

---

# Autisme en Onderprikkeling

2024 // Outdoor // Dennie Declercq // DDSOft vzw

---

# Inhoud

The background image shows a historic building at night, possibly a church or a large residence, with a large 'X' and the text 'NAI DU REFUGIUM EST' projected onto its facade. The building is illuminated by warm lights, and the sky is dark. The overall scene is a mix of historical architecture and modern digital art.

## Intro

Levensfasen

Prikkels als compensatie

Kennis en Erkenning

Binnen 5 Jaar?

Outro

---

# Wie ben ik?

- Dennie Declercq
- Programmeur en voorzitter  
DDSoft vzw
- Publiek Spreker
- Optimist
- #DreamingIsBelieving
- [dennie@ddsoft.be](mailto:dennie@ddsoft.be)





# Disclaimer

- Niet enkel Autisme
- Verminderd zicht, Angst-stoornis
- Fysieke ziekte net gediagnostiseerd
- Wat voor mij werkt, hoeft niet voor jou te werken



# Mijn Ouders



- PERFECT
- Zagen als kind dat typische adviezen niet werkten
- Lieten mij veel toe
- Hadden vaak tegenwind
- Zagen dat ik anders was, maar ook anders dan andere auti's

The background image shows a historic building, possibly a church or town hall, with a large, stylized 'X' and 'V' graffiti on its facade. The building is made of stone and has multiple windows and balconies. The scene is set at night, with the building's lights illuminating the surrounding area. The overall tone is dark and atmospheric.

---

Intro

# Levensfasen

Prikkels als compensatie

Kennis en Erkenning

Binnen 5 Jaar?

Outro

---



# Kind

A person wearing a white and black baseball cap is sitting in a yellow chair, looking down. The background is blurred, showing other people in a room.

- Op school werd ik veel gepest
- Ik was een blij kind als ik er niet aan dacht
- Ik deed graag familie feestjes
- Ik praatte te veel

---

# Diagnose + Trauma



- Ik was toch zo anders....
  - Ik werd niet begrepen
  - ‘Wat ik nodig had’, is niet wat ik nodig had
  - Nu nog steeds veel vragen....
-



