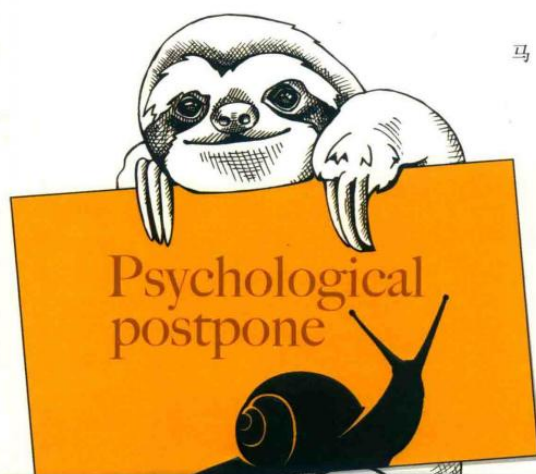


拖延心理学改掉自身惰性原来如此简单

心理励志文丛 | 为心「疗伤」

拖延心理学 改掉自身惰性 原来如此简单

马 男 / 主编



懒惰者的福音
“拖延症患者”的良药

别说“以后再做”
醒醒吧
你有多少个“以后”呢



团结出版社

作者：马男主编

出版社：北京：团结出版社

出版日期：2019.01

总页数：230

介绍：书中介绍了拖延的表现和成因，也介绍了很多克服拖延的方法。看完这本书，你便可以根据自己的情况对症下药。当然了，本书只负责开药，这副药你是立刻服下去，还是拖一段时间再服，需要由你自己决定。不过读完本书后，相信你会有办法让自己立刻服下去的。

说明：登录教客网 (<https://www.jiaoke.com/book/detail/14617725.html>) 查找全本阅读方式

拖延心理学改掉自身惰性原来如此简单 评论地址: <https://www.jiaokey.com/book/detail/14617725.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/14617725.html>

书名: 拖延心理学改掉自身惰性原来如此简单