

THE PROCRASTINATION CURE

21 PROVEN TACTICS FOR CONQUERING YOUR INNER
PROCRASTINATOR, MASTERING YOUR TIME, AND
BOOSTING YOUR PRODUCTIVITY!



DAMON ZAHARIADES

خلاصه کتاب: درمان تعلل

آنچه در چکیده کتاب «درمان تعلل، نوشته دیمین زاهاریادس» می‌آموزید

آیا دوست دارید تعلل را کنار بگذارید، بهره‌ورتر شوید و اضطراب کمتری داشته باشید؟

دیمین زاهاریادس، متخصص بهره‌وری که روزگاری خودش یکی از بزرگ‌ترین سهل‌انگاران دنیا بود، می‌تواند در رسیدن به این اهداف به شما کمک کند.

او در این کتاب جامع بهره‌وری، ماهیت تعلل را بررسی کرده و به‌جای نظریه‌پردازی، بیشتر به نکات عملی و کاربردی می‌پردازد.

زاهاریادس علاوه بر ارائه ۲۱ روش موثر برای غلبه بر تعلل، دلایل آن را هم توضیح داده و نشان می‌دهد چرا مردم تعلل می‌کنند.

همچنین به هزینه‌های آشکار و پنهان تعلل در انجام کارهای مهم اشاره می‌کند و روش اجتناب از آن را توضیح می‌دهد.

[membership_protected_content]

audio]

mp3="https://dle.modiresabz.com/downloads/downloads/dm/۸۰.ThePr

[ocrastinationCure.mp3"][/audio

[membership_protected_content/]