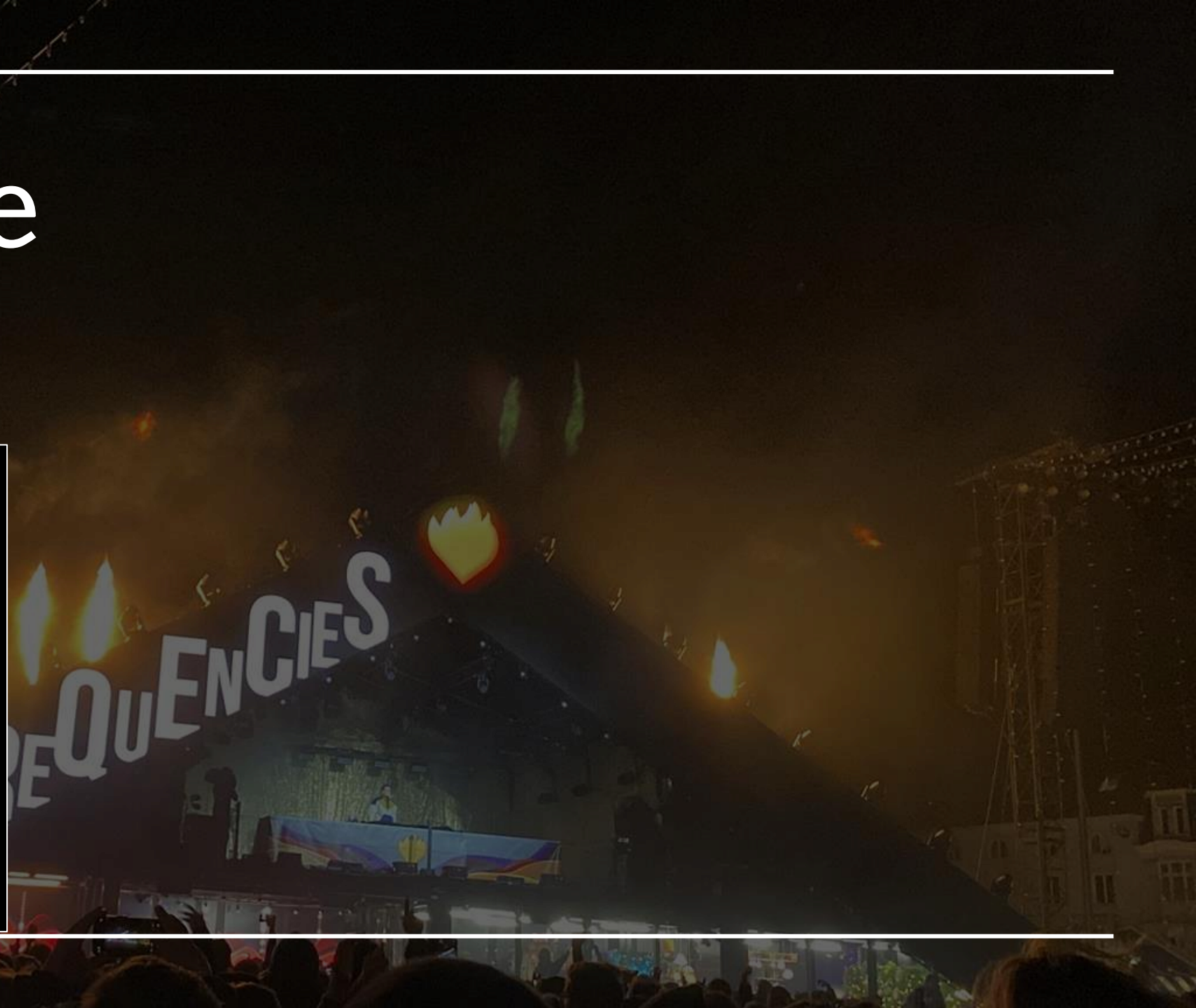
# Puber + Pijn

- Adviezen werkten niet of vaag
- Ik ging alleen naar kermissen
- Alleen iets drinken
- Ik werd nog steeds veel gepest
- En had vaak verdomd veel 'echte' pijn
- Dingen doen bleek de ideale vlucht

---

# Uitgaande Jongere

- Van 'Metal-head' naar Discotheken
- Voor de lichtshow
- Grote fuiven gedaan
- Toestemming van ouders
- Maar ook Sauna...
- En daguitstappen





# Programmeur + Ondernemer

- Mijn passie: IT
- Mijn nood: Prikkels
- Als ondernemer mix ik deze
- Eigen agenda
- Taak-afwisseling volgens interesse en noden





---

Intro

Levensfasen

# Prikkels als compensatie

Kennis en Erkenning

Binnen 5 Jaar?

Outro

---

# Samenvatting kind/Jongere

## COMPENSATIE

- Kermis
- Pretpark
- Uitgaan
- Uitstap
- Sauna
- Muziek

## MEER PROBLEMEN

- Rust
- Ont-prikkelen
- Stilte
- Afzonderen
- Te sterke planning
- Te veel afspraken



# Samenvatting nu

## COMPENSATIE

- Kermis
- Pretpark
- Uitgaan
- Uitstap
- Sauna
- Muziek
- Reizen

## MEER PROBLEMEN

- Rust
- Ont-prikkelen
- Stilte
- Te sterke planning



# Conferenties

## WAT?

- Kennis uitwisseling (+)
- Innerlijk (kennis) v.s. uiterlijk & gedrag (+)
- Onzekerheden en wachten (-)
- Prestatie gerichte stress (-)

## PRIKKELS

- De ervaring
- Tussen veel mensen zijn
- Veel praten
- Veel nieuwe ideeën

# Openbaar vervoer

## WAT?

- Verplaatsen i.f.v. slechte ogen (+)
- Schema's en tabellen (+)
- Stress voor stiptheid (-)
- Soms pijn (-)

## PRIKKELS

- Muziek in oortjes
- Door raam kijken
- Nieuwe zaken zien
- Dromen/ eigen wereldje

# Vliegen

## WAT?

- Tussen andere mensen (+)
- Hetzelfde doel (+)
- Zorg (+)
- Stiptheid & Overstappen (-)

## PRIKKELS

- Geluid
- Mensen die praten
- Licht
- Uitzichten



# Luchthavens

## WAT?

- Door security, en controles (+) (-)
- Shops (+)
- Resto 's en cafés (+)
- Architectuur en indeling (+)
- Aankondiging vluchten volgen (+)

