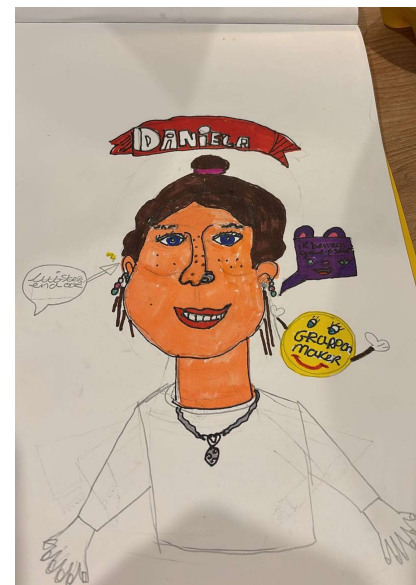
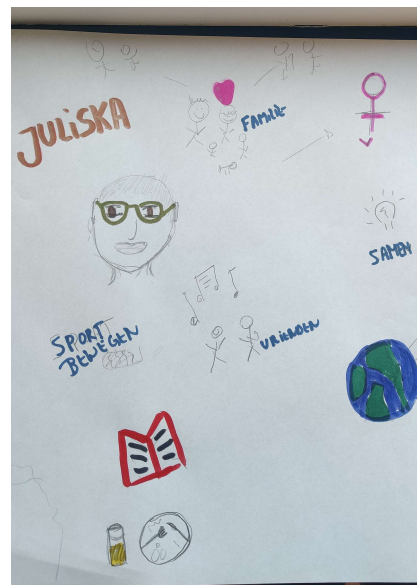
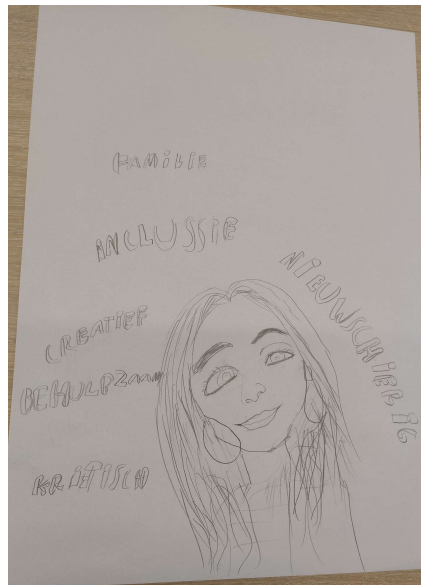


Onderzoeksgroep inclusief onderzoek over zich verplaatsen in en rond de stad



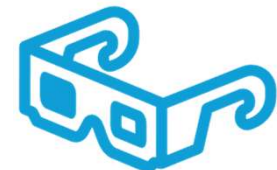
Overzicht presentatie



Wat deden we?
Overzicht sessies



Visuele data



Onderzoeksvraag en
resultaten

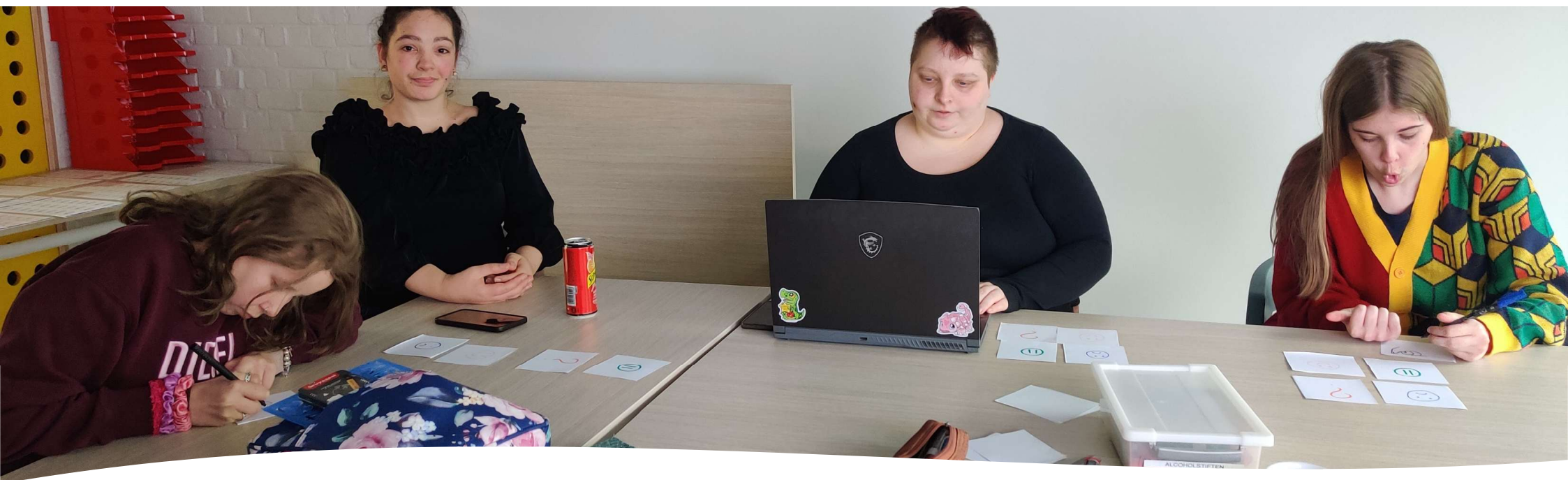
1. Hoe hebben we het gedaan?





