

## Panduan Keselamatan Sang Introver : Agar Survive Di Dunia Yang Berisik

King, Patrick, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=9999920548250&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Teks dalam Bahasa Indonesia diterjemahkan dari Bahasa Inggris ; Judul asli : The Introvert Survival guide : How to Stretch your Comfort Zone, Feel Comfortable Anywhere, and Become a People Person ; Buku "Panduan Keselamatan Sang Introver Agar Survive di Dunia yang Berisik" karya Patrick King adalah panduan yang menggugah jiwa bagi para introver untuk menghadapi dunia yang penuh dengan tekanan sosial. Dengan gaya penulisan yang hangat dan pemahaman mendalam terhadap kepribadian introver, King memberikan tips dan strategi praktis untuk membantu introver bertahan dan berkembang dalam dunia yang didominasi oleh ekstrover. Buku ini menggali lebih dalam tentang karakteristik introver dan memberikan wawasan tentang cara menghargai dan memanfaatkan sifat-sifat introver, seperti ketenangan, pemikiran mendalam, dan empati. King juga berbagi teknik untuk menghadapi situasi sosial yang menantang, seperti cara mengatasi kecemasan sosial, menghadapi konflik, dan membangun hubungan yang berarti. Selain itu, "Panduan Keselamatan Sang Introver Agar Survive di Dunia yang Berisik" juga membahas pentingnya self-care bagi introver, termasuk manajemen energi, mengatur batasan pribadi, dan memanfaatkan waktu sendiri untuk mengisi ulang energi. Buku ini juga mengupas strategi komunikasi efektif bagi introver, termasuk cara berbicara di depan umum, berbicara dalam pertemuan bisnis, dan membangun jejaring sosial. Dengan gaya penulisan yang mudah dipahami dan penuh inspirasi, "Panduan Keselamatan Sang Introver Agar Survive di Dunia yang Berisik" adalah panduan yang komprehensif dan bermanfaat bagi para introver yang ingin menghadapi dunia luar dengan percaya diri, menghargai diri mereka sendiri, dan sukses dalam kehidupan pribadi dan profesional mereka.