## PRIKKELS

- Geluiden
- Visueel interessante zaken
- Blikken van mensen
- Smaken & Geuren

# Hotels

## WAT?

- ‘Thuis’ komen en slapen (+)
- In de bar iets drinken (+)
- Luxe, veel luxe (+)
- Wekker zetten op iPhone
- Bel service

## PRIKKELS

- Nieuwe omgeving
- Nieuwe indrukken
- Rust wanneer ik dat wil
- Geuren en smaken

# Musea, steden en parken

## WAT?

- Rondwandelen en ervaringen opdoen (+)
- Iets eten en/of drinken (+)
- Iets verkennen en/of tot rust komen (+)

## PRIKKELS

- Geluiden
- Geuren
- Smaken
- Indrukken



# Kermissen & Pretparken

## WAT?

- Bezoeken (+)
- Op attracties zitten (+)
- Eten en drinken (+)

## PRIKKELS

- Lichamelijke sensaties
- Geluiden
- Lichten
- Smaken & Geuren

# Zwembaden & Sauna's

## WAT?

- Bezoeken (+)
- Tussen veel andere mensen (+)
- Rust zonder alleen te zijn (+)
- Sensaties van glijbanen (+)
- Eten en drinken (+)

## PRIKKELS

- AANGENAME Lichamelijke prikkels
- Geluiden
- Geuren
- Smaken

# Optredens



## WAT?

- Bezoeken (+)
- Gewone optredens (+)
- Festivals (+)
- Buiten & Binnen (+)

## PRIKKELS

- Veel luide muziek
- Lichten
- Geuren & Smaken
- Spektakel



---

# Waarom prikkels werken

- Brengt mij uit mijn 'hoofd'
- Brengt mij uit mijn 'lichaam'
- Verzet de focus
- ALLES WAT JE AANDACHT GEEFT GROEIT
- 'Legaal' vluchten? En toch belangrijk zijn?

---

# Het financiële plaatje

- Ikzelf: Uitkering
- Conferenties betalen geen geld
- Kosten worden vergoed door conferentie
- Ik breng écht wel waarde tot de 'scene'

---

# Leven zonder compensatie

- Focus op problemen en ongemakken
- Fysiek probleem kan mentaal probleem triggeren
- Mentaal probleem wordt erger






---

# Offers & Keuzes

- Voor 'grote kost' prikkels sparen
  - Verlangen en foto's bekijken
- Liever pita bar i.p.v. sterrenhotel
- Hostel i.p.v. hotel
- Flixbus i.p.v. vlucht
- Kwantiteit boven kwaliteit



Intro  
Levensfasen  
Prikkels als compensatie

# Kennis en Erkenning

Binnen 5 Jaar?  
Outro

---

# Programmeur

*Technology + human capability  
is where the magic happens*

- Ik ben eigenlijk goed in software maken
- Ik heb unieke inzichten
- Het interesseert mij echt
- Ik kan goed uitleggen hoe het werkt



# Talentgericht

Thank you to our Speakers



- Iets waar ik goed in ben
- Ik vind de erkenning hoe goed ik ben belangrijk
- Ik zoek naar validatie
- Ik heb ook nood aan de validatie



# Dromen Is Geloven

- Ik had enkele conferenties in België gedaan als deelnemer
- Ik heb via mensen te spreken en Twitter (huidige X) onderzoek gedaan
- Ik wou wereld beroemd spreker worden
- En zeker ook naar Amerika

# Oplossing voor praten

Autism in Tech  
@DennieDeclercq // 2023 // GOTO;

- Altijd een mening gehad
- Er zijn helaas ook veel mensen zonder interesse
- Op conferenties heeft iedereen dezelfde interesse
  - Uiteraard in grote lijnen

goto;  
amsterdam



# Planning en structuur

- Conferenties zijn op zich al zeer gestructureerd
- Ik gebruik mijn kennis om het vervoer te plannen
- Thuis structureer ik zelf afwisseling werken/ prikkels opdoen
- Doe minstens 1x/ week kleine uitstap

# Een typische conferentie

A photograph of a conference event. In the center, a man is playing a banjo on a small stage. He is wearing a light-colored shirt and dark pants. To his left, a large black speaker is visible. The stage floor has a red and white striped pattern. In the background, a large crowd of people is standing and watching the performance. Some people are holding cameras. The background is dark, suggesting an indoor venue at night. There are some signs and banners in the background, but they are not clearly legible. The overall atmosphere is lively and festive.

