dat wel. Maar ja, voor de rest als je geen goeie poetsvrouw hebt die je kunt betalen, en je hebt geen lief die voor u kookt bijvoorbeeld, dan heb je daar eigenlijk, ja...maar op uw werk moet je wel zien dat je uw boel georganiseerd krijgt of je moet zien dat je op uw examen de juiste dingen invult. Dus dat ga je wel moeten doen... dat organiseren en dat plannen, dat is wel een belangrijke. Dat motorische is er zeker wel nog, maar er zijn oplossingen.*

**Wat zijn concrete hulpmiddelen om te plannen (bv. een stappenplan)?**

*Ja, of een agenda, of een digitale agenda of een goede secretaresse. Ik heb een dokterskoppel gekend en die hadden 5 kinderen met allemaal iets: DCD, ASS ... je kunt het je niet voorstellen. Die mama heeft haar doktersjas aan de haak gehangen en voor de kinderen gezorgd. Maar die papa is eigenlijk een vrij bekende ergoloog, die doet dat heel goed en komt af en toe een keer in het nieuws. Maar die mama kwam mij vertellen: "die kinderen hebben dat van mijn man". Het gras afrijden, dat heeft hij nog nooit gedaan want dat doe ik. Zijn valies maken voor zijn congressen, dat maak ik. Alle agendasystemen, dat doet de secretaresse. Zijn secretaresse is haar beste vriendin, want die onderhandelen elke dag van: wat moet hij doen, wat moet hij meebrengen. Het enige wat hij moet doen, is gewoon zijn job. En daar is hij zeer intelligent in. Hij heeft wel zijn vrouw en secretaresse nodig of hij is niks waard, hè. "In zijn praktijkgroep legde hij uit hoe ik moest naaien". Volgens mij heeft hij nog nooit een naald in zijn handen gehad. Maar ik wil maar zeggen dat ze wel snugger zijn om te zoeken naar compensaties als het niet lukt.*

**En daar hoort harder werken ook bij?**

*Ja, en dan hoor je die verhalen waarbij kinderen tot 23u00, 24u00 zitten te studeren of te werken voor school waar de school niet van op de hoogte is maar de ouders wel. Het vraagt zeer veel energie. Wat ik vaak aan de ouders zeg die in de put zitten als ze de diagnose krijgen, dan zeg ik dat ik het gevoel heb dat kinderen met DCD heel harde werkers zijn... dat die het ook wel halen op één of andere manier. Door het feit dat ze op jonge leeftijd leren om zo hard te werken, dat ze ook leren in het latere leven hun plan te trekken. Want die jongen die tandtechnicus wou worden, die had ook een broer. En die broer lag in de zetel en haalde ook 90% in zijn humaniora. Ik had verteld tegen de mama dat ik ervan uitging dat haar zoon met DCD die elke avond tot 23u00 heeft zitten studeren, het beter zal doen in het H.O. dan zijn broer die met zijn voeten in de lucht niks heeft moeten doen. Want die weet niet hoe die moet werken. Het heeft dus zo zijn voor- en nadelen, hè.*

Slot interview

**Zijn er een paar ondersteuningsmaatregelen die volgens u nog ontbreken voor studenten met DCD?**

*Ik denk dat begrip wel een belangrijke zal zijn want ik heb niet het gevoel dat ze in het hoger onderwijs weten waar het over gaat. Dan is het al moeilijk om te gaan zoeken naar STICORDI-maatregelen... dus ik denk dat kennis en begrip al een belangrijke is... als ze daarvoor open staan. Ik denk dat het af te spreken is of dat afhankelijk is van persoon tot persoon. Eigenlijk zoeken wij hier altijd op maat wat nodig is. En voor sommige kinderen valt het mee, ze kunnen hun plan wel trekken. Dan is het ook niet nodig om ze STICORDI-maatregelen te geven als ze het niet nodig hebben. Die logopediste bijvoorbeeld heeft Latijn gedaan en heeft altijd wel haar plan kunnen trekken. Maar ze had wel meer tijd nodig. Dat kreeg ze dan ook wel, maar dat is altijd op het moment zelf bevraagd geweest wat ze nu nodig heeft. En dat wordt dan ook wel gegeven... dus eigenlijk wel maatwerk.*

**Omdat er verschillende graden zijn in DCD?**

*Ja, ja zeker. Het is zo dat elk kind met DCD... je hebt kinderen die zowel fijne als grove motorische problemen hebben, je hebt grof motorisch vrij goed zijn en die het dan in de turnles niet slecht doen, maar fijn motorisch dan wel compleet door de mand vallen. Je hebt er ook waarbij hun plannen en organiseren nog wel zal meevallen maar dan zullen er andere zaken zijn die tegenvallen. Dat is een beetje kijken wie je voor u hebt. En inderdaad, niet elk kind heeft visueel-ruimtelijke problemen. Ze lopen niet allemaal verloren op de campus. Maar buddy's bijvoorbeeld, dat zou ook wel heel handig kunnen zijn.*

**Buddy's om de weg te wijzen (waar kun je dat vinden)?**

*Ja, en voor het plannen en organiseren. Een kotgenoot bijvoorbeeld. Ik vermoed dat bij iemand die we geïnterviewd hadden... die was met zijn zus op kot. Dus zijn zus was buddy. Of ze hebben een lief, of ze hebben een zus...ja.*