voortraject

- Individuele gesprekken elkaar en elkaars talenten leren kennen, vraag verfijnen: Eerst met Daniela
- °Idee onderzoeksgroep → Juliska doet oproep in babbelbox en in overleg met coachen
- Wie komt erin: Nina, Elena, Laurel, ook met hen een individueel gesprek



Sessie 1: 13/02/2026

- Kennismaking met elkaar en talent-Wat hebben we nodig van elkaar om samen te werken?
- kennismaking met het project Wat is dat een onderzoek? -Waarom doe je mee?
- Wat gaan we doen? Wat willen we volgende keer doen? - opdracht voor tijdens vakantie bepalen

Sessie 2: 27/02/2026 in de zon

- Vorige sessies: wat hebben we onthouden
- Spontaan: wat willen we doen met het onderzoek?
- Ervaringen van verplaatsen delen (zie huistaak)
- Volgende stap in onderzoek bepalen: we gaan op uitstap naar de botanische tuin



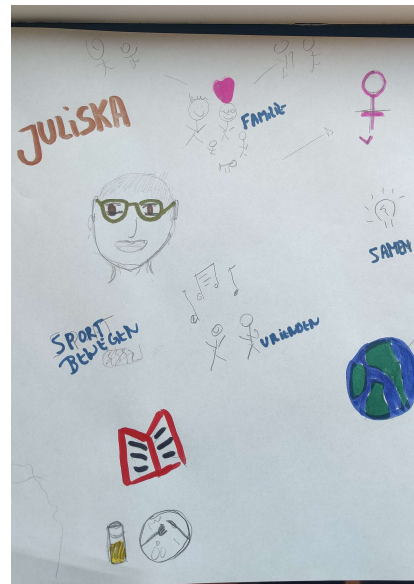
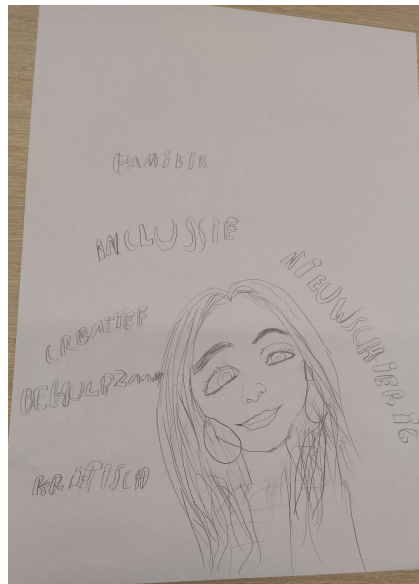
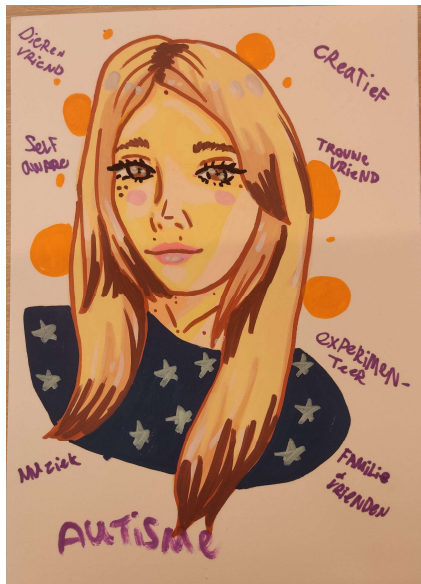
Sessie 3: het regent

- Samen proces vormgeven : het regent, wat doen we?
- Voorwaarde inclusief onderzoek: hoe kijken we naar handicap- reflectie
- Data verzamelen: Ervaring verplaatsing thuis- trainingscentrum tekenen ons traject
- Data analyseren: gemeenschappelijke reflectie



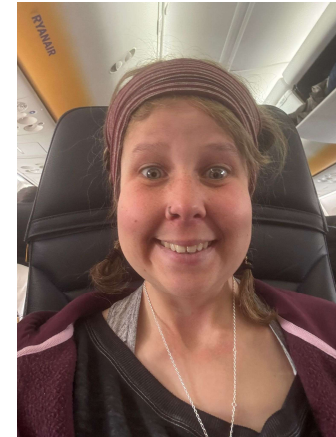
Sessie 4 20/03: portret en analyse

- Voorwaarde inclusief onderzoek; onszelf definiëren, portret tekenen en uitleg
- Analyse over het proces: wanneer is ons onderzoek inclusief of niet?



Sessie 6 02/04: op uitstap

- Afsluiten met drankje
- Reflectie: Wat na het onderzoek?





2. Visuele data

Talenten benoemen sessie 1

JULISKA

bewuste beweger,
foutenspeurneus,

Doordenker

Sterkte Architect,

Kennispons

Luisterend Oor



DOORDENKER



FOUTENSPEURNEUS



BEWUSTE BEWEGER



KENNISSPONS



STERKTEARCHITECT

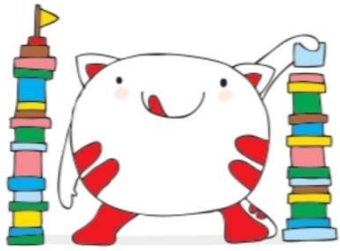


VERTROUWELING

ELENA

bewuste beweging,
Kennispons,
Ontstaansbegrijper,
Creatieve maker





DOORZETTER



DOORDENKER



POSITIVO



MOOIMAKER



BRUGGENBOUWER

LAUREL

Doorzetter
Doordenker
Positivo,
Bruggenbouwer
Mooimaker,
Kennisspons,
Creatieve Maker.
Stille Helper,
Foutenspeurneus



KENNISSPONS



FOUTENSPEURNEUS



CREATIEVE MAKER



STILLE HELPER

DANIELA

Creatief,

Luisteren

Observeerder,

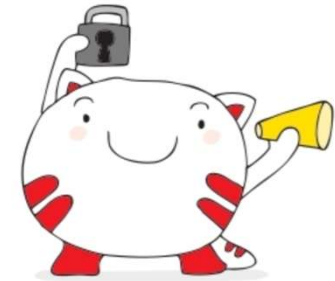
Groepsdier,

Grappenmaker

Ideeënfontein.



