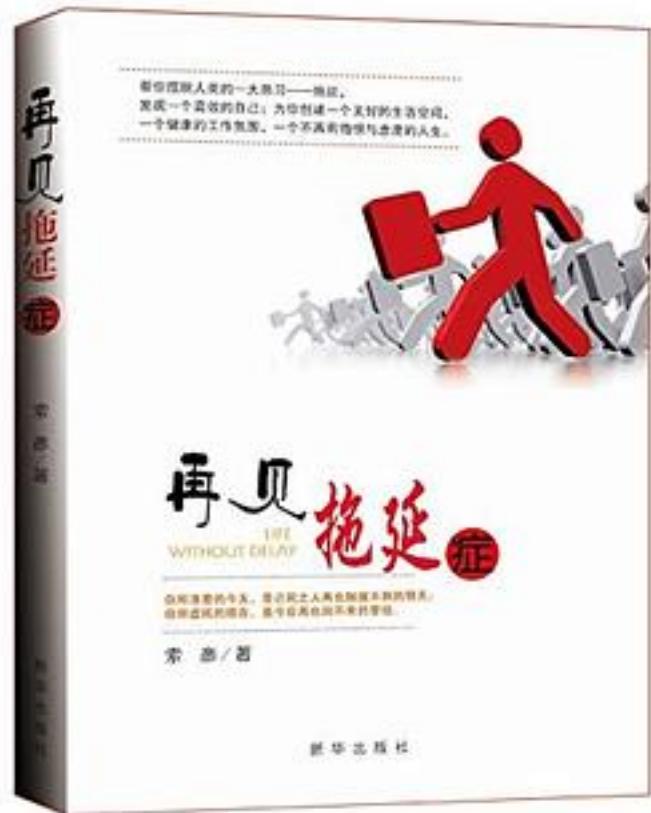


# 再见 拖延症



[再见拖延症 下载链接1](#)

著者:索彦

出版者:新华出版社

出版时间:2016-9-1

装帧:平装

isbn:9787516626917

本书通过深入的分析,帮助读者认清拖延症的成因、危害,并为读者摆脱拖延症提供了切实可行的建议,从而使读者克服拖延习惯,改变自我,迎来自信、阳光、果敢的新生活,成为一个有行动力和高效率的人。

## 作者介绍:

索彦，原名索晓伟，曾担任国际企业战略网策划总监，现为自由撰稿人，曾出版过《谁是最优秀的员工》《做个好妻子》《让老板需要你》《让自己不可缺》《给孩子插上翅膀》等十多部畅销书。

## 目录:

[再见 拖延症 下载链接1](#)

## 标签

拖延

## 评论

全书拼凑，单篇也拼凑。鸡汤写法，编一个故事，写两句感想。烂书。可以作为洗稿的素材，发今日头条。

---

我是佛了，作者的水准之低，让我连带着对新华出版社的评价都下降了一个档位。这本书放在十几年前大概和读者之类的鸡汤一样有市场。但是作为一本2016年出版的图书，水准之低让人震惊，全书全是那些杜撰的故事，外加毫无意义的说教，真正有价值的文字多了算也绝不超过二十分之一。简直浪费生命，如果这种书都能被新华社出版，那我随便把我qq空间的感悟拿出来出版能甩他十条街！杜撰的故事加上，造作刻意的解读，简直误人子弟，让我翻出几乎不用的豆瓣账号来吐槽。

---

拖延总是悄悄地来，我们不知道什么时候我就在拖延了，因为拖延真的太平常了。这本书见介绍了拖延误区，提出问题再解答，将情况结合拖延特性，比较明确。特别感谢作者提出的建议和方法，让我受益匪浅。

[再见 拖延症 下载链接1](#)

## 书评

---

[再见 拖延症 下载链接1](#)