- Vooraf: Presentatie maken
- 2-3 Dagen voor conferentie: Vervoer uitstippelen + mail naar pa
- Dag voor conferentie: Vlucht + Inchecken hotel + Uitstapje/ drankje
- Conferentie dagen: Ontbijt in hotel + volledige dag sessies + 's avonds activiteit
- Dag na conferentie: Uitstap + terugvlucht

---

# Het onmogelijke mogelijk maken

- Conferenties hebben mij al zotte 'dingen' laten doen
- Alleen vliegen
- Douane
- Border security
- Eigenlijk 'pure angsten' toch gedaan





---

# Moeilijke taken

- Voorafgaand en volgend op moeilijkere taken zorg ik voor extra prikkels
- Muziek tijdens moeilijke taken

---

# Een opschepper

- Er wordt gezegd dat ik een opschepper ben
- Ik ben gewoon trots op wat ik heb opgebouwd
- Ik moet ook veel uitleg geven aan mensen



# Soms TE VEEL prikkels?

- Hier ben ik nog naar opzoek
- Sommige mensen (ouders/ coaches) zeggen van wel
- Zelf heb ik het gevoel dat het niet anders kan (op dit moment)



# Vertrouwen



- Is voor mij het belangrijkste
- Vertrouwen dat een verkeerde (prikkel) keuze niet afgestraft word
- Ont-prikkelen mij niet opgelegd wordt
- Dat ik kansen blij krijgen (om mijn handleiding verder uit te bouwen)

# Falen

The background image shows a multi-level indoor amusement park. In the center, a roller coaster with a blue track and purple supports winds through the space. To the left, a Ferris wheel with a colorful, starburst-like center is visible. The structure is made of a complex metal framework. On the right, there are colorful murals on the walls, including one of a cartoon character. The floor is polished and reflects the lights. A few people can be seen walking in the lower level.

- In 2017 in paniek aanval met avond bus 's nachts naar huis gekomen uit London
- Een slechte conferentie talk geven
- Financiële blunders



