

Simone Janson

pro krasti nation überwinden

Aufschieberitis dauerhaft kurieren, Schluss mit dem Dinge verschieben verzögern vermeiden, bessere Produktivität Effizienz & Zeitmanagement für Chaoten



Prokrastination überwinden

Aufschieberitis dauerhaft kurieren, Schluss mit dem Dinge verschieben verzögern vermeiden, bessere Produktivität Effizienz & Zeitmanagement für Chaoten

Simone Janson

Erschienen bei Best of HR – Berufebilder.de®

Inhaltsverzeichnis

[Impressum](#)

[Einleitung: So unterstützt Sie dieses Buch](#)

[AddOn, Pressestimmen und Kundenmeinungen](#)

[Inhalt des Buches](#)

[Aufbau und Struktur des Buches](#)

[Infos nach Wunsch und Zusatzmaterial zum Buch!](#)

[Persönliche eBooks und eKurse](#)

[Aufschieberitis in 3 Punkten: Was ist eigentlich Prokrastination? // Von Simone Janson](#)

[Prokrastination Aufschieberitis und Perfektionismus: 7 Tipps gegen die Angst // Von Simone Janson](#)

[Prokrastination und Aufschieberitis im Zeitmanagement: Es kommt anders... // Von Simone Janson](#)

[Flexible Zielsetzung gegen Prokrastination: Die Grashalmstrategie // Von Simone Janson](#)

[Prokrastination und Zeitmanagement im Team: Achtung Zeitdieb! // Von Simone Janson](#)

[Prokrastination und Zeitmanagement: Effizient arbeiten trotz Großraumbüro und schwierigen Kollegen // Von Simone Janson](#)

[Prokrastination: 7 X effizient Zeit vergeuden – und wie es besser geht! // Von Simone Janson](#)

[Prokrastination oder Faulheit: Macht Nichtstun produktiv? // Von Simone Janson](#)

[Einfacher und leichter leben ohne Perfektionismus – 6 Tipps: Hör auf, Dir selbst im Weg zu stehen! // Von Simone Janson](#)

[Entscheidungs-Vermeidung und Prokrastination: Ziele dennoch erreichen // Von Simone Janson](#)

[Schlusswort](#)

[Autoren-Übersicht](#)

[Simone Janson](#)

[Über den Verlag Best of HR - Berufebilder.de®](#)

[Hinweise zur Übersetzung](#)

Impressum

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <https://dnb.dnb.de> abrufbar.

ISBN der deutschen eBook-Ausgabe: 9783965960640

ISBN der englischen eBook-Ausgabe: 9783965960657

Deutsche Website des Verlags: <https://berufebilder.de>

Englische Website des Verlags: <https://best-of-hr.com>

Prokrastination überwinden

2. Auflage, 30.01.2022

©2022 Verlag Simone Janson | Best of HR – Berufebilder.de®

Düsseldorf, Deutschland

Konzeption, Redaktion, Grafikdesign & Layout: Simone Janson

Coverdesign mit Canva

eMail: verlag@berufebilder.de

Wir geben Ihnen Informationen, die Sie wirklich brauchen und engagieren uns für eine bessere und ökologische Arbeitswelt. Als [Verlag Best of HR - Berufebilder.de®](https://www.berufebilder.de) mit [einzigartigem Buchkonzept](#) und [eKursen](#) bieten wir über 20 Jahre Erfahrung im Corporate Publishing - mit Kunden wie [Samsung](#), [Otto](#), [staatlichen Institutionen](#). Verlegerin [Simone Janson](#) leitet auch das [Institut Berufebilder Yourweb](#), das u.a. Stipendien vergibt, und gehörte [zu den 10 wichtigsten deutschen Bloggerinnen](#), referenziert in [ARD](#), [ZEIT](#), [WELT](#), [Wikipedia](#).

Obwohl bei der Erstellung dieses Buches alle Vorsichtsmaßnahmen getroffen wurden, übernimmt der Herausgeber keine Verantwortung für Fehler oder Auslassungen oder für Schäden, die sich aus der Verwendung der hierin enthaltenen Informationen ergeben.

Alle Bücher des Verlags Simone Janson | Best of HR – Berufebilder.de® erscheinen in deutscher und englischer Sprache. Lesen Sie bitte dazu die Hinweise zur Übersetzung am Ende des Buches.

Alle Werke des Verlags Simone Janson | Best of HR – Berufebilder.de®, einschließlich ihrer Teile, sind urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung des Verlages und des Autors unzulässig. Dies gilt insbesondere für die elektronische oder sonstige Vervielfältigung, Übersetzung, Verbreitung und öffentliche Zugänglichmachung.