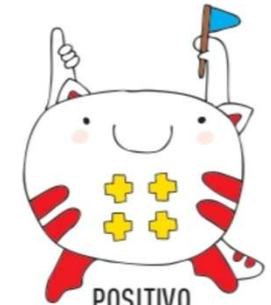
IDEEËNFontein



VERTROUWELING



GROEPSDIER



POSITIVO



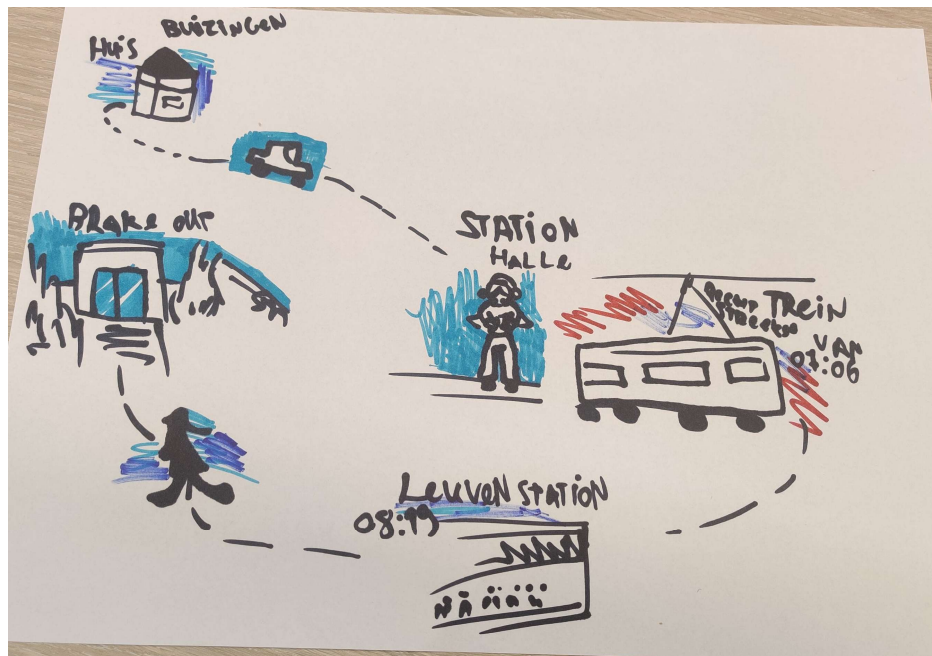
CREATIEVE MAKER

NINA:

Creatieve Maker,
Trouwe vriend,
Openbloeier,
Stille Helper



Traject tekenen sessie 3



ging met de auto, dan de trein dan de bus



Wanneer loopt het goed

- Wanneer er rust is, weinig mensen
- wanneer ze op de trein een eigen zitplaats –liefst niemand naast haar heeft en muziek kan luisteren. Vandaag zat er wel iemand naar haar en toch ok
- In de buurt van Brake out want herkenbaar
- Wanneer ze haar eigen tempo kan houden, zoals tijdens lange wandeltrajecten



