

Классика современной деловой
литературы



КОГДА ХВАТИТ

ОТКЛАДЫВАТЬ

**Как выйти из режима
ожидания и начать
ЖИТЬ**

Роберт Стен

Роберт Стен

**Когда хватит откладывать.
Как выйти из режима
ожидания и начать жить**

«Автор»

2026

Стен Р.

Когда хватит откладывать. Как выйти из режима ожидания и начать жить / Р. Стен — «Автор», 2026

Ты весь день занят. А в конце дня понимаешь: главное снова не сделал. Не потому что ленишься — просто мелкие дела создают ощущение контроля и тихо заменяют движение. Тормозит внутренний конфликт: чем важнее задача, тем больше ожиданий и тем меньше ясности, как сделать “правильно”. Разум выбирает безопасное — отложить. И так ты каждый день подтверждаешь одно и то же направление жизни, только без выбора. Эта книга помогает выйти из режима ожидания. Ты поймёшь, почему рывки и “с понедельника” выматывают, как использовать дискомфорт как сигнал роста и как запускать простые действия, которые ломают инерцию. Внутри есть диагностический тест с понятной расшифровкой и 14-дневный план: каждый день — один шаг к тому, что ты обычно откладываешь. Без вдохновения. Просто чтобы жизнь снова начала двигаться.

Содержание

Иллюзия занятости	5
Психология откладывания	6
Конец ознакомительного фрагмента.	7

Роберт Стен
**Когда хватит откладывать. Как выйти
из режима ожидания и начать жить**

Иллюзия занятости

[illegible]

Психология откладывания

[illegible]

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.