### 7.3.3 Interview Gwendolyn

#### Inleiding

**De eerste vraag die we eigenlijk al een beetje hebben aangehaald ... je mag nog eens kort zeggen welke ervaringen je hebt met personen met DCD, hoe je daarmee in contact bent gekomen.**

*Ik heb daar al dertig jaar ervaring mee. Met vooral kinderen, en ondertussen zijn die ook volwassen geworden. Ik heb ervaring van kleine kinderen, bijna baby's ... maar ja daar spreek je nog niet van DCD, maar waar je wel al ziet dat de motorische ontwikkeling niet loopt zoals het zou moeten lopen, tot volwassenen met DCD.*

**Wat zijn zo de eerste dingen waaraan je denkt bij de aandoening dyspraxie of DCD?**

*Motorische onhandigheid, waardoor ze vaardigheden niet vlot kunnen aanleren en daar problemen mee hebben met het aanleren van motorische vaardigheden, zoals: fietsen, zwemmen, schrijven, tekenen.*

**Het wordt vaak gezien als een praktisch probleem, maar zouden er ook belangrijk sociale en mentale gevolgen aan gekoppeld kunnen worden bij jongvolwassenen met DCD?**

*Ja, we weten uit onderzoek dat mensen met DCD ook te maken krijgen met sociale, en al zeker emotionele problemen. Ik zie dat ook bij de patiëntjes dat alle kinderen het sociaal moeilijker hebben. Ze gaan minder kunnen samenspelen en ze gaan zich gemakkelijker afzonderen. Cognitieve problemen ... we weten dat ook vaak wel wat meer problemen bijkomen, maar bijvoorbeeld door een slecht handschrift halen ze ook op schoolse testen en vaardigheden wel wat minder omdat de leerkracht hun handschrift niet altijd kan lezen.*

**En hoe zit dat dan als men ouder wordt? Blijven die problemen nog altijd behouden?**

*De problemen blijven bestaan. Het is een chronische aandoening, die DCD gaat niet weg, maar hoe ouder je bent, hoe beter je leert ... of de bedoeling is dat je er meer mee gaat kunnen omgaan. Vooral cognitief sterke kinderen zullen gaan kunnen compenseren vanuit het cognitieve en het is vooral belangrijk dat je als kind leert ermee om te gaan en leert compenseren. Als schrijven niet makkelijk is of problemen geeft, dan kan je typevaardigheden aanleren. Als je vlot met de computer kan werken, is het probleem van niet kunnen schrijven eigenlijk opgelost.*

**En merk je dat ook uit ervaring met de personen die ouder zijn geworden?**

*Ja, ik heb kinderen die nu zeer mooi ... ik heb een jongen met DCD en ook autisme erbij die ik van zeer jong gevolgd heb, met eerst fijn motorische problemen, dan leren schrijven, en nu zit hij in het laatste middelbaar en die doet dat zeer goed op school met zijn computer. Alleen wiskunde lukt niet om op zijn computer te doen, maar al de rest gaat wel op de computer en hij is soms sneller dan de anderen in de klas.*

## Hoger onderwijs

**Goed, dat was meer het inleidende, dan zullen we nu de thema's apart bespreken. Eerst en vooral het studeren. Het studeren in het hoger onderwijs of in uw geval, mocht u daarover kunnen vertellen, zo meer naar het laatste middelbaar toe, de overstap naar het hoger onderwijs. Welke problemen denk je dat studenten met DCD vooral hebben in de lessen zelf?**

*Ik weet niet wat je bedoelt met de lessen zelf?*

**Tijdens de lessen bedoel ik daarmee.**

*Het volgen van lessen?*

**Het volgen van lessen, ja.**

*Als ze hun weg gevonden hebben om nota's te nemen en ze kunnen vlot met de computer overweg, of ze hebben geleerd om toch op hun manier iets te schrijven, dan zie ik niet in dat zij problemen zouden hebben om de lessen te volgen, tenzij dat er misschien nog wel wat concentratie bijkomt. Ik kan mij voorstellen dat zij graag ne keer tussendoor wel wat bewegen, dat het lang stilzitten misschien wel wat moeilijker kan zijn, in hoeverre dat AD(H)D bijkomstig is of niet. Dat is niet altijd duidelijk gediagnosticeerd, maar ik zie geen problemen naar het volgen van de lessen als zij het cognitief aankunnen.*

**Tenminste als ze ondersteund worden, want ze hebben niet altijd een laptop ter beschikking bijvoorbeeld. Als ze nu bijvoorbeeld moeten noteren met de hand.**

*Ja, diegene die ik ken en volg, hebben allemaal een laptop. Al van in het begin hebben die leren werken met een laptop, leren omgaan met zaken die ze niet kunnen en dat op die manier opvangen. Maar ik kan me voorstellen dat iemand met DCD die dat niet geleerd heeft ... die zal problemen hebben in het hoger onderwijs.*

