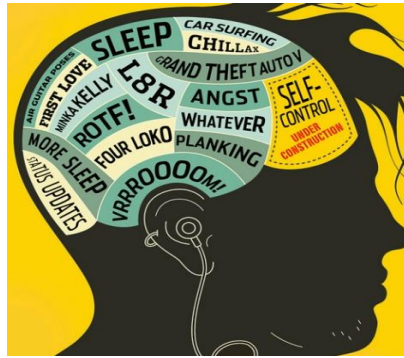


Als je tussen de 16-26 jaar bent, zijn je executieve functies nog niet helemaal klaar met ontwikkelen. Dit komt omdat je brein fysiek nog niet volledig ontwikkeld is. De executieve functies zijn 'volwassen' rond het 26<sup>e</sup> jaar (Crone & Dahl, 2012).



Figuur 6: Anatomy – bsj.com-2016

Aangezien executieve functies **aangestuurd worden door de hersenen en samen het managementsysteem van de hersenen vormen** doe je er goed aan aandacht te besteden aan je executieve functies. Dit kun je doen door te analyseren welke functies sterk en minder sterk zijn, veel ervaring op te doen en door je minder goede functies te trainen(Horeweg, 2016).

#### References

Crone, E. A., & Dahl, R. E. (2012). Understanding adolescence as a period of social-affective engagement and goal flexibility. *Nature Reviews.Neuroscience*, 13(9), 636.

Horeweg, A. (2016). *Gedragsproblemen in de klas in het voortgezet onderwijs* LannooCampus.