

Leeftijd	Werkgeheugen is cruciaal voor:	Tekenen dat het werkgeheugen training nodig heeft:
0-4	<ul style="list-style-type: none"> • Alfabet leren • Concentreren op korte instructies zoals 'kom en poets je tanden' • Op de plaats blijven zitten voor het afmaken van verschillende dingen zoals een puzzel 	<ul style="list-style-type: none"> • Lijkt het alfabet en getallen niet te willen of kunnen leren • Kan zich niet lang genoeg concentreren om een instructie te onthouden op te kunnen volgen • Flitst van het ene onderwerp of bezigheid naar het andere
4-7	<ul style="list-style-type: none"> • Begrijpend lezen • Hoofdrekenen • Op een gepaste manier kunnen reageren in verschillende situaties zoals spelen op het schoolplein 	<ul style="list-style-type: none"> • Leest, maar kan niet begrijpen of onthouden wat hij/zij zojuist gelezen heeft • Problemen met het onthouden van rekenfeiten • Moeilijkheden met het deelnemen aan groepsactiviteiten (kan moeilijk op de beurt wachten). Maakt vriendjes, maar kan ze niet houden.
7-12	<ul style="list-style-type: none"> • Zelfstandig huiswerk maken • Activiteiten zoals dansles plannen en voorbereiden • Via verschillende stappen rekenopgaven oplossen • Deelnemen aan teamsporten (bijvoorbeeld voetbal) 	<ul style="list-style-type: none"> • Kan niet beginnen met huiswerk zonder begeleiding • Vergeet dingen mee te nemen die essentieel zijn voor een bepaalde activiteit • Leest de opgave, maar kan het niet terugbrengen tot kleinere stapjes om achter de oplossing te komen • Moeilijkheden met het begrijpen van de regels van het spel, zodoende geen echte 'teamspeler'
2-18	<ul style="list-style-type: none"> • Begrijpt sociale aanwijzingen en kan gepast reageren op de sociale situatie • Verslagen schrijven 	<ul style="list-style-type: none"> • Stoort gesprekken van anderen en kan niet goed naar mensen luisteren • Verslagen zijn kort, slordig en zitten niet goed in elkaar
18-24	<ul style="list-style-type: none"> • Behalen van het rijbewijs • Concentreren en volgen van gesprekken • Maken van en houden aan een planning, zoals het leren voor een toets • Deelnemen aan groepsactiviteiten van school 	<ul style="list-style-type: none"> • Problemen met ruimtelijk besef en het lezen en opvolgen van verkeersaanwijzingen • Verandert plotseling van onderwerp en maakt irrelevante opmerkingen • Uitstellen om vervolgens de avond voor het examen alles erin proberen te stampen • Niet luisteren of deelnemen tijdens groepsactiviteiten • Valt in slaap of gedachtes dwalen af tijdens de lessen
24-60	<ul style="list-style-type: none"> • Op tijd op het werk • Zich houden aan deadlines op het werk • Verschillende activiteiten op prioriteit indelen • Omgaan met conflicten binnen de familie 	<ul style="list-style-type: none"> • Vaak te laat op het werk • Vaak de tijd onderschatten die een bepaalde handeling vereist • Problemen met het indelen van een project in kleinere stapjes • Snel het geduld verliezen bij kinderen en/of echtgenoot of partner
60+	<ul style="list-style-type: none"> • Voor senioren die werken zijn alle volwassen items relevant • In staat zijn om te doen wat je van plan was • Organiseren van materialen en activiteiten • Belangrijke financiële transacties kunnen afhandelen 	<ul style="list-style-type: none"> • Vergeetachtigheid • Snel afgeleid • Het niet meer kunnen volgen van een gesprek • Neerleggen van items waar ze niet horen (bijv. sleutels)