**En welke moeilijkheden zouden studenten met DCD dan hebben op vlak van het studeren van de leerstof zelf?**

*Ik denk grote pakken verwerken en daar structuur in kunnen herkennen, maar ik vind dat niet typisch voor alleen DCD. Dat is evengoed bij kinderen met ADHD, kinderen met autismespectrumstoornis, kinderen met leerproblemen ... bij dyslexie ga je dat ook hebben. Bij grote pakken ga je nooit zomaar alles kunnen lezen en onthouden. Je moet daar echt structuur gaan in zoeken en kunnen schema's maken en dat is voor kinderen met DCD wel moeilijk.*

**Dus kan ik daaruit afleiden dat, ook al is dat niet specifiek voor dyspraxie, dat ze toch wel problemen hebben met het onderscheiden van hoofd- en bijzaken?**

*Dat is een van de executieve functies die moeilijk is en dat is sowieso wel bij kinderen met ADHD, DCD, autismespectrumstoornis, leerstoornissen... dat die zaken moeilijker lopen.*

**En zou het dan nuttig zijn dat men ze doorverwijst naar de studiebegeleiding, want daar is er toch meestal "leren leren"?**

*Zij hebben dat meestal wel gehad hoor, maar vaak merk je dat het voor hen vaak te kort is in ... te weinig oefening of in hun aanleerperiode er te weinig mee bezig geweest zijn. In elke secundaire school wordt er gewerkt rond "leren leren", maar zij hebben meer tijd nodig, ik zal het zo zeggen, om het te verwerken.*

**Ah ja, en hoe zal het dan zitten op vlak van planning en deadlines halen, is dat een probleem?**

*Taken kunnen op voorhand ingepland worden, maar tijndeling gaan maken zal moeilijker zijn. Als ze dat niet geleerd hebben op voorhand, dat is ook iets wat ik aan jongeren leer die in het secundair starten, iets wat ik al direct meegeef aan ouders van “kijk zet daar op in, leer ze van in het begin zelfstandig taken plannen”. Waar een ander kind daar een paar maanden problemen mee heeft om dat zelfstandig te leren, in het secundair is dat bij iedereen een probleem, gaat een kind met DCD daar 2 tot 3 jaar over doen.*

**En houden leerkrachten daar rekening mee? Bij het behalen van een deadline, zijn ze daar soms soepel in?**

*Dat wordt op voorhand besproken. Daarvoor dient dan een multidisciplinair team, dan gaan we gaan uitleggen ... dan ga ik als kiné op het overleg zeggen wat DCD bij die persoon juist inhoudt en dan leg ik uit “dit en dit kan problemen geven”. Voor de taken bijvoorbeeld: “geef ze een stuk vroeger al” en vraag na een week “hoever sta je al met uw taak?” of begeleid ze daar een beetje in.*

**Goed. Zou er ook een aanpassing nodig zijn voor het aanbod van het lessenmateriaal? Nu in het hoger onderwijs hebben we natuurlijk PowerPoint, hebben we onze cursus en lesopnames. Zouden studenten met DCD daar ook problemen mee hebben met hun weg daarin te vinden?**

*Ik denk diegene die al zeer goed hebben leren werken met een computer, die zouden behoorlijk hun plan moeten kunnen trekken en zouden niet meer problemen hebben dan andere studenten. Misschien dat dat voor sommige studenten nog een beetje moeilijk is om al die verschillende vakken mooi bij elkaar te houden. Ik zou dus niet durven zeggen dat het voor kinderen met DCD zoveel moeilijker is. In tegendeel als in het secundair al volledig met computer werkt en al zeer goed geleerd van wat ermee maken enzovoort.*

**We hebben teruggevonden in de literatuur dat het oriëntatiegevoel wel een probleem zou kunnen zijn. Hoe ervaart u dat bij het vinden van het juiste lokaal bijvoorbeeld?**

*Dat is inderdaad wel iets dat je merkt dat ze daar meer tijd voor zullen nodig hebben om goed hun weg te automatiseren in een volledig nieuw gebouw, dat kan ik mij inderdaad wel voorstellen.*

**Bij de meeste vaardigheden die ze aanleren hebben ze dan meer tijd nodig?**

*Ja.*

**Moeten adolescenten met DCD dan ook echt harder werken dan hun medestudenten, en hoe proberen ze dat dan te compenseren als dat het geval zou zijn?**

*Ik denk dat je dat best vraagt aan studenten zelf. Ik denk dat dat allemaal heel sterk afhangt van de bijkomende sterktes en zwaktes van die student. Als dat een student is die bijvoorbeeld cognitief heel sterk is, dan zal die veel kunnen compenseren op basis daarvan. Iemand met een sterk geheugen bijvoorbeeld, die gaat uit de lessen veel halen. Daar durf ik niet direct zo op antwoorden of dat sowieso een probleem zal zijn, en al zeker niet typisch voor DCD.*

**Zijn er zo strategieën die ze gebruiken om hun moeilijkheden te overwinnen, hun academische moeilijkheden?**

*Ik heb een beetje het gevoel dat een student die het academisch niveau niet zal aankunnen, die gaat daar ook niet aan beginnen.*

**Dan is het dus eerder het actief vermijden van hetgeen...**

*Ja, die gaat in het humaniora ... die gaat misschien starten aan een hogere opleiding, maar die zal zeer snel aanvoelen “het gaat niets voor mij zijn”. Dat zijn zaken die je eigenlijk op voorhand al een beetje moet aangeleerd krijgen en aangevoeld hebben wat je nodig hebt om hogere studies aan te kunnen.*

