

拖延不是病 解密拖延心理成因



作者：付晗晓著

出版社：重庆：重庆大学出版社

出版日期：2014. 05

总页数：174

介绍：本书是一本轻松的心理科普读物，概括为三个部分：1，定义和描述拖延。2，六大拖延原因(完美主义；对时间的错误观念；不能延迟满足等)。3，如何攻克拖延。

说明：登录教客网（<https://www.jiaokey.com/book/detail/13602401.html>）查找全本阅读方式

拖延不是病 解密拖延心理成因 评论地址：<https://www.jiaokey.com/book/detail/13602401.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/13602401.html>

书名：拖延不是病 解密拖延心理成因