Pustaka Alvabet

Pustaka Alvabet

7 Langkah Menguasai Emosi Negatif

Rp 55.000,00

BELI ONLINE

DATA BUKU

Judul: 7 Langkah Menguasai Emosi Negatif
Penulis: Ken Lindner
Penerjemah: Dewi Wulansari
Editor: Siti Aisyah
Penyelia: Chaerul Arif
Proofreader: Arif Syarwani
Genre: Pengembangan Diri
Cetakan: I, Maret 2013
Ukuran: 13 x 20 cm
Tebal: 330 halaman
ISBN: 978-602-19854-4-1

Â

SINOPSIS

Apakah Anda merasa terluka, kecewa, marah, galau, dendam, atau bahkan putus asa? Apakah Anda merasa hidup Anda mengecewakan dan tidak sesuai dengan keinginan Anda? Jika jawabannya â€œYaâ€• dan â€œSeringâ€•, inilah buku yang tepat untuk Anda.

Emosi seringkali sulit dikendalikan, terutama dalam situasi yang sangat tertekan. Anda mungkin mengerti apa yang harus Anda kerjakan untuk menggapai impian. Namun, emosi negatif dapat merusak tindakan Anda dan menjauhkan impian Anda. Emosi negatif dapat membunuh kemampuan Anda untuk menyelesaikan rencana, mewujudkan impian, dan mencapai kehendak terbaik.

Nah, buku ini menawarkan langkah-langkah jitu untuk membebaskan diri dari emosi negatif. Sang penulis,

Ken Lindner, menunjukkan cara menguasai dorongan emosi yang berpotensi merusak. Dengan buku ini, Anda akan mampu berpikir jernihâ€"bebas dari emosi destruktifâ€"dalam membuat pilihan hidup sehingga Anda selalu berada dalam cara hidup yang lebih positif dan bernilai.

â€œBuku ini memberi Anda kekuatan untuk tidak lagi destruktif, melainkan menjadi sangat positif. Tips dalam buku ini akan meningkatkan kehidupan Anda secara pribadi, sosial, dan profesional. Bacalah dan buku ini akan mengubah hidup Anda.â€•

â€"Dr. Bruce Hensel, *Health & Science*

â€œBuku fenomenal ini akan menempatkan Anda di kursi pengemudi hidup Anda! Buku yang mencerahkan, memberdayakan, dan memberikan pondasi kuat untuk mencapai kesuksesan, kesehatan, kesejahteraan, dan kepuasan.â€•

â€"Don Browne, Wakil Presiden NBC News

â€œSaya suka buku ini! Buku ini alat yang hebat bagi kita semua. Kita sering menghadapi persoalan yang kompleks dan menantang emosi yang berdampak negatif terhadap kesuksesan. Ken Lindner memberikan resep komprehensif dan sistematis untuk membuat keputusan yang tepat dalam hidup. Buku wajib baca!â€•

â€"Bert R. Mandelbaum, Dokter Tim Olimpiade Sepak Bola Amerika Serikat

â€œSaya benar-benar menikmati buku ini. Berisi panduan mengendalikan alam afektif (emosional) yang belum diselidiki dalam buku *self-help* lainnya. Bacaan wajib bagi semua orang!â€•

â€"Steve Cohen, Direktur Pemberitaan Kusi-TV

â€œTak ada alasan bagi Anda untuk tidak dapat mengendalikan hidup, emosi, dan pilihan Anda. Buku ini menyediakan sarana praktis, teknik, dan tips untuk hidup secara sadar, syukur, anggun, dan penuh niat.â€•

â€"Lois P. Frankel, PhD, penulis buku *Stop Sabotaging Your Career*

â€œKen Lindner menyediakan *blue-print* untuk mengatasi hambatan emosional yang menghalangi jalan mencapai kesuksesan. Buku ini memberikan pedoman efektif untuk menjinakkan dan bahkan mengekang emosi negatif agar impian kita terwujud.â€•

