

## <<我们都有拖延症>>

### 图书基本信息

书名：<<我们都有拖延症>>

13位ISBN编号：9787121296246

10位ISBN编号：7121296241

出版时间：2013-7

出版时间：电子工业出版社

作者：【著】庞金玲,【绘】曲利华

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<我们都有拖延症>>

### 内容概要

本书详细讲解拖延症的成因、行为模式以及如何调整。文中列举大量的案例，使读者容易理解并能够在事例中找到自身困惑所在，从而抓住拖延心理的根本，以最为有效的方式解决生活中辗转反侧也难以通明的学习、工作、婚姻、社交等方面的问题。通过了解人格心理，使我们更加了解社会问题、学会规避社交风险、解决人际矛盾，成为高明的问题终结者和自己的心理医生。

## <<我们都有拖延症>>

### 作者简介

80后作家中不起眼的一员，曾在深圳一家世界500强企业做秘书，闲暇时写写文章，乐此不疲。后来辞职做起了自由撰稿人，命中注定要与文字打一辈子交道。

<<我们都有拖延症>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>