

# Mentálna aritmetika v dennom stacionári – príklad dobrej praxe

V dennom stacionári pre osoby s ťažkým zdravotným postihnutím rozvíjame rôzne obohacujúce a prínosné spolupráce a jednou z takýchto spoluprác bola aj spolupráca s AMAKIDS - **akadémiou pre rozvoj intelektu**. Pod jej záštitou sme do harmonogramu našich bežných dní zaradili inovatívny prvok: mentálnu aritmetiku. Táto metóda, realizovaná raz týždenne, priniesla do života našich prijímateľov sociálnej služby nečakané stimuly a otvorila dvere k schopnostiam, o ktorých mnohí predtým ani netušili.

Základným nástrojom mentálnej aritmetiky bol **abakus** – starodávne počítadlo, z ktorého sa v rukách našich prijímateľov sociálnej služby stala moderná terapeutická pomôcka. Práca s ním nebola len o matematike; bol to komplexný tréning mozgu.

## Viditeľný pokrok a radosť z úspechu :

Najväčšou odmenou pre odborný personál aj samotných účastníkov bol progres, ktorý bol skutočne viditeľný. To, čo začalo ako nesmelé zoznamovanie sa s jednotkami, prerástlo do úžasných výsledkov, ktoré si na sebe mohli všimnúť sami prijímatelia:

- **Počítanie s veľkými číslami:** Prijímatelia sociálnej služby s hrdosťou sledovali, ako postupne zvládali počítanie so stále väčšími a komplexnejšími číslami. Pocit, že dokázali vypočítať príklad, ktorý bol pre nich predtým nevyriešiteľný, im dodával obrovskú dávku sebavedomia.
- **Rozvoj schopnosti logicky uvažovať a posilnenie pamäťových schopností :** Práca s počítadlom abakus učila prijímateľov sociálnej služby hľadať súvislosti a vizualizácia abakusu v mysli nútila mozog zapájať obe hemisféry, čím sa u účastníkov posilnila krátkodobá aj dlhodobá pamäť.

## Prínosy pre našich prijímateľov sociálnej služby :

1. **Zlepšenie jemnej motoriky:** Manipulácia s guľôčkami abakusu bola vynikajúcim cvičením na koordináciu prstov a prepojenie oka a ruky.
2. **Sústredenie a disciplína:** Pravidelné stretnutia raz týždenne pomohli vybudovať návyk a schopnosť koncentrovať sa na jednu úlohu dlhší čas.
3. **Sociálna inklúzia:** Spoločné hodiny pod vedením lektorov z AMAKIDS vytvorili bezpečný priestor pre zdieľanie úspechov a vzájomnú podporu v skupine.

Pravidelné hodiny mentálnej aritmetiky sa stali pre našich prijímateľov sociálnej služby akýmsi rituálom. Každú stredu, kedy prebiehali kurzy mentálnej aritmetiky, sa už od rána pýtali “kedy pôjdeme počítať na abakuse“. Ďakujeme akadémii AMAKIDS za to, že do nášho stacionára vniesla nielen odborné znalosti, ale aj radosť z intelektuálneho rastu.

Mgr. Zuzana Tóthová, sociálna pracovníčka