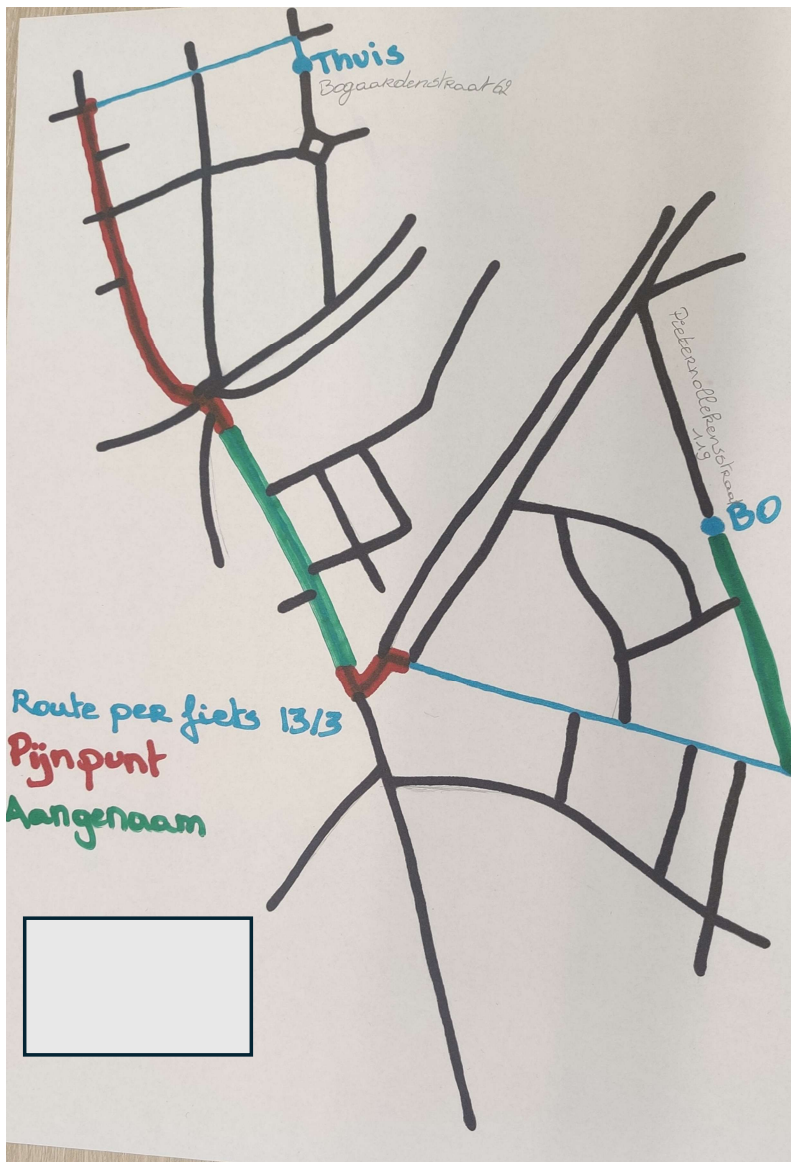
Het wordt moeilijk

- bij drukte,
- mensen die te dicht komen of “pushen”
- Op momenten waar het snel moet gaan en anderen stress hebben
- Als je je aandacht moet houden, vb station Leuven



Leuke mini interacties

- Vriendelijke meisje dat lacht
- Conducteur die niet raar doet als ze zegt dat ze autisme heeft
- Conducteur die mopje maakt Ninja



gebruikte haar **driewielerfiets**, zonder versnellingen
Door driewielerfiets voelt ze zich nooit “normaal”, mensen steken voorbij, ze voelt zich zichtbaar anders en kwetsbaar in het verkeer.



Wanneer voelt het aangenaam

- op stukken waar er rust is,
- een afgescheiden fietspad,
- weinig verkeer
- Heldere regels



Het wordt moeilijk op de rode gevaarpunten:

- drukke kruispunten
- Fietssuggestiestroken
- onduidelijke voorrangssituaties,
- plekken waar auto's of fietsers te dicht komen
- extra beladen: plaats van ongeval .



Micro-interactie: een andere fietser die zei “ge moet soms voorrang nemen” → awkward maar tegelijk helpend.

wandelt naar het station en neemt de trein vanuit Genk.
Dat doet ze vaak: naar brake out (Leuven), platform K
(Brussel) of met vriendin (Hasselt)



voelt zich goed

- op voorspelbare, rustige trajecten:
- Vb haar 5-minutenwandeling naar het station, vaste treinroutes en momenten waarop ze een zitplaats heeft.
- Ze plant graag en heeft meerdere apps (NMBS, De Lijn, Google Maps).

