

# Pomáháme rodičům, aby se sžili se svou novou rolí a zůstali si blízcí i jako partneři

„A jsme tři“ (Bringing Baby Home) je na výzkumech založený workshop zaměřený na zlepšení kvality života mladých rodin a jejich dětí. Jeho hlavním cílem je posílit vztah páru a tak vytvořit ty nejlepší podmínky pro vývoj dítěte. Program kurzu sestavili renomovaní specialisté na vztahy a rodičovství, psychologové John a Julie Gottmanovi. Kurz vytvořený v jejich Institutu pro výzkum vztahů v Seattlu v USA nyní nabízí klinika ATODA Medical v Praze.

Program „A jsme tři“ se hodí pro všechny páry, které:

- uvažují o dítěti
- čekají dítě
- již pečují miminko nebo malé děti ve věku do tří let



Cílem programu „A jsme tři“ je vybavit páry znalostmi a dovednostmi, které jim umožní co nejlépe se vypořádat se změnami, které se typicky objevují první tři roky po narození dítěte.

Během workshopu „A jsme tři“ se naučíte:

- zvýšit pocit blízkosti a vzájemné náklonnosti
- posílit pocit, že proměnu v rodiče zažíváte společně
- efektivně řešit konflikt
- lépe rozumět vývoji vašeho dítěte
- vytvořit podmínky pro to, aby se tatínkové nebáli zapojit do péče o dítě
- zlepšit kvalitu interakcí mezi vámi a vaším dítětem
- snížit riziko poporodní deprese

**Výzkum ukazuje, že během prvních tří let**

**po narození dítěte zažívají 2 ze 3 párů výrazný**

**pokles kvality vztahu a také dramatický nárůst**

**konfliktů a vzájemné nevráživosti.**

Pro více informací o programu „A jsme tři“, který nabízí ATODA Medical, se prosím informujte na recepci kliniky nebo nás kontaktujte na:  
info@atodamedical.cz | +420 277 003 100