â€"Cyndi Sarnoff-Ross, Terapis Pernikahan dan Keluarga

â€œSebagai konselor bimbingan sekolah tinggi, saya menggunakan teknik dalam buku ini untuk membantu murid saya agar dapat mengendalikan emosinya dan mengubahnya menjadi energi positif yang sangat kuat. Buku ini tidak hanya cocok untuk Anda, tetapi juga tepat untuk anak-anak Anda.â€•

â€"Joseph Havens, Harvard University

â€œSaya suka buku ini, membantu kita untuk meningkatkan kualitas hidup. Sangat menakjubkan!â€•

â€"Rita Cosby, *host* TV dan penerima penghargaan Emmy

â€œBuku ini telah membuat perubahan besar dalam kehidupan saya. Wajib dibaca bagi siapa saja yang ingin mendapatkan lebih banyak waktu untuk hidup di planet ini.â€•

â€"Michael Carlin, editor di *Century City News*

â€œBuku ini tidak hanya untuk mereka yang berada dalam situasi hubungan yang kurang baik, dalam pekerjaan atau kehidupan sosial, melainkan juga bagi mereka yang dalam kondisi baik tetapi ingin melakukan yang lebih baik.â€•

â€”Dr. Douglas Krech

â€œBuku fenomenal dan unik. Membaca buku ini akan mengubah cara Anda memahami, mengontrol, dan memanfaatkan emosi untuk menciptakan kehidupan yang Anda inginkan. Buku ini akan meningkatkan kualitas hidup Anda!â€•

â€”Natalie Strand

Â

TENTANG PENULIS

Ken Lindner adalah pemilik dan Chief Executive Officer perusahaan *hosting representation* paling sukses di dunia, Ken Lindner & Associates, Inc. Ken lulus sarjana dalam bidang Antropologi Sosial dengan predikat Magna Cum Laude di Harvard University. Dengan tesis studi tentang pengambilan keputusan, ia mengkaji cara orang berpikir, menanamkan nilai-nilai, dan bagaimana mereka mengambil keputusan ketika dihadapkan pada situasi dan rangsangan tertentu.

Semasa kuliah, Ken pernah menjadi pemain Tim Tenis Varsity. Dia memenangi banyak gelar tenis tunggal dan ganda, serta mengalahkan Arthur Ashe dalam pertandingan yang berlangsung satu tahun sebelum Ashe memenangi Wimbledon Singles Title. Selain itu, Ken juga menjuarai Menâ€™s National Open Paddle Tennis Singles and Doubles Champion.

Gelar doktor dia sandang dari Cornell Law School, tempat dia mendalami resolusi konflik dan mempelajari cara memikirkan dan menganalisis masalah secara teratur. Pada 1978, Ken dianugerahi gelar Doktor Juris.

Setelah lulus dari Cornell, ia bekerja di Departemen Urusan Bisnis, William Morris Agency. Dalam dua tahun, ia menjadi Asisten Presiden di Departemen Berita. Setelah itu, ia dipromosikan menjadi Wakil Presiden yang bertanggung jawab atas Departemen Berita. Pada 1988, ken meninggalkan perusahaan ini dan mendirikan Ken Lindner & Associates, Inc.

Ken Lindner sudah memberikan konseling kepada ribuan orang selama tiga puluh tahun terakhir dan membantu mereka dalam mengambil keputusan pribadi maupun profesional yang meningkatkan kehidupan. Di antara tokoh-tokoh terkenal yang pernah merasakan bantuannya dalam pengembangan karier yakni Matt Lauer, Lester Holt, Dr. Sanjay Gupta, Mario Lopez, Robin Meade, Ann Curry, Tom Bergeron, Shepard Smith, Megyn Kelly, dan Nancy Oâ€™ Dell.

Ia pun memiliki sejumlah karya. Buku pertamanya, *Broadcasting Realities* (1999), merupakan bacaan standar bagi wartawan televisi dalam bidang psikologi penyiaran. Buku ini memperkenalkan pengetahuan untuk berkarier dalam bidang informasi. Semua royalti buku ini disumbangkan untuk amal. Sementara buku keduanya, *Crunch Timeâ„¢: 8 Steps to Making the Right Life Decisions at the Right Times* (2004), memandu pembaca untuk meningkatkan kepercayaan diri dalam mengambil keputusan hidup.

Vendor Info