

Van je beperking een sterkte maken

Alexandre Lemaître over zijn opleiding 'Sport en Bewegen' aan Howest

Een sterk verminderde mobiliteit in de onderste ledematen en romp, en een deels verlamde linkerarm verhinderen Alexandre Lemaître (19) uit Brussel niet om de opleiding 'Sport en Bewegen' aan Howest te volgen. Het SIHO ging met Alexandre en Howest in dialoog over hun aanpak en ervaringen.

Een doordachte studiekeuze

Alexandre vertelt openhartig over zijn parcours voor de start aan Howest. 'Door een zuurstoftekort bij de geboorte heb ik motorische beperkingen. Ik heb me **als kind heel vaak anders gevoeld**. Hoewel ik in het buitengewoon onderwijs zeer goed werd ondersteund en omringd, werd de tijd er voor mij precies stopgezet. Mijn omgeving beschermde me en vermeed om mij te belasten. Ik merkte zelf dat mijn vier jaar jongere broer mij op diverse vlakken begon in te halen. Een **mentaal zware dobber** voor mij, geloof me. Mijn achterstand liep op en daar kon ik niet mee om. Ik besloot om na vijf jaar de **overstap naar het gewoon onderwijs** te maken. Die overstap was zeker niet evident.

Ook al werd ik snel aanvaard, ik kreeg vaak de schuld wanneer er iets fout liep in de groep. Hoewel ik vrienden had, voelde ik me dus niet echt aangesloten bij de groep. Vooral mijn secundaire schoolloopbaan was niet evident. Ik voelde me geïsoleerd tussen de jongere klasgenoten en had het moeilijk met de reacties van leerkrachten die me op een zeker moment mentaal onderuit haalden.

" Hoewel ik in het buitengewoon onderwijs zeer goed werd ondersteund en omringd, werd de tijd er voor mij precies stopgezet.

Ik besloot uiteindelijk om mijn diploma secundair onderwijs via de **centrale examencommissie** te behalen. Ik moet nu nog enkele vakken doen, maar startte intussen wel met een credit-contract de opleiding 'Sport en Bewegen' aan Howest. Dit omdat ik echt vooruit wil met mijn leven.'

Alexandre koos **doordacht** voor de sportopleiding. 'Alle voorbije ervaringen en reacties leerden

me om de maatschappij te begrijpen en mijn denken bij te schaven. Ooit zei een dokter: "je zal geen 500 meter kunnen stappen." Ik verzeker je, dat is best confronterend.

Ik ben sindsdien gaan focussen op de zaken waarover anderen beweerden dat ik ze nooit zou kunnen. En kijk, ik train nu om 5 kilometer te lopen in minder dan één uur, ook al loop ik daarbij wel scheef. Voor anderen is dat misschien niets, maar voor mij is dat wel **zeer intens en grensverleggend**. Ik koos ook om martial arts te beoefenen, want ik geloofde erin dat er binnen de gevechtssport jiu-jitsu een soort van respect zou zijn waarbij er niet echt naar de handicap werd gekeken. Slechts één club heeft mijn aanvraag voor training positief beantwoord. Ik ben intussen **wereldkampioen para-jiu-jitsu**.

" Mijn beperking is als het ware mijn sterkte geworden, en dat voelt écht goed

Al deze ervaringen hebben me gemaakt tot wie ik nu ben. Door

zo **intensief met sport** bezig te zijn, voel ik me niet meer gehandicapt. Mijn beperking is als het ware mijn sterkte geworden, en dat voelt écht goed. Ik wil nu mijn passie verder ontwikkelen en een coach worden voor mensen die hun **grenzen willen verleggen**. Naast atleten, wil ik gerust ook mensen met een fysieke beperking ondersteunen om het uiterste uit zichzelf te halen. Mensen met een beperking moeten er meer bijhoren.'

Een vanzelfsprekendheid

Hoewel de vraag van Alexandre om de opleiding te starten een uitdaging vormde, heeft Howest geen minuut getwijfeld om Alexandre alle kansen te geven. 'Alexandre heeft een duidelijk doel en visie. **Howest stelt inclusie voorop**. Aansluitend op het motto 'We develop people' is het evident dat we Alexandre ondersteunen om zijn doel te bereiken en hem daartoe de nodige groeikansen bieden', zegt Frederik D'hulster directeur onderwijs en internationalisering.

Charlotte Van Tuyckom opleidingshoofd 'Sport en Beweging' verduidelijkt: 'Voor studenten met een kwetsuur en topsportstudenten moeten we ook flexibel zijn en aanpassingen aanbieden. Het docententeam was eigenlijk meteen **zeer open-minded** om samen met de studentendiensten en Alexandre na te denken over zijn traject en aanpassingen. De bezorgdheden van de docenten lagen eerder op het vlak van de theoretische

modules. Gaat een voltijds traject en de verwerking van de grote hoeveelheden leerstof haalbaar zijn in combinatie met de centrale examencommissie? Maar dat loopt behoorlijk goed. We moedigen Alexandre aan om zijn diploma secundair onderwijs af te ronden. Hij volgt nu een deeltijds programma.'

Een oplossingsgerichte aanpak

Een **oplossingsgerichte aanpak** typeert Howest, en dat weet Alexandre te appreciëren. 'De docenten zeggen: "ok, je hebt een beperking, maar we gaan evenzeer inzetten op het verleggen van jouw grenzen. Net als de andere studenten, geef je aan als je iets niet kan, en dan zoeken we naar oplossingen."

Ze hebben dus oog voor mijn sterktes, maar houden ook goed rekening met mijn limieten. Wanneer er drempels naar voor komen, **bespreken we samen oplossingen**. Die sportmentaliteit van 'pushen en grenzen verleggen' is voor mij goud waard.'

