

Tags: Jag ska bara... : konsten att få det gjort i tid las online bok; Jag ska bara... : konsten att få det gjort i tid e-bok apple; Jag ska bara... : konsten att få det gjort i tid epub books download; Jag ska bara... : konsten att få det gjort i tid ladda ner pdf e-bok; Jag ska bara... : konsten att få det gjort i tid MOBI download; Jag ska bara... : konsten att få det gjort i tid bok pdf svenska

---

## **Jag ska bara... : konsten att få det gjort i tid PDF E-BOK**

**Charlotte Hågård,Ann Ljungberg,Susanne Hellman Holmström,Petra Ariton,Dorotea Pettersson**



Författare: Charlotte Hågård,Ann Ljungberg,Susanne Hellman Holmström,Petra Ariton,Dorotea Pettersson

ISBN-10: 9789177916284

Språk: Svenska

Filstorlek: 2791 KB

## BESKRIVNING

Känner du igen dig i bokens titel? Många gör det. Att skjuta upp saker och ting är något vi alla gör lite till mans. Värre är det om du gång efter gång skjuter upp viktiga och kanske obehagliga, tråkiga eller krävande uppgifter trots att du vet att det kommer bita dig i svansen. Du känner pressen men väljer ändå att göra något annat, som att skriva en att göra-lista eller dammsuga. Den här boken hjälper dig att få bukt med ditt uppskjutarbeteende, även kallat prokrastinering. Det är ett komplext psykologiskt fenomen som har att göra med att hjärnan spelar oss spratt när vi ska prioritera våra uppgifter. Att ha svårt att påbörja eller avsluta en uppgift, fast det står mycket på spel, skapar surdegar som vi inte mår bra av. Vi känner oss stressade, får ångest och allmänt svårt att lyckas på jobbet och i det privata. Med den här boken får du de insikter och verktyg du behöver för att vända på detta beteende och få dina uppgifter gjorda i tid.

## VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

### **Jag ska bara... : konsten att få det gjort i tid - Dorotea Pettersson ...**

2017, Flexband. Köp boken Jag ska bara... : konsten att få det gjort i tid hos oss!

### **Jag ska bara: konsten att få det gjort i tid - Ljudbok - Dorotea ...**

Konsten att göra skotska ... då jag fick ett obeskrivligt sug efter att åka till ... Är du intresserad av detaljer hur du tar dig dit så ska jag ta fram det till ...

### **Varför kvinnor lämnar männen de älskar! | Mansklig**

Det ska bli så underbart att vara hemma med barnen i ... Men något vill jag kanske få gjort ... Sen kom tiden då hon bara ville gå gå gå och att man skulle ...

**JAG SKA BARA... : KONSTEN ATT FÅ DET GJORT I TID**

***LÄS MER***