

Kurz „Sedm principů“ je postaven na mezinárodně uznávaném výzkumu psychologa Johna Gottmana a jeho poznatcích, které shrnuje kniha „Sedm principů spokojeného manželství.“

Kurz „Sedm principů“ je určen manželským párům nebo partnerům. Účastníkům umožní pochopit zákonitosti dobře fungujícího vztahu, naučí je dovednostem, které mohou výrazně upevnit jeho stabilitu a vzájemné citové pouto.

Na workshopech se páry naučí:

- upevňovat vzájemné přátelství
- zvýšit pocit blízkosti a náklonnosti
- efektivně řešit konflikty
- úspěšně se vypořádat chronicky neřešitelnými tématy
- vytvářet společný pocit smyslu
- naučit se poznat a změnit chování destruktivní pro vztah



**Z výzkumů vyplývá, že v průměru vyhledá pár odbornou pomoc až 6 let poté, co se v něm vyskytnou první závažné problémy.**

Kurz je čtyřhodinový, rozložený do dvou večerů.

Pro více informací o kurzu „Sedm principů“, který pořádáme v ATODA Medical, se ptejte na recepci nebo nás kontaktujte na: [info@atodamedical.cz](mailto:info@atodamedical.cz) | +420 277 003 100

Workshop je přínosem pro všechny páry, které by chtěly posílit či zlepšit svůj vztah. Je určen pro:

- manželské páry a páry v dlouhodobém vztahu
- zasnoubené
- ty, co spolu pouze chodí, ale myslí to vážně
- ty, co chtějí upevnit již dobře fungující manželství nebo vztah
- ty, co by potřebovali lépe zvládat konflikty
- ty, co uvažují o párové terapii, ale ještě se neodhodlali

Workshopy povedou Barbora Downes a Petr Koch. Barbora je psycholožka a psychoterapeutka s patnáctiletou praxí, Petr je certifikovaný průvodce kurzů Gottman Institutu v USA.