**Zou er dan een zekere match zijn die ze wel zouden kunnen vinden met hun competenties?**

*Kan je een voorbeeld geven wat je bedoelt?*

**Bijvoorbeeld, als men niet goed is in het motorische, dan gaat men er niet voor kiezen om lasser te worden, zou ik mij inbeelden.**

*Ja, maar dat ga je dan op hoger onderwijs niet hebben he, denk ik dan. Hoger onderwijs is voor mij bachelor of master. Je kiest een opleiding bij uw sterktes meestal, dus ga je in die hogere opleidingen het praktische veel minder ... Ik heb een student, die ene student die ik begeleid is bij mij terecht gekomen omdat hij verpleegkunde gestart was, en hij is dus moeten stoppen, onmiddellijk bij zijn stages ... stages die niet lukte omwille van de fijne handelingen, en op dat moment dat hij faalde is hij dan bij mij terecht gekomen en is hij gewoon op zoek gegaan naar 'wat is nu de richting die beter bij mij past', en hij is veranderd naar boekhouding en fiscaliteit.*

**En hoe verloopt dat nu, gaat dat beter?**

*Nu gaat het beter ja. Ik heb hem begeleiding gegeven voor de planning en organisatie en leren structureren en leren dat hij op voorhand een beetje leert plannen enz. en dat lukt nu wel, ja. Hij doet geen praktische handelingen hé, hij moet geen praktische zaken doen, en zijn schrijven vangt hij op met de computer. Voor de rest heeft hij eigenlijk geen problemen meer naar praktische zaken.*

**Ja, ik neem aan dat een planning een handig hulpmiddel is, dat dat ook aangeboden kan worden vanuit de opleiding, maar zijn er zo nog examenfaciliteiten of onderwijsfaciliteiten die nuttig zijn voor personen met DCD?**

*Op computer een examen mogen maken, meer tijd krijgen om het examen te maken, en mondeling examen maken als het kan.*

**En het mondelinge heeft dan te maken met het niet hoeven schrijven?**

*Ja.*

**Oké. Zou er nog nood zijn aan betere ondersteuning? Is hetgeen dat ze tot nu toe krijgen voldoende, of zouden er nog wat maatregelen genomen kunnen worden?**

*Dat zou moeten voldoende zijn. Als het niet lukt, heeft het te maken met de cognitieve capaciteiten denk ik, en niet met hun motorische problematiek.*

**Want u heeft al eerder aangehaald dat sommige personen met DCD cognitief heel sterk zijn, maar het probleem met de concentratie, kan dat ook te maken hebben met DCD?**

*Kinderen of jongeren met DCD zouden zich voor taken die motorische uitdaging vragen, bv. schrijven, meer moeten concentreren dan iemand anders zonder DCD, maar in principe hebben zij niet altijd een bijkomende concentratiestoornis. We weten natuurlijk dat 50% van de mensen met DCD ook ADHD heeft, maar in principe als je geen bijkomende ADHD hebt, heb je alleen wat meer aandacht en concentratie nodig bij motorische handelingen. Dan denk ik in het hoger onderwijs, de enige mogelijke motorische handeling is schrijven, tenzij je natuurlijk een richting kiest, en dan denk ik bijvoorbeeld aan een kiné richting, waar je ook wat motorische handelingen zal moeten doen, maar ik ga ervan uit dat iemand met DCD daar niet terecht gaat komen.*

**Ik heb eerder vandaag een interview gehouden met iemand die wel kenmerken vertoont van DCD. Die heeft natuurlijk ook wel nog andere stoornissen ... comorbiditeiten. Die had aangehaald dat die problemen had met het wandelen, dat die daar ook over moest nadenken. Is dat zo bij elke motorische handeling?**

*Het kan bij elke motorische handeling zijn. Ik ken een volwassen persoon die nog altijd zegt "ik moet nadenken, vooral als ik op oneffen terreinen ga wandelen, dan moet ik mijn aandacht erbij houden".*

*Dat is iemand die graag wandelt en die zegt "ik kan dan niet praten met andere mensen. Ik focus mij op mijn wandelen", maar die heeft geen probleem met het gewoon op straat wandelen.*

### Planning en organisatie

**Dan geef ik nu even het woord aan mijn partner Stan voor het tweede deel. Als we kijken in de literatuur zien we vaak dat mensen met DCD problemen hebben met planning en organisatie in het algemeen dus niet enkel bij het studeren. Hoe heeft u dat ervaren bij de mensen waarmee u werkt voor skills qua planning en organisatie?**

*Dat begint bij mij al zeer vroeg op te vallen en dat is bijvoorbeeld plannen hoe je op een fiets moet rijden. De opeenvolgende stapjes daarvan is één van de problemen die je als eerste ziet. Maar als we kijken naar meer schoolse vaardigheden dan valt mij dat vooral op in het begin kleuterklas/lagere school als ze hun boekentas moeten maken dan merk je dat ouders dit gaan overnemen. Dat ze niet zelf hun boekentas maken. Een taak die ze zelf moeten maken dan zie je dat ouders dat heel snel overnemen op jonge leeftijd. En vaak wordt dat pas duidelijk later in het secundair "oei! Die jongen kan niet plannen" omdat ouders dat stukje overnemen voor hem. Dus ik vind dat al heel vroeg aanwezig. Maar vaak wordt het niet zo gezien.*

