

FUTURE ACADEMY

AUTOSTIMA E CONSAPEVOLEZZA RELAZIONALE



Future Academy

DESCRIZIONE

Questo percorso è rivolto a chi desidera comprendere meglio sé stesso e migliorare la qualità delle proprie relazioni personali, familiari e di coppia. Attraverso lo studio degli stili di attaccamento e delle dinamiche comunicative, aiuta a riconoscere schemi relazionali ripetitivi e limitanti.

Approfondisce temi come il triangolo drammatico, la dipendenza affettiva e il bisogno di approvazione, favorendo una maggiore consapevolezza. Il corso offre strumenti pratici per sviluppare autonomia, equilibrio emotivo e rispetto reciproco.

L'obiettivo è costruire relazioni più sane, autentiche e libere, riscoprendo il proprio progetto di vita e il benessere personale.



Con questo
CORSO

OBIETTIVI

Al termine del percorso saprai riconoscere gli schemi relazionali disfunzionali e comprendere come influenzano il tuo benessere. Acquisirai strumenti di ascolto interiore, mindfulness e gestione delle emozioni per sviluppare maggiore consapevolezza.

Imparerai a stabilire confini sani e a comunicare in modo assertivo, rispettando i tuoi bisogni. Rafforzerai autostima e autoaffermazione, superando il timore del giudizio e il senso di colpa.

Svilupperai maggiore autonomia nelle scelte personali, trasformando la solitudine in un'opportunità di crescita. Potrai così costruire relazioni più equilibrate, autentiche e rispettose di te stesso.



Vediamo più da
VICINO



Videocorsi Online disponibili h24 per un anno intero



Accorcia le distanze e collegati da ogni parte del mondo con qualsiasi dispositivo



Tutor sempre a disposizione, i nostri formatori sono professionisti certificati



Dispense e materiale didattico sempre disponibile da scaricare



Test di valutazione e esami online



Attestato riconosciuto

Future Academy
UNA PANORAMICA

Siamo una scuola di formazione che punta su contenuti video multimediali, docenti qualificati e professionisti del settore che hanno tenuto negli ultimi anni più di 300 corsi disponibili sulla nostra piattaforma.



TEST ONLINE

TEST A SCELTA MULTIPLA

Consiste in un questionario con domande a risposta multipla, da svolgere sulla nostra piattaforma online e sarà composto da 10 domande per ciascun argomento trattato.

RICONOSCIMENTI



ISO 9001:2015

ISO 9001 è lo standard di riferimento internazionalmente riconosciuto per la gestione della Qualità di qualsiasi organizzazione che intenda rispondere all'esigenza dell'aumento dell'efficacia ed efficienza dei processi interni attraverso il miglioramento della soddisfazione e della fidelizzazione dei clienti.



European Association for Distance Learning (EADL) è un'organizzazione internazionale che si occupa dello scambio di informazioni e idee sull'educazione a distanza. Comprende scuole, istituzioni e individui che lavorano nel campo dell'istruzione a distanza dislocati in più di 20 paesi europei.