



work/life



# Mengembangkan KEPERCAYAAN DIRI

PERPUSTAKAAN  
SOEGIJAPRANATA

8.1  
AY  
n  
C.3



ROS TAYLOR

# Daftar Isi

## 1 Kesan Pertama

---

- 14 Menciptakan Pengaruh Instan
- 16 Mempelajari Bahasa Tubuh
- 18 Tingkatkan Bahasa Tubuh Anda



- 24 Percaya Diri pada Penampilan Anda
- 26 Bersantai dengan Percaya Diri

## 2 Kepercayaan Diri dari Dalam

---

- 30 Menaklukkan Hambatan Percaya Diri
- 34 Membangun Optimisme
- 40 Eksternalisasi Kekhawatiran Anda
- 44 Visualisasikan Kemenangan

## 3 Kepercayaan Diri dan Hubungan

---

- 52 Emosi
- 58 Membangun Keberanian Berkencan
- 62 Mendapatkan Teman Baru
- 70 Menjaga Hubungan Tetap Hidup

## 4 Kepercayaan Diri dalam Pekerjaan

---

- 78 Menonjol dalam Pekerjaan
- 82 Memetakan Pikiran
- 86 Menyiapkan Wawancara
- 90 Kepercayaan Diri dalam Wawancara
- 98 Menyuksesan Rapat
- 100 Manajemen Tim yang Percaya Diri
- 102 Tampil Percaya Diri
- 104 Bangun Bisnis Sendiri

## 5 Masa Depan Anda yang Percaya Diri

---

- 108 Mengubah Kebiasaan Anda
- 110 Menyelidiki Tujuan Anda
- 112 Menemukan Penguat Energi Anda
- 114 Gunakan Dorongan dan Dukungan
- 116 Belajar Menghadapi Masa Depan
- 118 Indeks