**In de literatuur waren er ook wel wat tegenstrijdige dingen. Bijvoorbeeld dat sommige mensen met DCD juist wel goed waren in organisatie dus dat dat niet echt typerend is voor DCD. Ziet u dat dan wel zo?**

*Degene die ik natuurlijk krijg zijn degenen met problemen. Als je geen problemen hebt ga je niet naar de kiné gaan. Naar mijn persoonlijk gevoel zou ik denken degene die er geen probleem mee hebben zijn degene die er al heel vroeg al aangeleerd hebben en daarmee heel veel energie en tijd in hebben gestoken om die dingen. Je hebt zo ouders die heel vroeg een kinderen zelfstandig maken en zeggen van kijk "op jongen leeftijd zelf je kleertjes aandoen". In het begin legt mama alles klaar maar in 2 à 3 jaar zegt mama "ga je zelf je kleertjes aandoen". Dus die dat heel goed begeleiden Zonder daarvoor een opleiding gevolgd te hebben. Je hebt ook ouders waar dat niet gebeurt waar ze het altijd zelf blijven doen. Dan moeten de kinderen plots op bosklassen en valt het op dat die jongeren zich helemaal niet kan zelfstandig aankleden. Ik denk dat dat ook dan met planning en organisatie te maken heeft. Want ze hebben dat waarschijnlijk geleerd.*

**Kan je daar voorbeelden van geven hoe je iemand planning en organisatie kan aanleren?**

*Heel veel taal bij gebruiken. Bijvoorbeeld je boekentas maken. Dan zeg ik tegen de ouders "kijk als het kindje thuiskomt van school dan vraag je eerst om alles uit de boekenkast te halen en op tafel te leggen". Dat doet hij in het begin samen met de jongen, alles op tafel leggen. "Dan gaan we op tafel kijken wat hoort waarbij bijvoorbeeld wiskunde probeer alles van wiskunde in het rood de kaften, rode boeken, rode schriften dan weet het kind alle rode dingen bij elkaar en alle blauwe dingen bij mekaar. In de agenda gaan we kijken wat je tegen morgen moet doen". En dan zeg je tegen het kindje "waar kan je vinden wat je tegen morgen moet doen?". "Ah, in mijn agenda". Je legt de agenda open op de dag dat je nodig hebt Maar ik moet vooral ouders instrueren dat zij het niet mogen doen. Ze moeten dat doen door vragen te stellen. Zodat het kindje zelf leert zijn eigen te sturen. Hij gaat zichzelf die vragen beginnen stellen. Bij een nieuwe taak gaan we geleerd hebben: "Als je met een probleem zit ga erover nadenken. Waar loopt het fout? Wat lukt er niet?". Je leert het kind om daar cognitief zichzelf te gaan sturen.*

*Mijn ervaring is hoe vroeger hoe beter. Als je daar al op kleuterleeftijd mee begint geleidelijk aan stapje voor stapje. En dat vraagt veel tijd en energie van de ouders.*

**Zijn er ook ouderen die daar dan te veel in ondersteund werden waarbij de ouders het overnam? Heb je dan ook de planning moeten leren?**

*Ja. Er zijn er inderdaad wel een aantal. Bij sommigen lukt, dat bij sommigen niet. Dat hangt ook af van de comorbiditeit. Pubers met DCD en bijkomend autisme om daar nog Daar nog planning aan te leren is heel moeilijk. Het moet echt vanuit de jongeren zelf komen zelf komen. De vraag moet zelf komen "van dat wil ik nu leren?". Bij kinderen kan je het opleggen maar bij een puber is dat anders. Bij volwassenen kan het wel als ze het zelf willen. Pubers hebben een moeilijke leeftijd. In het hoger onderwijs zijn er wel een aantal die daar terug voor open staan. Maar mijn ervaring is: je hebt de tijd dan niet om het goed aangeleerd te krijgen. Als ze dan al in het hoger onderwijs zitten moet je al wachten tegen wanneer de examens zijn. Dat vraagt veel tijd.*

Autorijden

**Onze leeftijdsgroep is dan juist ook de periode waar veel adolescenten hun rijbewijs gaan halen. Onze vraag is: heeft u ook mensen gehad die hun rijbewijs willen halen? En hebben die daar dan extra moeilijkheden mee ten opzichte van andere adolescenten?**

*Ik heb al van alles gehad. Ik heb er die een rijbewijs halen met vrij veel moeite te doen en die gaan vaak in 3 jaar nodig hebben om dat te oefenen. Ik heb ook weet van een aantal die een rijbewijs gehaald hebben en die na een aantal jaar of maanden zeggen van "voor mij niet meer" want ze vinden het zo "stressy". Omdat ze al die zeer complexe handelingen allemaal gaan doen elke dag. Dus dan gaan ze het minder stressvol vinden om het om openbaar vervoer te nemen. Ik ken er ook die het rijbewijs niet halen. Of ik heb ook weet van iemand die op voorhand zegt van "ik doe dit niet. Ik ga dat zelf niet doen, mijn rijbewijs halen. Want zelf met een fiets mijn weg zoeken en tegelijkertijd fietsen is voor mij al te moeilijk. Ik ga daar gewoon niet aan beginnen". Ik ken ook mensen met DCD wel autorijden dat kan ook. Ik denk dat daar geen lijn in te trekken is.*

