

# Analisis Transaksional Untuk Manajemen Diri Menjadi Topik Utama Capacity Building AKPK UPNVJ

Kamis, 20 Oktober 2022 21:11 WIB



**HumasUPNVJ** - Tim Biro Akademik, Kemahasiswaan, Perencanaan dan Kerja Sama (AKPK) UPNVJ melaksanakan *Capacity Building* dalam rangka Peningkatan Layanan Operasional Penyelenggaraan Pendidikan di lingkungan UPNVJ. *Capacity Building* ini diselenggarakan selama tiga hari, Kamis - Sabtu, tanggal 20 sampai dengan 22 Oktober 2022 bertempat di Pesona Alam Resort dan Spa, Bogor. (20/10)

Tiap tahunnya UPN Veteran Jakarta menyelenggarakan kegiatan peningkatan kapasitas Sumber Daya Manusia (SDM), hal ini bertujuan untuk menjalin tali silaturahmi dan meningkatkan kinerja dari semua anggota tim disetiap satuan kerja, khususnya tim AKPK.

Tidak hanya *Capacity Building* biasa, AKPK UPNVJ menghadirkan Wakil Rektor Bidang Akademik sekaligus Rektor terpilih periode 2022-2026 UPNVJ, Dr. Anter Venus. Dalam arahan dan materi yang disampaikan oleh Anter Venus, beliau banyak menjelaskan mengenai Analisis Transaksional Untuk Manajemen Diri, "Analisis Transaksional merupakan metode komunikasi dengan pendekatan psikologi untuk meningkatkan kesadaran, pemahaman dan keefektifan berkomunikasi dalam berbagai setting dan konteks komunikasi. Yang perlu kita ketahui, ada enam aspek pengubah perilaku komunikasi, diantaranya kontrak, kelola transaksi, perkuat *stroke*, kelola permainan, peka *ego state*, dan memilih posisi hidup", jelasnya.

"Dalam hal ini yang harus diperhatikan adalah *ego state*. *Ego state* adalah kepribadian yang menjadi sumber perilaku manusia. Dalam diri manusia terlepas dari usia, jenis kelamin, dan latar belakang lainnya, terdapat tiga *ego state* yakni: *Parent Ego State*, *Adult Ego State* dan *Child Ego State*", lanjutnya.



Venus berharap materi mengenai Analisis Transaksional Untuk Manajemen Diri ini tidak berhenti sekedar teori saja, namun dapat di implementasikan dengan baik di kehidupan pekerjaan seluruh pegawai di lingkungan UPNVJ.



---

Export tanggal : Kamis, 11 Desember 2025 Pukul 01:10:28 WIB.

Exported dari [ <https://www.upnvj.ac.id/id/berita/2022/10/analisis-transaksional-untuk-manajemen-diri-menjadi-topik-utama-capacity-building-akpk-upnvj.html> (<https://www.upnvj.ac.id/id/berita/2022/10/analisis-transaksional-untuk-manajemen-diri-menjadi-topik-utama-capacity-building-akpk-upnvj.html>) ]

---