

COGMED / VOOR OUDERS

Mijn kind is snel afgeleid in de klas.



Pearson

Leer- en concentratieproblemen kunnen een direct gevolg zijn van een probleem met het werkgeheugen – de ‘drukke werkkamer’ van onze hersenen.

Het trainen van het werkgeheugen zou een oplossing kunnen zijn! Door het trainen van het werkgeheugen kan je het concentratievermogen verbeteren. De training geeft jouw kind de gelegenheid om:

- 1 Gestructureerd te werk gaan
- 2 Beter het overzicht te kunnen bewaren
- 3 Belangrijke informatie beter te onthouden
- 4 Beter in staat te zijn om afleidingen te negeren

CONCENTRATIEVERBETERING BIJ JOUW KIND

Heb jij een kind dat snel is afgeleid? Heeft hij/zij moeite met het:

- opvolgen van meerdere instructies?
- afronden van schooltaken, met name lezen en rekenen?
- volgen van een gesprek of verhaal?
- terug vinden van spullen?
- concentreren en vaak aan het dagdromen?

Een verminderd werkgeheugen zou een oorzaak kunnen zijn!

HOE WEEET JE OF EEN KIND EEN WERKGEHEUGENPROBLEEM HEEFT?

Als je de eerder genoemde problemen herkent bij jouw kind, dan is het mogelijk dat hij/zij een werkgeheugenprobleem heeft. Maar hoe weet je dit zeker?



Het is mogelijk om bij jouw kind een speciaal ontwikkelde werkgeheugen-screener af te laten nemen. Op basis van twee korte computergestuurde tests van de AWMA-2-NL kan een beeld van het werkgeheugen worden verkregen. Deze test kan bijvoorbeeld worden afgenomen door een RT'er of schoolpsycholoog op school.

HOE KAN JE ALS OUDER EEN KIND MET WERKGEHEUGENPROBLEMEN HELPEN?

De Cogmed Werkgeheugentraining is een online trainingsprogramma dat ingezet kan worden onder begeleiding van een gekwalificeerde coach om het werkgeheugen van een kind te verbeteren en daardoor zijn/haar aandacht, werkhouding en leervermogen te verbeteren. Jij als ouder kan optreden als trainingshulp om je kind te motiveren en ondersteunen tijdens de training.

De kracht van Cogmed is dat het programma uit een serie oefeningen bestaat die allemaal specifiek gericht zijn op het verbeteren van het werkgeheugen en die adaptief worden aangeboden. Er is veel onderzoek naar Cogmed gedaan waardoor deze werkgeheugentraining veruit de grootste wetenschappelijke ondersteuning heeft.

Cogmed inzetten bij jouw kind?

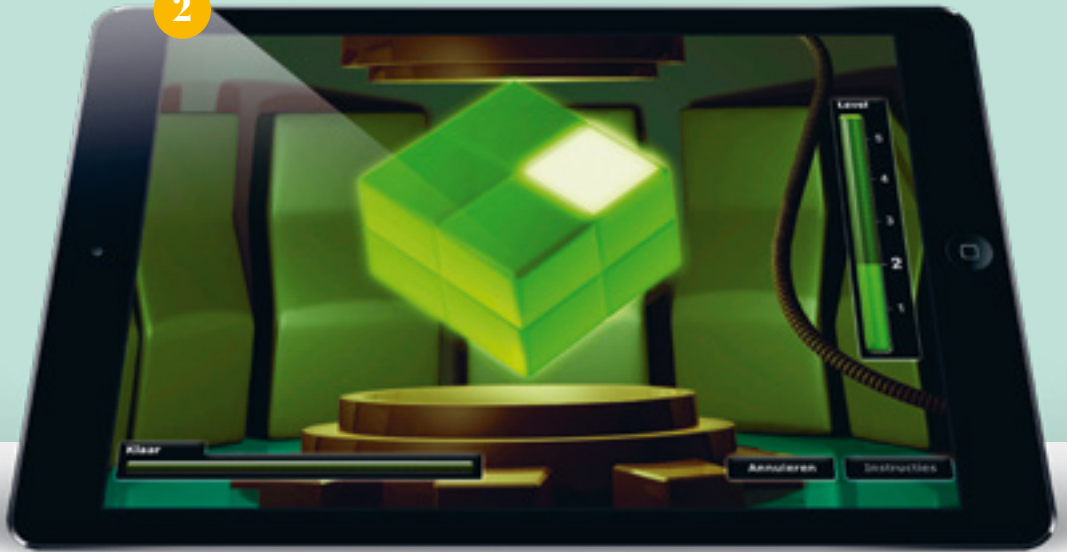
ER ZIJN TWEE VERSIES VOOR KINDEREN:



4-7 JAAR (JM)

Deze versie bestaat vrijwel uitsluitend uit visueel-ruimtelijke oefeningen met grappige Furzies (poppetjes) en duurt ongeveer 15 minuten per dag. Er is één oefening (Rad van Dieren) die ondersteund wordt door dierengeluiden. Er is een bijbehorend Trainingsboek beschikbaar, waarmee je op een leuke manier de voortgang van de training kan volgen.

2



7-17 JAAR (RM)

De standaard versie bestaat uit 8 oefeningen per dag (visueel-ruimtelijk, fonologisch en gecombineerd, met o.a. asteroïden en maanmonstertjes) en duurt ongeveer 45-50 minuten. Het aantal trainingdagen per week en de duur van de training kan aangepast worden. Net als bij de JM versie is er een Trainingsboek beschikbaar voor het volgen van de training en het bijhouden van de doelen en coachgesprekken.



Waarom is het werkgeheugen zo belangrijk?

Uit onderzoek blijkt dat concentratieproblemen en problemen met overzicht vaak veroorzaakt worden door een slechter functionerend werkgeheugen. Dit geldt met name voor kinderen met ADHD, leerproblemen of mildere vormen van aandacht- en gedragsproblemen.

Werkgeheugen is het vermogen om gedurende een korte periode bewust informatie in je hersenen op te slaan, terwijl je deze informatie actief bewerkt (denk hierbij bijvoorbeeld aan het onthouden en uitvoeren van instructies als 'ga naar boven, poets je tanden en kam je haar, neem op weg naar beneden je gymspullen mee').

Het werkgeheugen is een van de beste voorspellers van schoolresultaten.

Heel flexibel in te passen in het dagelijks leven!

De lengte van de Cogmed training is flexibel en kan aangepast worden aan de specifieke situatie van een kind en zijn/haar omgeving.

COGMED COACH

Elk mens is anders. Daarom wordt Cogmed alleen aangeboden met een persoonlijke coach. Iemand die de training kan afstemmen op jouw specifieke situatie.

De coach kan daarbij de voortgang bekijken en je van een steuntje in de rug voorzien als je dat even nodig hebt!

Vind nu jouw Cogmed Coach!

**COGMED.NL/
VIND-JOUW-COACH**

The background of the entire image is a dense, repeating pattern of colorful pencil shavings. Each shaving is roughly hexagonal or circular in shape, showing the natural wood grain of the pencil body and a central hole where the lead or color core was. The colors of the shavings are diverse, including shades of orange, yellow, red, blue, green, purple, and pink. The shavings are scattered across a dark, almost black background, creating a vibrant and textured visual effect.

Een demo van Cogmed uitproberen?

Ga naar mycogmed.com
en klik op 'try out Cogmed'