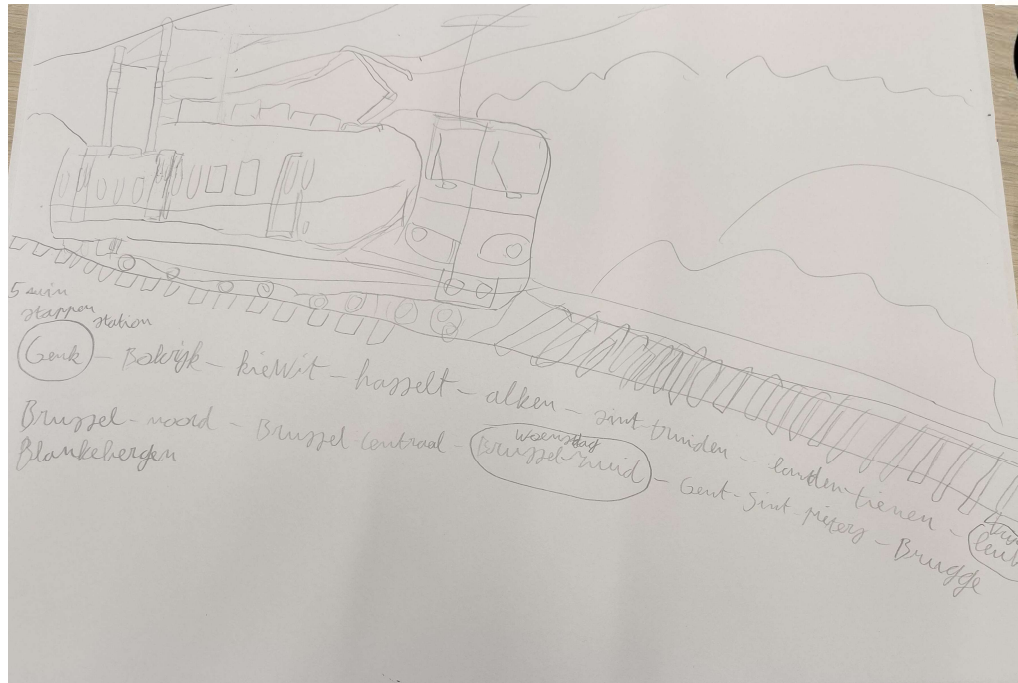


Het wordt moeilijk

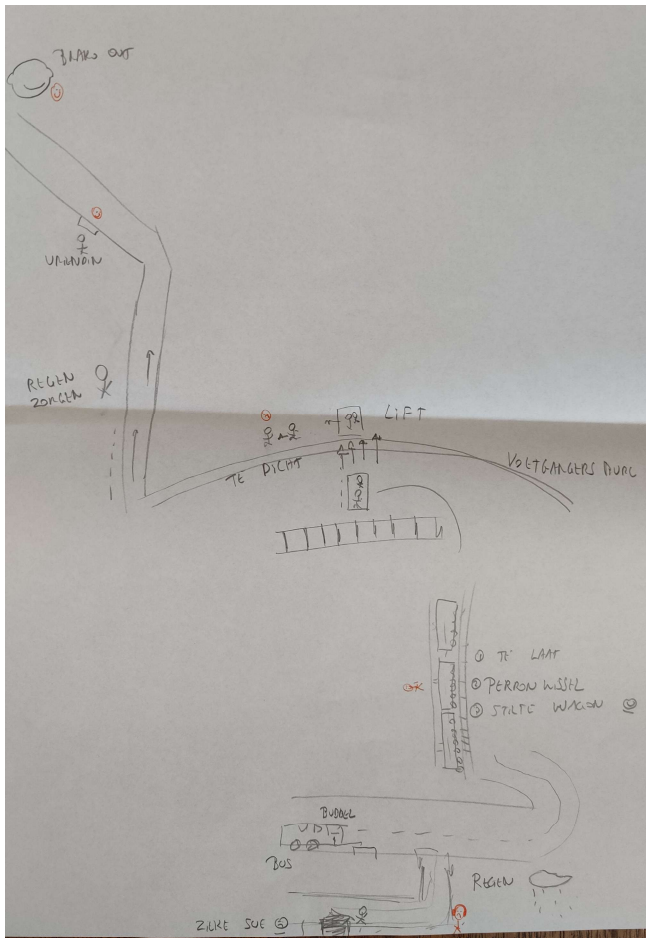
- Bij drukte— overvolle bussen of treinen maken haar letterlijk fysiek ongemakkelijk en benemen haar adem.
- Bij onverwacht en gevaarlijk verkeer (zoals auto's die niet stoppen aan een zebrapad) doorbreekt haar gevoel van veiligheid en rust.
- Bij verandering



Soms komt ze iemand tegen op straat, dat vindt ze wel ok maar enkel als ze tijd heeft



Juliska



Juliska vertrok van thuis met de bus, dan de trein Brussel-Leuven, dan stappen naar brake out



Aangenaam:

- stiltewagon → rust, geen gesprekken, voorspelbaar.



Moeilijk:

- vertrekken met zorgen (ziek kind),
- harde regen die toeneemt,
- mensen die in de lift en op de voetgangersbrug te dicht komen,
- piekeren over de planning.

→ niet alleen verkeer maar ook drukte, nabijheid van andere mensen en zorgen van thuis invloed hebben.

 **Ervaring:** “Ja. Ik ben..in Oostende geweest. En daar moest ik zelf een bus pakken. ... Ik ben er weleens geweest met mijn ouders Maar nooit alleen. Dus ook geen bus gepakt. .. Dat zijn allemaal nieuwe plekken waar ik dacht, amai”

Gevoelens voor tijdens en na de uitstap

- “Ik had zo'n heel spannend gevoel.”
- “Dat is een uitdaging.”
- “Maar achteraf had ik ook wel een heel trots gevoel.” -“Blij dat ik op mijn bestemming ben geraakt.” “Dan heb ik ook wel zo'n rustig gevoel.” -“-En ook zo die vrijheid erin. Je hebt het wel alleen gedaan. En je hebt zo heel...Dat proces helemaal alleen. In je eentje gedaan”.

Behoeftes en hoe je probeert ze te vervullen

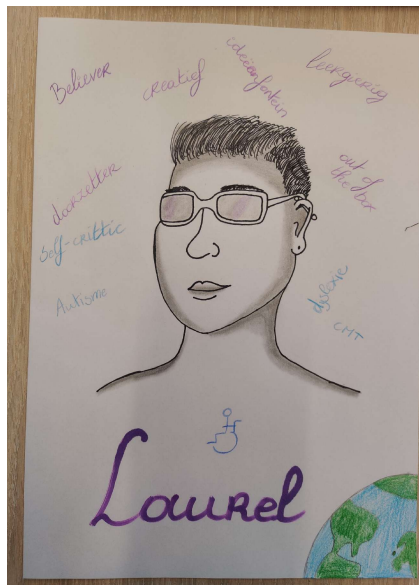
- “Ik moet eerst rustig worden... eer dat ik kan nadenken.” -“Door stress... kun je ook niet goed nadenken.”
- “Zeker voorbereid zijn voordat je vertrekt... dat is altijd heel belangrijk.” -“Dat creëert minder chaos.”
- “Het helpt mij natuurlijk ook om Google Maps te gebruiken.”
- “Dat helpt mij om door heel die proces in te gaan.”
- “Wat ik vooral ook vond, is dat er altijd wel steun was....Ik mocht altijd wel bellen, moest er iets zijn.”

→ “Ja. Ik had zo'n heel spannend gevoel. Omdat dat heel nieuw is. En ik dacht. Dat is een uitdaging. Maar achteraf had ik ook wel een heel trots gevoel. Ja. Oké, ik heb het gedaan. Ik heb het kunnen doen”



Portet tekenen sessie 4

Laurel



Wie ben ik?

- “Ik ben een ideeënfontein.”
- “Ik denk out-of-the-box.”
- “Ik ben ook zwart-wit.”
- “Ik heb mijn diagnoses erbij gezet... die bepalen mij niet, maar ze zijn wel belangrijk.”
- “Het is moeilijk om positief over mezelf te denken.”

Wat heb ik getekend?

