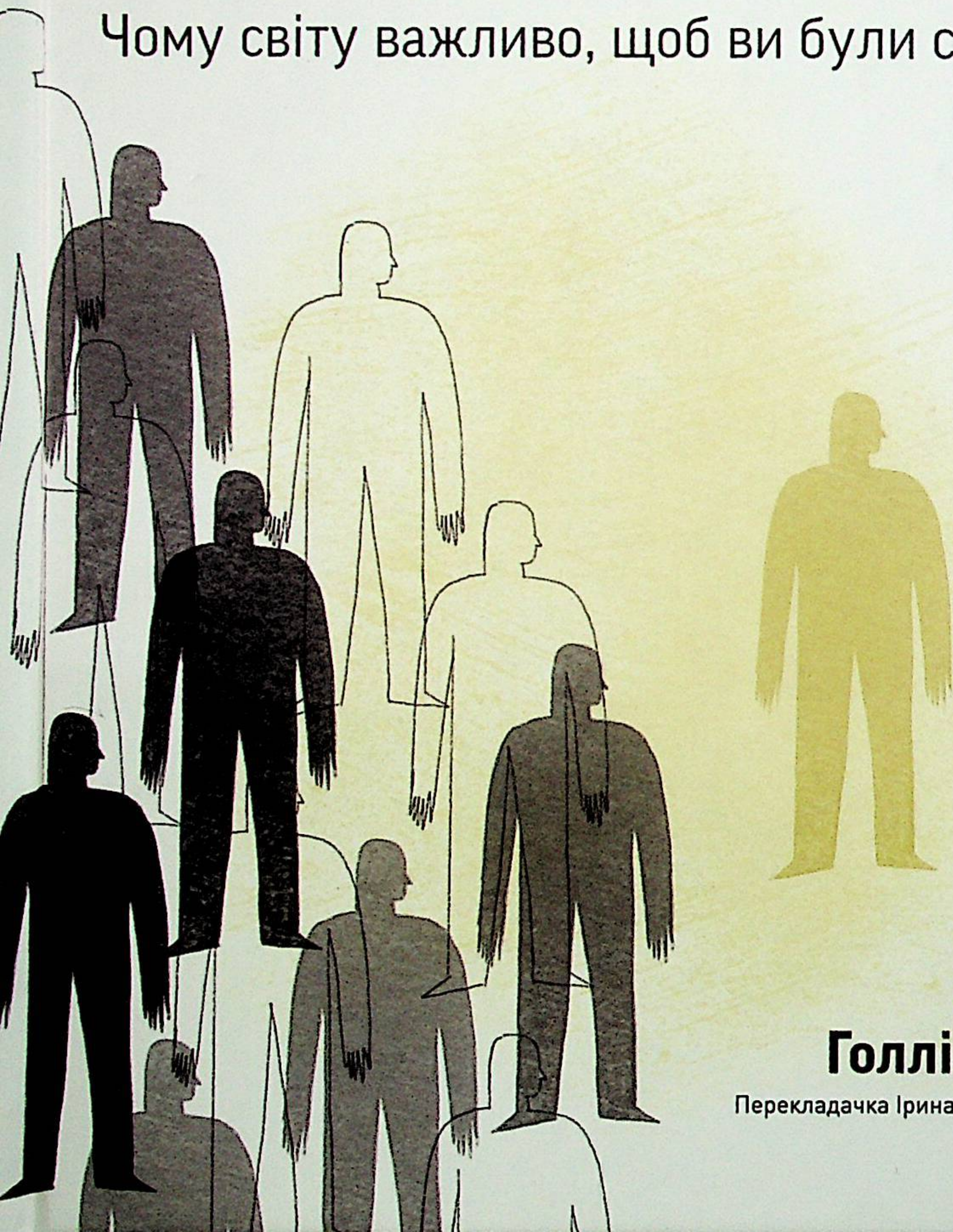


1579329

# *Alcicis* ІНТРОВЕРТІВ

Чому світу важливо, щоб ви були собою



**Голлі Герт**

Перекладачка Ірина Павленко

«Ну він же інтроверт!», «Ну вона ж інтровертка!» — часто звучить як образа. Немов інтроверсія — це якась вада. Усе якраз навпаки: це перевага, суперсила, благословення від Бога — у цьому переконана Голлі Герт.

Авторка розповість, як інтровертам сприймати власні особливості за переваги, а не вади, взаємодіяти з людьми та вчасно «перезаряджати батареї», дослухатися до себе й розкривати свою природу. І в жодному разі не намагатися вдавати екстравертів. А екстравертам ця книжка допоможе краще розуміти своїх тихих друзів, які так само потрібні світові.

# ЗМІСТ

|  |     |
|--|-----|
| <i>Вступ</i> .....                               | 7   |
| <i>Розділ 1. Як це — бути інтровертом?</i> ..... | 13  |
| <i>Розділ 2. Зазирнути всередину себе</i> .....  | 28  |
| <i>Розділ 3. Стратегічна самотність</i> .....    | 47  |
| <i>Розділ 4. Значущий зв'язок</i> .....          | 60  |
| <i>Розділ 5. Істинний вплив</i> .....            | 71  |
| <i>Розділ 6. Священна впевненість</i> .....      | 80  |
| <i>Розділ 7. Справжнє щастя</i> .....            | 89  |
| <i>Розділ 8. Вистраждана стійкість</i> .....     | 101 |
| <i>Розділ 9. Гострий розум</i> .....             | 118 |
| <i>Розділ 10. Прониклива чутливість</i> .....    | 133 |
| <i>Розділ 11. Цілеспрямована енергія</i> .....   | 143 |
| <i>Розділ 12. Ваша унікальна мета</i> .....      | 161 |
| <i>Запитання для книжкового клубу</i> .....      | 174 |
| <i>Подяка екстравертам</i> .....                 | 183 |
| <i>Подяки</i> .....                              | 184 |
| <i>Примітки</i> .....                            | 186 |