---

# Inhoud

Intro

Levensfasen

Prikkels als compensatie

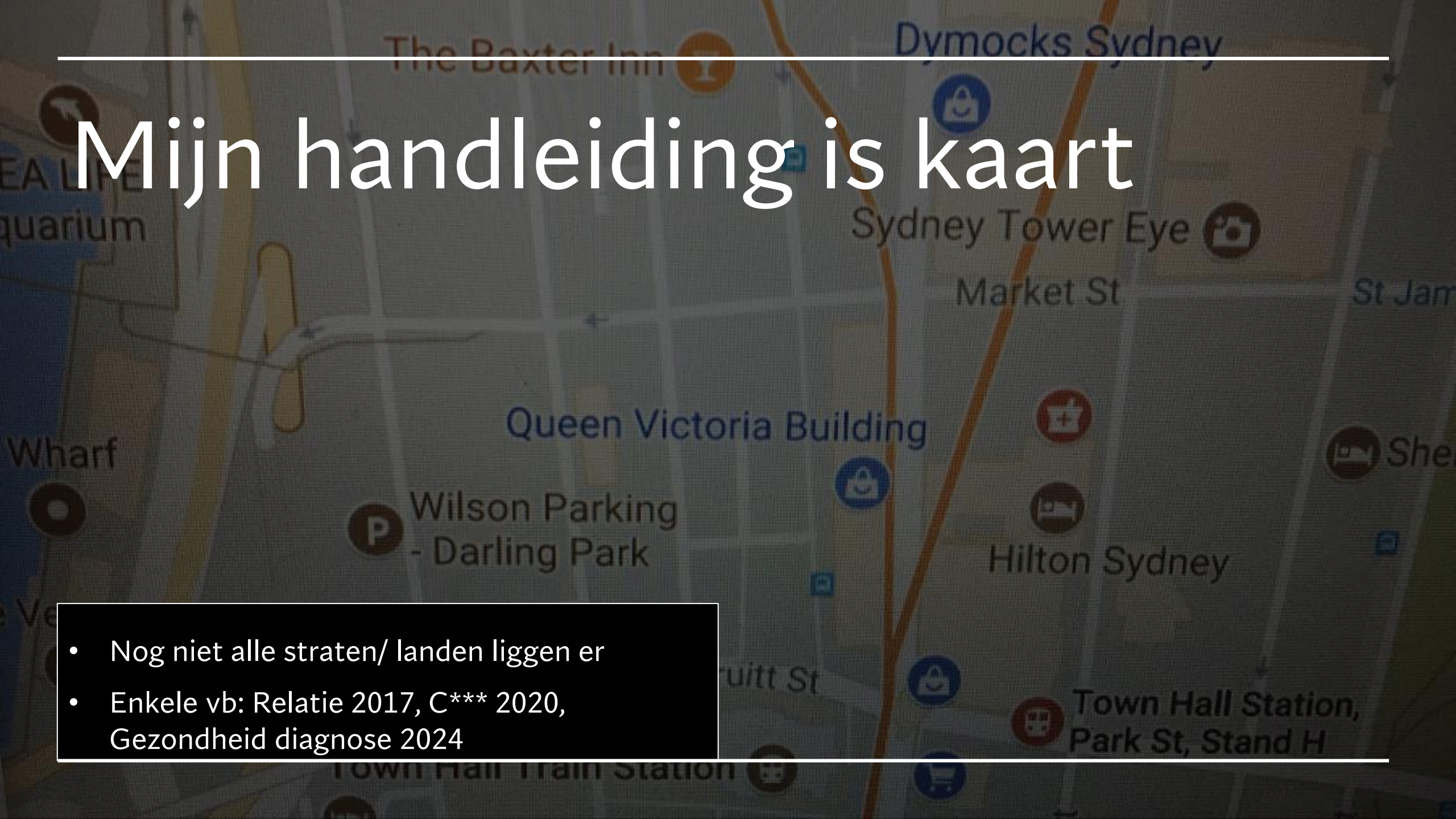
Kennis en Erkenning

**Binnen 5 Jaar?**

Outro

---





# Mijn handleiding is kaart

- Nog niet alle straten/ landen liggen er
- Enkele vb: Relatie 2017, C\*\*\* 2020, Gezondheid diagnose 2024

```
### New Conferences ###
```

```
### START Uploading Conferences ###
```

```
### FINISHED Uploading Conferences: 0 conferences affected. ###
```

```
### Changed Conferences ###
```

```
### START Updating Conferences ###
```

```
### FINISHED Updating Conferences: 0 conferences affected. ###
```

```
## CONFERENCE SYNCING COMPLETED
```

```
##2. Talks ##
```

```
### START Downloading Talks ###
```

```
### FINISHED Downloading Talks: 222 talks affected. ###
```

```
### START Uploading Talks ###
```

```
### FINISHED Uploading Talks: 0 talks affected. ###
```

```
### ST
```

```
### F
```

```
## TAL
```

```
|
```

- Dat ik rust link aan isolatie/ sanctie en straf
- Als Angst volledig afwezig is:
  - Thuis ALLEEN genieten
  - PC/ Hobbyproject
  - TV

