

WAT IS COGMED WERKGEHEUGENTRAINING?

Cogmed is een wetenschappelijk onderbouwde, intensieve training die het werkgeheugen versterkt bij kinderen, jongeren en volwassenen met aandacht- of werkgeheugenproblemen. Denk aan concentratieproblemen, leerproblemen, niet aangeboren hersenletsel (bijv. na hersenschudding of chemotherapie) of leerproblemen. De training is volledig digitaal, adaptief en wordt ondersteund door een gecertificeerde coach.

VOOR WIE IS HET?

Kinderen vanaf 6 jaar, jongeren, volwassenen en ouderen met werkgeheugenproblemen. Zij kunnen klachten hebben zoals:

- Korte spanningsboog
- Moeite met concentreren
- Lange denktijd nodig hebben bij vragen
- Weinig overzicht
- Opdrachten en instructies vergeten
- Taken worden niet afgemaakt of er zitten veel fouten in
- Moeite met hoofd en bijzaken
- Moeite met lange zinnen/teksten
- Vaak 'de draad kwijt'
- Voor basisschoolleerlingen: weinig vorderingen op school bij rekenen en/of lezen

HOE WERKT HET?

Het Cogmed traject bestaat uit:

- Aanvangsinterview: De coach bepaalt of Cogmed geïndiceerd is.
- Startsessie: Doelen stellen, voorbereiding en een trainingsplan maken.
- De Cogmed training: Thuis trainen op pc, laptop of tablet met 1-2 wekelijkse coach-sessies.
- Evaluatie na 4-6 wk: Bespreken van het proces en de doelen, zorgen voor transfereffecten.
- Follow-up na 6 mnd: Bespreken van transfereffecten en laatste ontwikkelingen, afsluiting.

De intensiteit en frequentie van de training kan aan de cliënt worden aangepast:

20, 30 of 40 minuten per keer | 3, 4 of 5 keer per week | 8-13 weken



EFFECTEN VAN DE TRAINING:

- Verbetering van het werkgeheugen
- Meer focus en concentratie
- Voorwaarden voor leren worden gunstiger: instructies onthouden, denkstappen kunnen maken en leervermogen verbeteren.

UITPROBEREN?

Ga naar www.cogmed.com/demo

COGMED COACH VINDEN:

www.cogmed.com/training#contact