**Ik veronderstel dat dat een enorme drempel is voor mensen met dyspraxie "het halen van een rijbewijs". Dat er dan drie groepen zijn waarbij de eerste groep het haalt. Een tweede groep waar per dan Mensen heel veel moeilijkheden hebben en het niet halen. En dan nog een derde groep die het actief ontwijkt.**

*Ja dat hangt het ook weer af van het cognitief niveau en de bijkomende problemen. Kinderen met zuiver DCD ... Ik denk dat je die niet gaat vinden. Je hebt altijd comorbiditeit.*

**Als we dan kijken naar de handelingen die ze moeten doen. Wat zouden dan de specifieke handelingen zijn waarmee ze het moeilijk hebben bij het rijden?**

*Ze zullen wel leren schakelen, de sleutel omdraaien dat kunnen ze allemaal leren. Maar dat dan automatisch gaan doen terwijl ze ondertussen het verkeer in de gaten houden en zeer snel moeten reageren als er iets gebeurt. Daar gaan ze moeite mee hebben.*

**Dus het multitasken?**

*Ja het babbelen met iemand die langs u zit. Dat is een mooi voorbeeld van uw aandacht blijven nodig hebben voor het autorijden. Want autorijden is niet enkel schakelen en met uw voeten bewegen. In het begin gaat dat wat moeilijker zijn, die twee tegelijkertijd doen. Maar dat gaan ze wel leren. Maar dat allemaal doen, automatisch, terwijl je met je aandacht ergens anders bent ... Dat is een uitdaging.*

**Als die mensen leren rijden gaan ze waarschijnlijk een rijinstructeur hebben. Waar zou de rijinstructeur vooral rekening mee moeten houden als we die gaan begeleiden?**

*Het moet iemand zijn met zeer veel geduld. Iemand die begrip heeft. Want het wordt nog altijd vaak gezien als dommere mensen. Het is een zeer onzichtbaar probleem. Dus je moet je kunnen inleven en vooral heel stapje voor stapje iets aanbrengen en inoefenen. Het volgende stapje en inoefenen en niet te snel willen en alles in één keer gaan doen.*

**Dus dat is een beetje hetzelfde zoals het aanleren van planning en organisatie? Alles stapsgewijs en heel veel tijd en energie insteken.**

*Ja, dat geldt voor alle vaardigheden aanleren. Dat geldt ook voor het schrijven en knippen. Daar moet ik dat ook in stapjes doen. Analyseren en stapje voor stapje gaan. Dat blijft zo tot volwassen leeftijd.*

### Dagdagelijks leven

**Als we even gaan kijken naar het dagelijkse leven. Welke moeilijkheden ervaren adolescenten daar?**

*Alle zaken die in het dagelijkse leven kunnen voorkomen en dan bedoel ik van huishouden ... Natuurlijk zijn er veel meer jongens dan meisjes ... dus bij een aantal taken gaan de jongens zeggen van "ja wij doen dat niet". Maar ik kan mij voorstellen alles wat je maar nodig hebt om eten klaar te maken maar, ook heel de planning van boodschappen doen "wat hebben we allemaal nodig om het eten te kunnen klaarmaken", fysieke handelingen maar ook de planning dat gaat allemaal veel moeilijker zijn. Weer het multitasken in het dagelijkse leven. Ik kan mij voorstellen in de tuin werken, uw huis op orde zetten, uw huis kunnen poetsen al die dagelijkse vaardigheden gaan voor problemen zorgen.*

**Ik heb het eventjes al gevraagd. Het klungelige gedrag dat verdwijnt niet met de leeftijd. Wat zijn dan zo typische voorbeelden daarvan in het leven van adolescenten?**

*Voorals als ze iets nieuws gaan moeten doen. Dat klungelige gedrag ga je niet meer zien bij iets wat ze al goed onder de knie hebben. Maar als ze plots een nieuwe sport willen leren zorgt ervoor dat je het klungelig gedrag terug merken. Of ze willen plots in het huis karweitjes gaan doen en iets ophangen en ze hebben dat nog nooit gedaan ... een nagel in de muur slaan ... dan ga je dat terug merken. Ze slaan op hun vingers. Ze slaan er een keer naast. Dan ga je meer het onhandige zien. Maar als je dan een kind hebt die dat al van in het begin heeft geoefend en graag doet. Die zal dat hoogstwaarschijnlijk als volwassen persoon ook wel kunnen. Zoals je ook hebt leren schrijven.*

**In welke mate zijn die motorische problemen vanaf de kindertijd nog aanwezig op latere leeftijd? Vroeger leek het me moeilijk om te eten met bestek hoe zit het dan daarbij bij volwassenen?**