“ De lat ligt niet zomaar lager, dat wil Alexandre ook niet

'De lat ligt niet zomaar lager, dat wil Alexandre ook niet', verduidelijkt Charlotte Van Tuyckom. 'De leerresultaten van de opleiding staan ook voor hem

centraal, en vanuit die context bekijken we zeer gericht hoe we Alexandre de **vooropgestelde of gelijkaardige leerresultaten** kunnen laten behalen en waar aanpassingen nodig zijn op vlak van onderwijs- en examen-activiteiten. Badmintonnen doet Alexandre bijvoorbeeld vanuit de rolstoel, maar bij zwemmen voorzien we voor bepaalde bewegingen in **vervangende onderwijsactiviteiten en aangepaste evaluatievormen**. Bepaalde zwembewegingen verwerft Alexandre op theoretisch niveau, waarbij we vervolgens gericht toetsen of hij de bewegingen in de praktijk aan anderen kan aanleren en bijsturen. De focus ligt op een **goede bewegingscoach** te worden voor het werkveld.'

Ijzeren wilskracht

De overstap is een verademing voor Alexandre. 'Het academische systeem en de mentaliteit van de docenten en studenten liggen me beter. Ik kan **open praten met mijn medestudenten en docenten**. Ze hebben begrip voor mijn situatie, en ze ondersteunen me waar nodig. Zo krijg ik hulp van mijn medestudenten bij het nemen van notities en bij verplaatsingen. We hebben vaak les op verschillende locaties, en soms kan ik mee in de wagen met een medestudent. Dat is handig, maar dat lukt uiteraard niet altijd. Ik ben ook op mezelf aangewezen, maar in Brugge is dat niet altijd evident. Omwille van de kasseien moet ik

bijvoorbeeld vaak een omweg maken. Dat vraagt niet alleen tijd, maar vergt ook extra fysieke inspanningen. En ik moet toegeven, ik heb moeite om te zeggen dat bepaalde zaken niet gaan. Ik voel soms dat ik fysiek moe ben, maar dan overtuig ik al te vaak mezelf dat ik gewoon moet doorbijten.'

Ria Vermote - coördinator sociaal beleid - herkent de worsteling van Alexandre: 'Alexandre heeft een **ijzeren wilskracht**, maar dat heeft ook een keerzijde en daar praten we ook open over met Alexandre. Het is belangrijk dat we samen met hem zijn **draagkracht en de belastbaarheid bewaken**, want we weten dat hij uit zichzelf niet aan de alarmbel trekt. Zo maakten we bij de start de afspraak met Alexandre dat we hem geregeld zouden aanspreken om gericht te overlopen hoe alles loopt.'

Regelmatig afstemmen

'Die **regelmatige afstemming** is cruciaal' verduidelijkt talentcoach Ann-Sofie Verhelst. 'Op basis van de signalen van Alexandre sturen we waar nodig bij. Zo bieden we dit semester op vraag van Alexandre **extra ondersteuning** bij de opmaak van een studieplanning en sturen we de studiemethode bij. Het nieuwe **ondersteuningsmodel inclusief hoger onderwijs** laat die flexibiliteit toe, en in het geval van Alexandre blijkt dat zeker een meerwaarde.' Alexandre beaamt: 'Howest ondersteunt mij goed. Ik ben tevreden met de overstap.'

“ Het nieuwe ondersteuningsmodel inclusief hoger onderwijs laat die flexibiliteit toe, en in het geval van Alexandre blijkt dat zeker een meerwaarde

Leren door te doen

Toegankelijkheid vormt soms nog wel een uitdaging. Brugge is mooi en tof, maar het historische kader maakt het voor mij niet altijd eenvoudig. Het vinden van een **geschikt kot** in het centrum zelf, was bijvoorbeeld niet evident, maar ook bij nieuwe bouwprojecten moet de stad meer alert zijn op vlak van toegankelijkheid. Soms kom ik in onaangepaste situaties terecht, en dat is voor iedereen vervelend.'

Charlotte Van Tuyckom verduidelijkt: 'Onze opleiding gaat door op verschillende locaties en we hebben ook veel activiteiten op verplaatsingen. We proberen eraan te denken om op voorhand steeds af te toetsen of de locatie waar de activiteit doorgaat toegankelijk is. Waar mogelijk sturen we de locatie bij, maar soms zien we zaken over het hoofd. Het is een **leerproces**. We hebben intussen geleerd dat het niet volstaat om algauw eens te bellen om te bevragen of de locatie voor een uitstap toegankelijk is. Het is niet belangrijk om zeer concrete vragen te stellen zoals de aanwezigheid van trappen, kiezelsementjes en zo meer. We

vragen nu ook vaker foto's op van de locaties gezien dat een concreter beeld geeft.'

Ook Ria Vermote bevestigt dat een **open dialoog** en **samen nadenken over oplossingen** een cruciale factor is om dit traject te doen slagen: 'Het is een meerwaarde dat we met Alexandre en de opleiding in open gesprek kunnen gaan over de specifieke noden en uitdagingen.'

'Mooi om te zien is dat ook medestudenten uit de situatie leren. Bij het organiseren van activiteiten anticiperen ze nu bijvoorbeeld zelf ook op mogelijke drempels. Dat is sterk, want die aandacht voor toegankelijkheid zal ook voor hen in het werkveld een troef zijn. Alexandre is dus erin geslaagd om het begrip voor mensen met een beperking te optimaliseren', aldus Ria Vermote.

“ Het is een leerproces