- Kleuren voor de tegenstrijdigheden: *zwart-wit én creatief/out-of-the-box*.
- Woorden zoals *believer, creatief, self-critisch, autisme, ...*

Hoe zie ik mezelf als onderzoeker?

- “Ik denk heel breed en vanuit veel invalshoeken.”
- “Maar sommige dingen zie ik gewoon niet.”
- “Voor mijn eindwerk was het moeilijk om het grote geheel en de details tegelijk te zien.”

Wat anderen over Laurel zeggen

- “Ze brengt ideeën waar ik zelf niet aan dacht.”
- “Ze zegt eerlijk wat ze voelt of mist.”
- “Ze gebruikt haar ervaringskennis op een waardevolle manier.”

Nina



Wie ben ik

- "Ik heb autisme. Dat is wat ik heb."
- "Ik ben creatief."
- "Ik experimenteer meer nu — met tekenen en met mijn kleren."
- "Het is alsof ik mijn eigen avatar word."
- "Ik ben een trouwe vriend."
- "Ik ben zelfbewust. Ik weet dat ik niet perfect ben."
- "Ik kan nadenken over mijn fouten en reflecteren."

Wat heb ik getekend?

- "Eerst vond ik het niet mooi, maar nu wel."
- Woorden rond haar: *creatief, self aware, trouwe vriend, experimenteren, muziek, dieren vriend, familie/vrienden, autisme.*

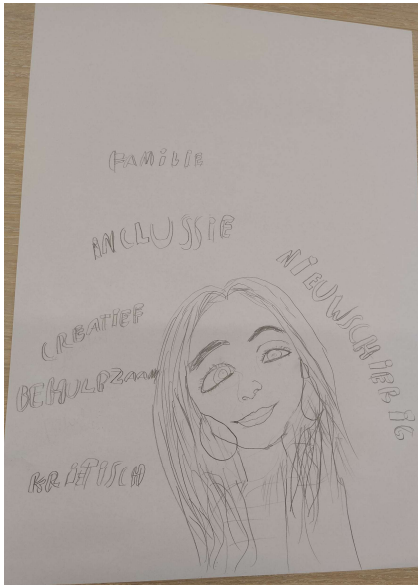
Wat breng ik mee als onderzoeker?

- "Tekenen."
- "Mijn mening."

Anderen over haar:

- "heel creatief",
- "zelfkritisch",
- "kritisch."
- Eigen ideeën vb micromomentje, discriminatie

Elena



Wie ben ik?

- “Ik leer dingen snel op.”
- “Ik ben heel nieuwsgierig.”
- “Ik vind inclusie belangrijk. Iedereen moet kunnen meedoen in de maatschappij.”
- “Ik ben een behulpzaam persoon.”
- “Ik ben ook kritisch.”

Wat heb ik getekend?

- Woorden rond haar portret:
- *Inclusie*
- *Nieuwsgierig*
- *Kritisch*
- *Creatief*
- *Behulpzaam*

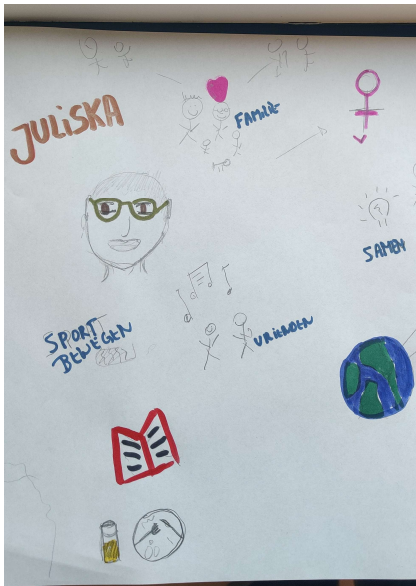
Hoe zie ik mezelf als onderzoeker?

- “Ik wil graag meer dingen weten.”
- “Ik ben nieuwsgierig en ik pak dingen snel op.”
- “Ik vind inclusie in de wereld belangrijk — ook in onderzoek.”

Wat anderen over haar zeggen

- “Ze ziet dingen snel en praktisch.”
- “Ze neemt initiatief. Ze was de eerste die zei: ‘Met dit weer kunnen we niet naar buiten, we moeten iets anders doen.’”
- “Ze heeft een positieve ingesteldheid: als we iets vragen, dan doet ze mee.”

Juliska



Wie ben ik

- “Ik ben niet neutraal... mijn ervaringen spelen mee.”
- “Ik ben Juliska, dat is mijn studie, en van daar vertrek ik.”
- Mijn familie en vrienden zijn heel belangrijk

Wat heb ik getekend

- Alles wat ik fijn vind, teken, lezen, dansen, mijn familie, etc.

Hoe zie ik mezelf als onderzoeker?

- “Ik probeer het samen te doen.”
- “Het is spannend omdat ik dit nog nooit op deze manier heb gedaan.”
- “We gaan kijken wat past bij elkaar en wat niet... en dat samen beslissen.”

Wat zeggen anderen over mij (in de sessie)?

- Je maakt ruimte voor iedereen om te spreken.
- We zijn niet het subject en dat voelt goed
- Je ben kalm en lief
- ideenfontijn
- Je helpt leiding geven en richting geven

Daniela



1 moment uitgelicht sessie 5

 **Ervaring:** “Ja. Ik ben..in Oostende geweest. En daar moest ik zelf een bus pakken. ... Ik ben er weleens geweest met mijn ouders Maar nooit alleen. Dus ook geen bus gepakt. .. Dat zijn allemaal nieuwe plekken waar ik dacht, amai”

Gevoelens voor tijdens en na de uitstap

- “Ik had zo'n heel spannend gevoel.”
- “Dat is een uitdaging.”
- “Maar achteraf had ik ook wel een heel trots gevoel.” -“Blij dat ik op mijn bestemming ben geraakt.” “Dan heb ik ook wel zo'n rustig gevoel.” -“-En ook zo die vrijheid erin. Je hebt het wel alleen gedaan. En je hebt zo heel...Dat proces helemaal alleen. In je eentje gedaan”.

