

从拖延到自律 用福格模型战胜拖延症

作者：格桑

出版社：北京：中国纺织出版社

出版日期：2021.07

总页数：198

介绍：关于战拖，市面上有太多的鸡汤文去鼓励你提高意志力，但鸡汤的效用不会超过五分钟，

说明：登录教客网(<https://www.jiaokey.com/book/detail/15016384.html>)查找全本阅读方式

从拖延到自律 用福格模型战胜拖延症评论地址<https://www.jiaokey.com/book/detail/15016384.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。