*Dat hangt weer af van in hoeverre je dat al geoefend hebt als kind. Ik weet van een aantal jongeren die zeggen "spaghetti gaan eten met vrienden dat doe ik niet. Want dat is altijd zo een geklungel spaghetti. Je krijgt een vork en een lepel en dan moet je dat zo doen. Dus dat doe ik bijvoorbeeld niet.". Ik denk dat er ook andere jongen die zeggen " ik trek me dat niet aan" en die gaan dat dan wel doen. Ik denk dat het vooral afhangt met hoe je hebt leren omgaan met je beperking. Sommigen hebben zich zo een leven kunnen uitbouwen dat ze eigenlijk de zaken die ze niet goed kunnen gewoon niet meer moeten doen. Je moet als volwassene niet meer gaan sporten Als je dat niet kunt. Je moet niet meer schrijven Als je dat niet kunt. Als je niet goed kunt koken ... en je hebt een vriendin die kookt ... Waarom zou je het dan nog doen? Dan lijkt het wanneer je ouder bent dat je minder problemen hebt. Maar dat wil niet zeggen dat de problemen er niet meer zijn. Maar dat is afhankelijk van hoe je verder uitgroeit.*

**Maar zou er dan toch nog tools of tips kunnen zijn om het dagelijkse leven makkelijker te maken? Om er eigenlijk iets aan te doen zodat ze het niet vermijden als ze het niet kunnen.**

*Je zou kunnen zeggen ... er bestaan voor bepaalde dingen/taken In het leven ... koken en snijden ... bestaat er handiger materiaal. Ik denk aan een appel in 4 delen. Daarvoor bestaat er iets wat je over je appel kan zetten. Dat zijn dingen die je kan aanraden. Maar het is niet zo dat je iets hebt waardoor je geen DCD meer hebt. Je kan een hulpmiddel geven maar je moet de vaardigheid nog altijd wel leren. En iets nieuws leren op volwassen leeftijd is hetzelfde als je iets moet leren op kinderleeftijd. Je gaat er evenveel moeite mee hebben. Maar een jongere die vroeger heeft leren zijn appel schillen en snijden, gaat dat perfect op latere leeftijd ook kunnen. Iemand die dat nog nooit heeft gedaan ... en die moet op kot ... hij moet zijn eigen potje koken en zijn groente snijden. Die zal daar problemen mee hebben.*

**Maar als we de handeling minder complex maken, als dat mogelijk zou zijn, dan kan dat wel helpen?**

*Ja. Ik weet niet wat je met groente zou kunnen aanraden. Maar als je zelf geen groente moet snijden en je haalt gesneden groenten uit de winkel. Dat zou je kunnen doen. Veel jongeren met DCD haalt gewoon klaargemaakte maaltijden. En je stopt het gewoon in de oven. Dat is uw probleem omzeilen. Van mij mag je 100% omzeilen maar dan zou ik aan de ouders uitleggen "opgelet! Klaargemaakte maaltijden halen. Daar zitten te veel calorieën in en dat is weer naar gezondheid toe een probleem.". Dat zie je vaak bij mensen met DCD dat ze veel sneller kant en klare dingen gaan eten om hun problemen te vermijden. Je weet dat het risico op obesitas veel groter is voor mensen met DCD.*

### Sport

**U heeft al kort aangehaald dat bijvoorbeeld adolescenten als ze volwassen zijn sport kunnen vermijden Omdat ze daar problemen mee hebben. Maar wat zijn dan zo meest specifieke sporten waar ze echt problemen mee hebben?**

*Alle nieuwe sporten die ze op dat moment moeten aanleren van voetbal, tennis, badmintont, korfbal. Al die nieuwe dingen ... als ze dat nog nooit gedaan hebben ... gaan wat problemen geven. Ik heb nu een jongen van 18 die van zijn 7 of 8 jaar tennisles volgt. Die alles stap voor stap heeft aangeleerd ... die tennist nu wel goed. Dus zeer veel hangt af van wat ze voor hun volwassen leeftijd hebben aangeleerd. Ik heb een jongen die voetbalt ook van zijn 5, 6 jaar. Hij is wel keeper maar die doet dat behoorlijk goed.*

**Zo dat zijn meer problemen ervaren bijvoorbeeld bij ploeg sporten in plaats van individuele sporten?**

*Ja sowieso. Het is moeilijker om in ploeg sporten omdat je ook rekening moet houden met de andere spelers. En bij individuele sporten ... Ik denk ... de meest gemakkelijke sport voor iemand met DCD is wandelen. Individueel daar moet je niet zo veel bij reageren. Alles waar je snel gaat mee moeten reageren/anticiperen gaat moeilijker zijn. Maar Als je het geleerd hebt als kind zal je dat als volwassene ook kunnen.*

**En als we dan kijken naar leerlingen In het middelbaar daar kunnen ze zich, bij de les LO, de sport niet echt mijden zoals volwassenen kunnen doen. Hoe zouden we dan de lessen LO iets toegankelijker kunnen maken voor Mensen met DCD?**

*Ik denk vooral zorgen voor een sportleerkracht die veel begrip toont, quoteert op de inzet en niet op het resultaat. Ik ga heel vaak naar scholen ... uitleg gaan geven "waarom is het belangrijk in je latere leven dat je een koprol kan maken, dat je over een plint kan springen, dat je een handenstand kan maken.". Dan vraag ik aan de ouders "heb je dat nog nodig als volwassene?". Het is enkel belangrijk als je sportleerkracht wilt worden of kinesist wilt worden maar voor de rest niet. Kijk naar het latere leven "wat*



belangrijk is". En dan vraag ik aan de leerkracht om een aantal zaken, wat echt niet lukt, om dat dan niet te vragen aan een kind met DCD. Je kan je sportlessen perfect inrichten waarbij het niet echt opvalt dat iemand met DCD een andere taak heeft. Je wilt bijvoorbeeld een wedstrijdje voetbal doen. Zet het kind met DCD in de goal bijvoorbeeld. Dan moet je al minder bewegen tussen de anderen. Laat hem de punten bij houden. Hij is dan de scheidsrechter die van de zijlijn toekijkt. Men kan dat perfect oplossen. Maar er moet dan een beetje begrip zijn van de leerkracht. En omdat het nog steeds een vrij onzichtbare stoornis is, is dat nog altijd vrij moeilijk.