Behoeftes en hoe je probeert ze te vervullen

- “Ik moet eerst rustig worden... eer dat ik kan nadenken.” -“Door stress... kun je ook niet goed nadenken.”
- “Zeker voorbereid zijn voordat je vertrekt... dat is altijd heel belangrijk.” -“Dat creëert minder chaos.”
- “Het helpt mij natuurlijk ook om Google Maps te gebruiken.”
- “Dat helpt mij om door heel die proces in te gaan.”
- “Wat ik vooral ook vond, is dat er altijd wel steun was....Ik mocht altijd wel bellen, moest er iets zijn.”

→ “Ja. Ik had zo'n heel spannend gevoel. Omdat dat heel nieuw is. En ik dacht. Dat is een uitdaging. Maar achteraf had ik ook wel een heel trots gevoel. Ja. Oké, ik heb het gedaan. Ik heb het kunnen doen”



 **Ervaring** “Ik ben eigenlijk de eerste keer (allen) in de trein ben gegaan, want toen heb ik me ingeschreven om naar Kunstacademie Aalst te gaan. Dat was in 2024, zo in oktober. Want ik had in het begin ook een rechtstreekse trein van Aalst tot en met Halle. Maar dat was na de kerstvakantie helemaal afgeschaft. De trein was er ook niet meer, dus ik moest leren overstappen.”

Gevoelens voor en tijdens en na traject

- Vooraf “..., dus ging ik naar een nieuwe school gaan twee keer in de week. Een nieuwe verandering, een nieuwe ritme...”
- “En ik weet nog toen dat ik heel nerveus was die dag. En ik had al heel veel stress. En ik had een beetje het gevoel dat het niet goed zou aflopen, dat die mensen gaan mij raar bezien en dit en dat.”
- “Ik was gefrustreerd van de verandering van de trein. ..dat ik opnieuw iets nieuws moest leren om overstappen. ... M'n routine is helemaal naar de zak en ik moet opnieuw... Toch weer nieuwe stress en ik moet iets nieuws leren”.
- “...overprikkeld .. als er iemand ambetant was op de trein, of een baby die aan het krijsen was, of een kind die zich niet kon gedragen of iemand die luid praatte”

Behoeftes en hoe je probeert ze te vervullen

- Samen leren ontdekken: “En ook hoe je met de NMBS app moest werken. En hoe dat allemaal werkte. “- Mijn moeder heeft mij eerst... leren hoe je met de trein moet gaan.”
- Dus ik voelde me veilig met mijn ouder, die mij toen heeft geleid van, op welke perron moest ik weer gaan en
- Maar nu gaat het (lacht). Als ik wel een beetje stressig ben, als ik een beetje nood heb om te babbelen of stress dan bel ik mijn mama ofzo , met mama kunnen babbelen of lachen dat helpt.

Ervaring

En dan zei mijn begeleiding dat ik nog door de dokter moest laten invullen zo snel mogelijk, omdat het zo snel mogelijk moest opgestuurd worden. Dus onverwachts moest ik op maandag dan mijn afspraak maken.



Gevoelens

- Moest ik nog in alle rapte over het weekend kijken van, oké, welke bus moet ik pakken wanneer? Waar moet ik naartoe gaan? Oké, dat is goed. Wat moet ik allemaal meepakken? Aa, dit, dat, dees.
- “Dus echt zo alle voorbereidingen doen, wat ook wel redelijk zwaar was.”
- “Dan had ik ervoor gekozen om mijn hulpmiddel niet mee te pakken om te stappen, waardoor het te zwaar was om te stappen, waardoor ik dan na de doktersafpraak een taxi moest bellen en met de taxi terug naar huis moest gaan.- “Ik voelde me wat te trots... ik moet dit kunnen.”
- “Ik was wat vijandig naar mezelf toe.”

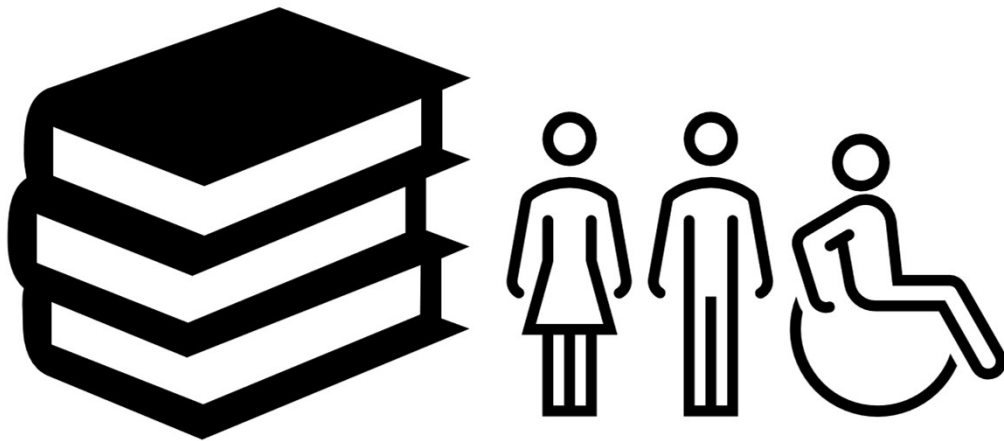
Behoeftes

- “Ik had nood aan ondersteuning.” -“Samen met mijn begeleiding kijken... hoe we dat aanpakken.” -“Is het wel een goed idee om zo te gaan?”
- Mezelf accepteren, mijn trots aan de kant kunnen zetten en kunnen zeggen van, kijk, ik heb nood aan ondersteuning, ik heb nood aan wat extra dingen, misschien is het geen goed idee om met de bus te gaan“
- “Dat iemand initiatief neemt... had geholpen.”

