

Aufschieben besiegen: Literaturtipps



Diese Bücher beschäftigen sich mit dem Thema Aufschieben und wie man es überwinden kann:

Guderian, C. (2008). Arbeitsblockaden erfolgreich überwinden: Schluss mit Aufschieben, Verzetteln, Verplanen! mvg.

Grolimund, F. (2018). Vom Aufschieben zum Lernprofi. Bessere Noten, weniger Stress, mehr Freizeit. Herder.

Höcker, A., Engberding, M. & Rist, F. (2017). Heute fange ich wirklich an! Prokrastination und Aufschieben überwinden – ein Ratgeber. Hogrefe.

Rückert, H.-W. (2014). Schluss mit dem ewigen Aufschieben: Wie Sie umsetzen, was Sie sich vornehmen. Campus.

Steel, Dr. P. (2011). Der Zauderberg: Warum wir immer alles auf morgen verschieben und wie wir damit aufhören. Bastei Lübbe.