

JESSICA PAN

Kommst du zur Party?

Nein, mein Sofa kann nicht so gut allein bleiben

Nein, ich muss mein Gefrierfach abtauen

Nein, mein Hamster muss zur Physio

Klar doch!

DER GUIDE FÜR
INTROVERTIERTE,
UM EIN ANGSTEINFLÖSSEND
ABENTEUERLICHES LEBEN ZU FÜHREN



mvgverlag

JESSICA PAN

DER GUIDE FÜR
INTROVERTIERTE,
UM EIN ANGSTEIFLÖSSEND
ABENTEUERLICHES LEBEN ZU FÜHREN

Für lan –
Wǒ ài nǐ

JESSICA PAN

DER GUIDE FÜR
INTROVERTIERTE,
UM EIN ANGSTEIFLÖSSEND
ABENTEUERLICHES LEBEN ZU FÜHREN

mvgverlag 

© 2020 des Titels »Der Guide für Introvertierte« von Jessica Pan. (978-3-7474-0196-5)
by mvg Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München. Nähere Informationen unter: www.m-vg.de

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie. Detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://d-nb.de> abrufbar.

Für Fragen und Anregungen

info@mvg-verlag.de

1. Auflage 2020

© 2020 by mvg Verlag, ein Imprint der Münchner Verlagsgruppe GmbH

Nymphenburger Straße 86

D-80636 München

Tel.: 089 651285-0

Fax: 089 652096

Die amerikanische Originalausgabe erschien 2019 bei Doubleday, einem Imprint von Transworld Publishers, unter dem Titel *Sorry I'm Late, I Didn't Want to Come*. © 2019 by Jessica Pan. All rights reserved.

Alle Rechte, insbesondere das Recht der Vervielfältigung und Verbreitung sowie der Übersetzung, vorbehalten. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form (durch Fotokopie, Mikrofilm oder ein anderes Verfahren) ohne schriftliche Genehmigung des Verlages reproduziert oder unter Verwendung elektronischer Systeme gespeichert, verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.

Übersetzung: Alexandra Kay

Redaktion: Carina Heer

Umschlaggestaltung: Karina Braun

Umschlagabbildung: [shutterstock.com/GoodStudio](https://www.shutterstock.com/GoodStudio)

Satz: Röser MEDIA, Karlsruhe

Druck: GGP Media GmbH, Pöbneck

Printed in Germany

ISBN Print 978-3-7474-0196-5

ISBN E-Book (PDF) 978-3-96121-554-6

ISBN E-Book (EPUB, Mobi) 978-3-96121-555-3

Weitere Informationen zum Verlag finden Sie unter

www.mvg-verlag.de

Beachten Sie auch unsere weiteren Verlage unter www.m-vg.de

Inhaltsverzeichnis

Hinweis der Autorin	7
Einleitung	9
Die Sauna <i>oder</i> Der absolute Tiefpunkt	17
Gespräche mit Fremden <i>oder</i> Neue Leute	27
Zitternd im Rampenlicht <i>oder</i> Lampenfieber	55
Herzprobleme: ein Zwischenspiel aus dem wahren Leben	81
Die Suche nach der Richtigen <i>oder</i> Freundschaftsdates	93
Menschenmengen <i>oder</i> Netzwerken.	119
Die Hochzeit in Deutschland: ein Zwischenspiel aus dem wahren Leben.	139
Im freien Fall <i>oder</i> Improvisation	149
Der Mount Everest <i>oder</i> Stand-up-Comedy, Runde I	165
Gespräche mit Männern: ein Zwischenspiel aus dem wahren Leben.	189
Im Wolkenschloss <i>oder</i> Allein auf Reisen	203
Schottenhöhle <i>oder</i> Stand-up-Comedy, Runde II.	227
Introvertierte im Wald: ein Zwischenspiel aus dem wahren Leben	233
Erlösung <i>oder</i> Stand-up-Comedy, Runde III	245
Zu Tisch <i>oder</i> Die Dinnerparty	253

Introvertiert. Extrovertiert. Konvertiert?	271
Ein Wort zu Introversion	279
Quellenverzeichnis	283
Danksagung	295