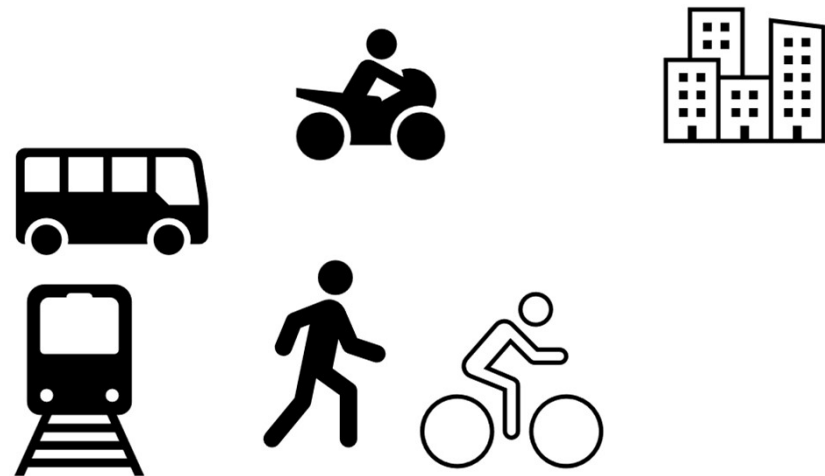
3. Resultaten onderzoeksvraag



Hoe kunnen we inclusief onderzoek doen? Wat werkt en wat niet?



Over “Wat maakt dat jullie zich erbij horen of niet in de verplaatsing om en rond de stad”





Zich verplaatsen in en
rond de stad

*de wereld is niet gemaakt voor ons <> “niet
allemaal negatief,”*

1. Omgaan met drukte en teveel prikkels



		
- rustige omgeving - weinig mensen genoeg persoonlijke ruimte - weinig prikkels → Voelt goed en in controle rustig	- drukke plaatsen - veel mensen dicht bij elkaar - veel prikkels (geluid, beweging, licht) → zich overweldigd voelen stress spanning gevoel van controle verliezen	- koptelefoon of oortjes - bellen met iemand die ze kennen - drukke momenten vermijden - rustigere routes of plaatsen kiezen → Vertrouwen en controle

2. Het belang van de mensen rond ons



		 
- vriendelijk begroet worden - iemand die glimlacht of hallo zegt - hulp krijgen op een respectvolle manier - behandeld worden zoals iedereen → Goed gevoel	- mensen die staren - uitgelachen worden - betutteld aangesproken worden - behandeld worden als “anders” → zich gekwetst voelen onzekerheid verdriet,	Hulp van anderen: soms dubbel •soms wordt hulp gewaardeerd •soms voelt hulp te opdringerig •soms voelt het kleinmakend of infantiliserend

3. Controle en voorspelbaarheid



		 
- weten hoe de verplaatsing zal verlopen - voorspelbare route - duidelijke informatie - weinig veranderingen - onderweg zelf tempo en route kunnen bepalen	- onverwachte veranderingen - vertragingen of omleidingen - onduidelijke of alleen schriftelijke info - openbaar vervoer met veel onzekerheid routes die plots niet toegankelijk zijn - omgeving niet aangepast → stress overweldigd zijn gevoel van controle verliezen mentale blokkering	- openbaar vervoer vermijden - routes en verplaatsingen - Plannen praktisch en mentaal - Hulpmiddelen - even stoppen en nadenken: "wat ga ik nu doen?" - samen verplaatsen met vrienden

4. Meer dan enkel een probleem



Waarom verplaatsen	Wat het kan betekenen
- deelnemen aan het dagelijkse leven - ergens naartoe kunnen waar ze willen of moeten zijn - dingen doen die belangrijk zijn (leren, werken, hobby's, sociale activiteiten)	- gevoel van vrijheid trots en voldoening autonomie: - "het zelf kunnen" - bevestiging van eigen kunnen
→ zelfstandig verplaatsen vraagt vaak leren, oefenen en ondersteuning → niet iedereen neemt op dezelfde manier deel participatie kan ook via andere vormen (bv. online contact, bewust binnen blijven) → autonomie = zelf kunnen kiezen <i>hoe</i> en <i>waar</i> je deelneemt	



Samen
onderzoek doen
wanneer werkt
dat?

Wanneer voelt dit onderzoek goed

- We kiezen hoe we naar onszelf kijken en de woorden die worden gebruikt (beperking, ondersteuningsnood, spicy, autisme..)
- Een veilige plaats waar we onze ervaringen kunnen delen
- Zorgen voor genoeg structuur, afwisselen met moment van rust en plezier en rekening houden met wat we fysiek of mentaal aankunnen
- Co-creatie: eigenaarschap krijgen en betrokken worden over de hele lijn
- Dat er iets gebeurt met het onderzoek

EINDE