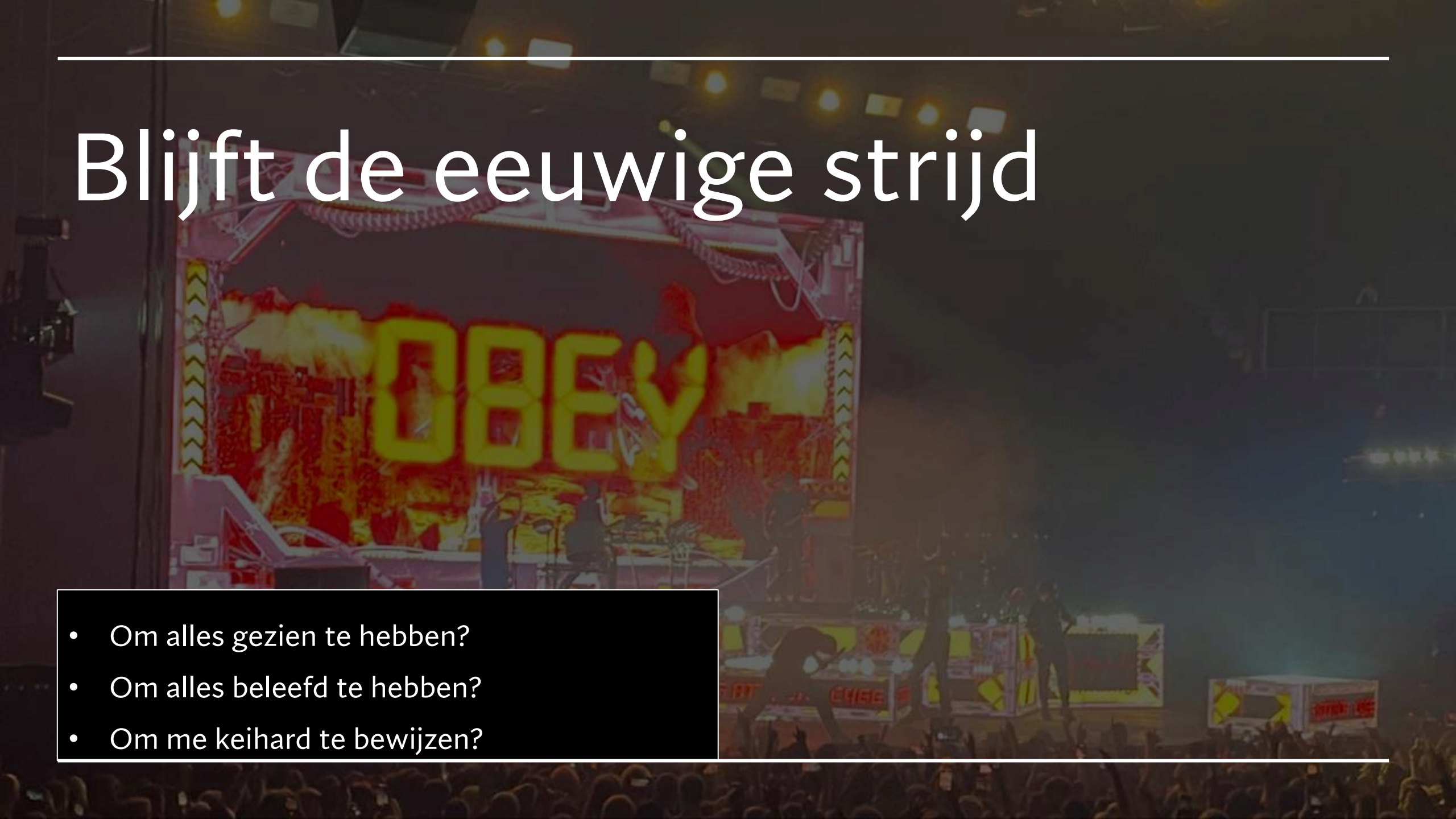
# Wat als ik pijnvrij ben?

- Zal ik nog vluchten in prikkels?
- Of zal het 'genoeg' geweest zijn?
- Zijn alle prikkels een vlucht geweest sinds mijn 16<sup>e</sup>?
- Of zal ik nog meer doen?



# Blijft de eeuwige strijd

- Om alles gezien te hebben?
- Om alles beleefd te hebben?
- Om me keihard te bewijzen?



# Of wordt het (eindelijk) rust

- Of zal ik eindelijk 'tevreden' zijn
- Pa zijn woorden
- Gewoon, in de zetel, alleen of met anderen?

# Maar ik doe het zo graag!



- Ik doe heel graag mijn technologie/ programmeur/ Nerd job
- Conferentie reizen geven mij alles: Erkenning, Prikkels en Netwerk
- Het is kort (conferentie op conferentie)
- Komt mijn oude droom tot leven?
  - iets maken/programmeren om mensen te helpen die heel veel werk zal zijn?



