

别再叫我拖拉斯基



[别再叫我拖拉斯基_下载链接1](#)

著者:

出版者:武汉出版社

出版时间:2013-9

装帧:平装

isbn:9787543076518

作者介绍:

目录:

[别再叫我拖拉斯基_下载链接1](#)

标签

时间管理

当当读书

2016阅读

已购

2015年阅读

评论

拖延是一种自我防卫的结果，目的就是为了防卫内心的恐惧与遗憾。拖延会让人们暂时远离自己不擅长的事情，会让自己那颗畏惧失败或患得患失的心得到保护，会掩饰自己的伪完美主义。——全书最有价值的一段。

举的例子挺啰嗦的，看标题觉得会比较有趣，结果是那种书店里常见的自以为讲得很有道理其实是在讲废话的书。

不咋的，内容重复，没什么建设性

有几章对自己很有用，有些例子就发生在自己身上，有些章节大概看了一下。

看完觉得膝盖好疼

[别再叫我拖拉斯基 下载链接1](#)

书评

[别再叫我拖拉斯基 下载链接1](#)