

## Tentang CareerTrack-Training

CareerTrack Training dan BeProfessionalTheClub adalah divisi pelatihan manajemen dari PT.Proesdeem Indonesia—lembaga konsultan manajemen yang sejak tahun 1995 memfokuskan kegiatannya pada penyelenggaraan pelatihan profesional. Pelatihan yang diselenggarakan oleh CareerTrack Training dan BeProfessionalTheClub senantiasa memadukan aktualitas dan kualitas kurikulum (modul) pelatihan, pelayanan yang prima, dan kapabilitas instrukturannya.

Pelatihan yang diselenggarakan oleh CareerTrack dan BePRO senantiasa mengacu pada perkembangan mutakhir dalam pengelolaan perusahaan yang saat ini berorientasi kepada tercapainya *good corporate governance*.

CareerTrack dan BePRO sejak berdiri tahun 1995 senantiasa berusaha mempertahankan kualitas professional training yang tinggi dengan menerapkan adanya check dan control, sehingga professional training yang diselenggarakan dapat

- menjawab kebutuhan para peserta secara komprehensif dan dengan pendekatan aplikatif
- memfokuskan terhadap solusi yang spesifik dan relevan terhadap perkembangan terkini
- memberikan aspek teknik dan aplikatif yang dibawakan oleh para instruktur yang mumpuni
- memfasilitasi kebutuhan soft skill dalam pengembangan karir dan bisnis

Melalui professional training, CareerTrack dan BePRO dapat membantu perusahaan yang ingin berkembang ataupun memperkuat posisi strategisnya dengan memberikan expertis yang dapat meningkatkan kemampuan dalam

- Mengelola prioritas secara efektif
- Membangun budaya kerja yang produktif
- Meningkatkan job value
- Menyelaraskan kemampuan dengan perkembangan serta kebutuhan terkini
- Menciptakan proses, dan professional terbaik bagi perusahaan.

# Assertiveness Training

## Dapatkan kepercayaan diri, ketegasan dan rasa hormat yang lebih besar!

Pelajari alat-alat yang penuh daya untuk sikap asertif guna membantu Anda menghadapi konflik pada semua tingkatan di dalam organisasi ... temukan teknik-teknik mengenai bagaimana menjadi komunikator yang efektif, perolehlah cara-cara untuk menangani penerimaan dan pemberian umpan balik dan dapatkan etiket bisnis ketika profesionalisme dan sikap asertif diperlukan. Anda akan menilai bidang-bidang kekuatan dan pertumbuhan dalam keterampilan yang penting ini ... pahami bagaimana gaya-gaya sosial mempengaruhi perilaku-perilaku asertif dan dapatkan manfaat dengan mempelajari langkah-langkah untuk penyelesaian konflik. Secara keseluruhan menambah keterampilan-keterampilan sikap asertif Anda untuk segera digunakan di tempat kerja!

### Siapa yang Seharusnya Hadir

Para karyawan, profesional bisnis, pemimpin tim dan kontributor individual yang ingin mendapatkan keterampilan-keterampilan sikap asertif yang sangat penting.

### Manfaat yang Akan Anda Peroleh

- Mendapatkan dasar-dasar sikap asertif
- Mempraktikkan perilaku asertif melalui teknik-teknik verbal, vokal dan visual
- Menghadapi persoalan-persoalan sikap asertif dalam kehidupan pribadi dan kehidupan bisnis Anda
- Mempelajari aspek-aspek etiket dan bagaimana hubungannya dengan sikap asertif dan harga diri
- Menerapkan keterampilan-keterampilan yang baru Anda pelajari pada situasi-situasi kerja yang relevan

### Course Outline:

#### 1. Tujuan Pembelajaran

- Menjelaskan Perilaku yang Membedakan Gaya Perilaku Asertif, Pasif dan Agresif
- Menilai Bidang-bidang Kekuatan Pribadi dan Bidang-bidang untuk Pertumbuhan yang Terkait dengan Sikap Asertif
- Mendemonstrasikan Perilaku Asertif dengan Menggunakan Berbagai-bagai Teknik Verbal dan Visual
- Mengenal Peluang-peluang yang Tepat untuk Perilaku Asertif yang Terkait dengan Manajemen Konflik dan Etiket Bisnis di Tempat Kerja

#### 2. Dasar-dasar Sikap Asertif

- Menilai Bidang-bidang Pribadi untuk Perbaikan yang Terkait dengan Sikap Asertif
- Mendefinisikan Sikap Asertif
- Mengidentifikasi Karakteristik-karakteristik dan Perilaku-perilaku yang Berhubungan dengan Individu-individu Asertif
- Membedakan Tiga Gaya Perilaku: Pasif, Asertif, Agresif

#### 3. Pengaruh-pengaruh Pribadi terhadap Sikap Asertif

- Menguraikan kekuatan-kekuatan pribadi anda untuk memperbaiki konsep diri dan kepercayaan diri
- Mengenal peranan dan pola pengaruh seumur hidup terhadap sikap menjadi asertif
- Mengidentifikasi teknik-teknik untuk memperbaiki harga diri
- Mengembangkan hak-hak dasar asertif.



#### 4. Komunikasi – Keterampilan-keterampilan, Tantangan-tantangan dan Alat-alat

- Mengidentifikasi Unsur-unsur Verbal, Vokal, dan Visual dari Komunikasi Asertif
- Menggunakan bahasa dan teknik-teknik asertif yang tepat dalam bermacam-macam situasi tertulis dan verbal

#### 5. Manajemen Konflik

- Mengembangkan Rencana untuk Mengelola Konflik
- Menilai tingkat kenyamanan anda saat ini dengan mengatakan “TIDAK” kepada orang lain
- Mengidentifikasi teknik-teknik untuk berinteraksi dengan jenis-jenis karyawan sulit yang lazim
- Mempraktikkan strategi-strategi untuk Berkata “TIDAK”
- Menggunakan teknik-teknik untuk mengatasi keengganan ketika memulai permintaan

#### 6. Sikap Asertif yang Tepat di dalam Situasi-situasi Kerja

- Menggunakan reaksi-reaksi asertif terhadap situasi-situasi menantang pada waktu menghadiri rapat
- Mengembangkan bahasa asertif untuk menerima dan meminta umpan balik dari orang lain

#### 7. Mencapai Keseimbangan yang Sehat — Secara Pribadi dan Profesional

- Mengidentifikasi strategi-strategi untuk tindakan membantu mencapai kehidupan yang seimbang
- Mengembangkan pendekatan yang asertif terhadap dua situasi yang menantang saat ini
- Membuat Rencana Tindakan untuk Mencapai Tujuan-tujuan Anda

Jadwal Anda		IDR (000)
January 07-08, 2010	Jakarta	2.750
March 17-18, 2010	Jakarta	2.750
May 25-26, 2010	Jakarta	2.750
July 07-08, 2010	Jakarta	2.750
September 21-22, 2010	Jakarta	2.750
November 23-24, 2010	Jakarta	2.750

- Lokasi Jakarta: Patra Office Tower#1710 atau hotel Grand Sahid/Ibis Slipi/dan lainnya
- Biaya tidak termasuk pajak dan akomodasi

\*) Biaya tidak termasuk Pajak, Akomodasi dan Transportasi