---

# Inhoud

Intro

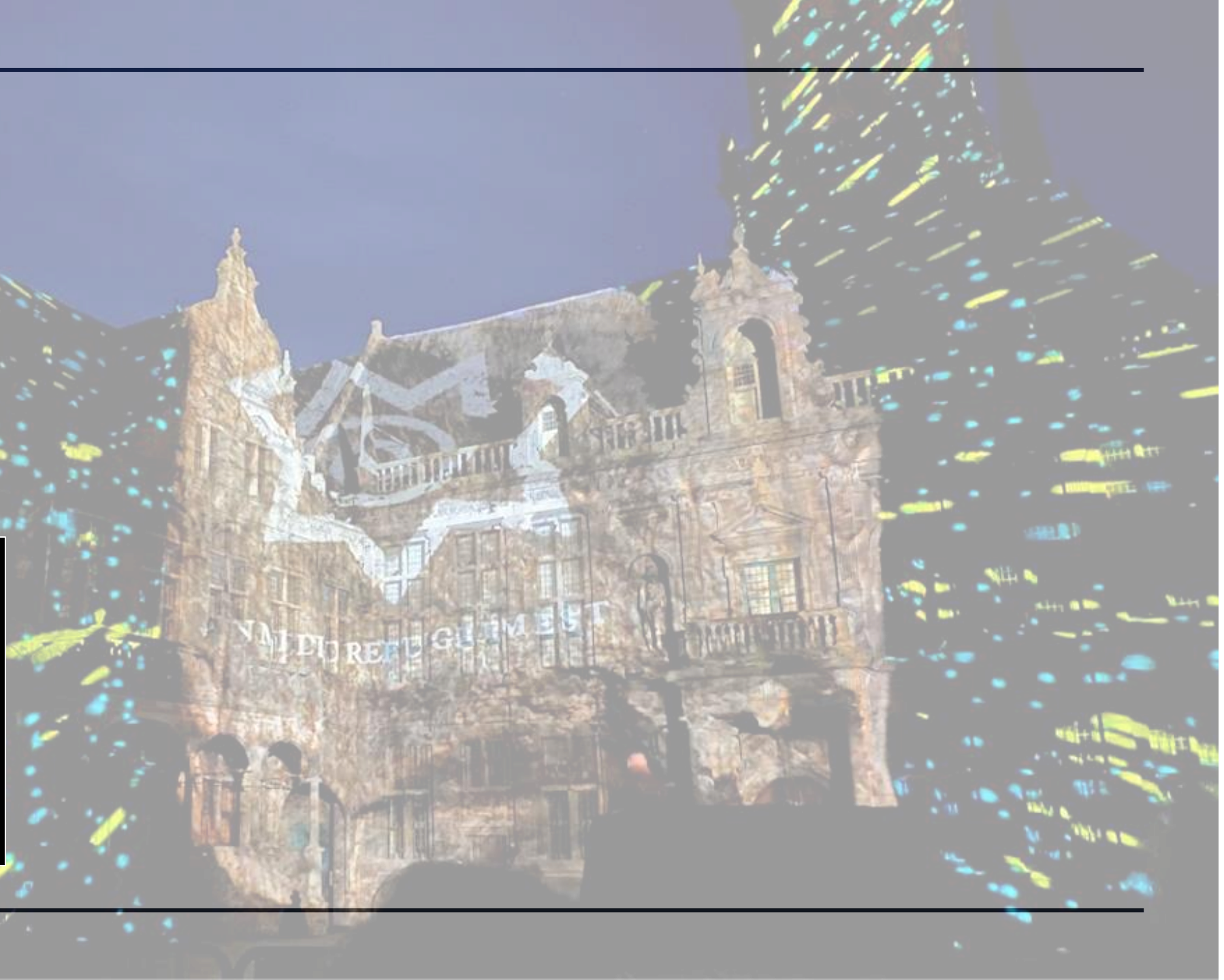
Levensfasen

Prikkels als compensatie

Kennis en Erkenning

Binnen 5 Jaar?

**Outro**



# Samenvatting

The background image shows the entrance of a modern building with a large, curved wooden trellis structure. A person is standing next to the large, 3D Microsoft logo, which is composed of four colored squares (orange, green, blue, yellow) and the word 'Microsoft' in a dark, sans-serif font. The scene is set outdoors with some trees and a clear sky.

- ✓ Levensverhaal: Ik was anders (ook binnen de anderen)
- ✓ Prikkels compenseren mijn moeilijkheden (conferenties maken dit mogelijk)
- ✓ Kennis en erkenning zijn zeer belangrijk (ook hier zijn conferenties het antwoord)
- ✓ Binnen 5 jaar (Mijn leven is een landkaart, nog niet alle straten zijn gekend)



---

# Dank je / V&A

Dennie@ddsoft.be

@DennieDeclercq

0478294525

<https://www.ddsoft.be>

---