



ESaC

EMOTIONAL SKILLS AND COMPETENCE

Skills for understanding
and managing emotions

*Skil memahami dan
mengelola emosi*



PEI
PAUL EKMAN INTERNATIONAL
INDONESIA



WORKSHOP INFORMATION

WWW.PEI-INDONESIA.COM

Benefit

Membantu peserta mengenali dan mengelola emosi diri sendiri, meningkatkan kemampuan untuk mengidentifikasi emosi pada orang lain, dan mengadopsi strategi yang cocok untuk membangun hubungan yang produktif.

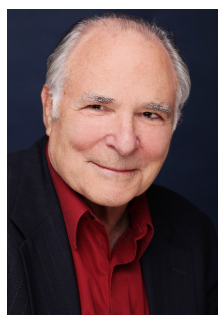
Learning Points

Yang akan Anda pelajari:

- Memahami bagaimana emosi bekerja
- Mengenali pemicu-pemicu emosi Anda
- Menyadari dorongan ledakan emosi saat muncul
- Mengembangkan kemampuan pemantauan-diri (*self-monitoring*)
- Mengenali emosi pada orang lain untuk bisa memahami mereka lebih dalam
- Menggunakan informasi ini untuk bekerja sama dengan orang lain secara konstruktif

The Science of Emotional Intelligence

Dr. Paul Ekman adalah tokoh di balik studi dan sains perilaku yang berhubungan dengan kecerdasan emosional (*Emotional Intelligence*). Studinya mengenai sains mikro ekspresi universal, menjadi dasar dari



Dr. Paul Ekman

pembelajaran emosional manusia, dan dijadikan referensi ilmu dan konsep kecerdasan emosional yang ada di seluruh dunia.

Sasaran Peserta

Para *Leader, Manager, Supervisor*, serta berbagai lini yang secara intens berurusan langsung dengan orang lain atau yang membutuhkan skil memahami dan mengendalikan emosi, agar dapat berkomunikasi dan berinteraksi dengan produktif.

Metode Belajar

Selama 2 (dua) hari *workshop*, peserta akan belajar konsep, berlatih skil, menguji atau tes kemampuan, serta diberikan *post test* pasca pelatihan, sebagai *follow up* setelah *workshop*.

HINGDRANATA NIKOLAY

Workshop akan difasilitasi oleh Trainer pertama dan satu-satunya di Indonesia, yang diakui dan dilisensi oleh *Paul Ekman International (PEI), UK*.

Workshop akan difasilitasi dalam Bahasa Indonesia (kecuali *workshop* khusus yang telah diinformasikan akan difasilitasi bersama Trainer pendamping dari PEI, dengan kombinasi Bahasa Inggris).