### Sociale vaardigheden & mentale gezondheid

**Onderzoek toont ook wel aan dat volwassene met DCD hinder kunnen ondervinden met een sociale vaardigheden. Klopt dat ook met uw bevindingen vanuit de praktijk?**

*Ja ik merk bij meisjes bijvoorbeeld dat uitgaan meer wordt vermeden want hun haar mooi maken, make up doen, zich schminken ... Sommigen kunnen dat echt niet en dan gaan ze niet weg omdat dan te vermijden. Omdat ze dat niet kunnen. Pas op. Dat is weer zeer afhankelijk van volwassene tot volwassene. Maar dat zijn wel dingen die je hoort. Gaan eten bijvoorbeeld of een activiteit waar bij je moet uitgaan of waar veel vaardigheid voor nodig is, gaan ze dan vermijden. Ik denk naar de cinema gaan dat dat wel zou lukken. Dat is zeer afhankelijk van wat er gedaan wordt.*

**Hoe zouden we dan de sociale vaardigheden kunnen omschrijven van een adolescent met DCD? Hoe komen die sociaal over?**

*Ha ha ha. Je gaat dat niet zien aan iemand. Een volwassene met DCD in sociale omgang die gaat dingen vermijden dat ga je merken. Maar als iemand verbaal sterk is ga je dat niet merken. Als het Alleen DCD is. Als je nog een zeer belangrijke taal- of spraakstoornis hebt of het autismespectrumstoornis zul je andere dingen zien.*

**Dus het feit is ... als ze minder sociaal zijn heeft puur te maken met vrienden die bijvoorbeeld een activiteit kiezen wat ze liever willen vermijden?**

*Ja. Het is ook iets dat ze als kind minder sociale leermogelijkheden hebben gehad. Ze hebben niet als kind heel veel buiten gespeeld, met vrienden op de straat. Daar zat al het probleem. Omdat het moeilijk was. Dus ze hebben al die sociale kansen minder gehad dus ze zijn gewoon minder vaardig op volwassen leeftijd. Ze hebben veel minder oefenkansen gehad.*

**Voelen adolescenten met DCD zich ook wel eens sociaal geïsoleerd? En hoe komt dat dan?**

*Dat denk ik zeker. Omdat ze minder van jongs af aan veel minder sociale kansen gehad hebben.*

**Dus dat heeft invloed op de vrienden en het aantal vrienden?**

*Ja zeker. Wat ik vaak zie is dat ze één of twee goede vrienden hebben maar zo echt een hele groep vrienden ga je denk ik minder zien bij hen.*

**Puur omwille van wat er zich vroeger heeft afgespeeld? Dat trekt zich door op latere leeftijd?**

*Ja. Heel veel hangt ook af van de thuissituatie. Hoe ben je daar ook in opgegroeid? Ben je beschermend opgevoed. Wat je meer gaat zien bij kinderen met DCD dat ouders heel beschermend zijn. Ze voelen dat er iets is. Ze zijn vaak wat angstiger. Angsten en depressies komen ook meer voor bij die jongeren. Iemand die angsten bij heeft, gaat niet buitengaan. Dat zijn ook factoren die daarbij meespelen.*

**En voor die mentale problemen, zoeken ze daar dan ook, in het algemeen, psychologische hulp voor?**

*Ik denk ... je zoekt pas hulp als je het ook merkt en weet van uw eigen. Dat je het een beetje kan toegeven. Er zullen er zeker zijn. Dat is een persoonlijke keuze. Dat is niet anders dan bij andere mensen. Mensen met DCD gaan niet per se sneller hulp zoeken.*

#### Slot interview

**We willen graag nog een vraagje stellen. Wat zijn volgens u de ondersteuningsmaatregelen of hulpmiddelen die er nog ontbreken voor studenten met DCD?**

*Voor mij niet echt "Met dat zullen ze gered zijn". Maar ik denk vooral de hulpmiddelen die ze hebben ... als ze die mogen gebruiken zoals een computer, zoals bepaalde stappenplannen als het nodig is.*

## **7.4 Bijlage 4: Creatief eindproduct (beschrijving)**

Het creatief eindproduct dat gekoppeld is aan dit onderzoek is een brochure om leerkrachten te helpen hoe ze DCD kunnen herkennen en hoe ze met deze personen moeten omgaan. Uit dit onderzoek is gebleken dat DCD een onderbelichte stoornis is die toch de nodige aandacht en ondersteuning verdient. Met deze brochure hoopt men meer gewaarwording en begrip te creëren, onder de leerkrachten, voor DCD.