

<<好女孩为什么总受伤>>

图书基本信息

<<好女孩为什么总受伤>>

内容概要

《好女孩为什么总受伤:聪明女孩分手手册》主要收录了如果有正当的理由呢、但如果他给我打电话呢、如果我忍不住想知道他的一切呢、可我习惯和他谈心了、如果我们曾经是最好的朋友呢、令人喜忧参半的失恋、格雷格：我曾做过的错事、阿米拉：我是如何走出阴影的等内容。

<<好女孩为什么总受伤>>

作者简介

作者：（美国）格雷格·贝伦特（Behrendt G.）（美国）阿米拉·萝特拉·贝伦特（Behrendt A.R.）

译者：王宇 曹妮 格雷格·贝伦特（Behrendt G.），美剧《欲望都市》顾问。

超级畅销书《他其实没那么喜欢你》的作者之一。

喜剧演员。

他在HBO和Comeay Central频道的“杰·雷诺秀”、“大卫·赖特曼秀”及“时南·欧布莱恩秀”等热门脱口秀节目中的演出备受欢迎。

目前和妻女定居洛杉矶。

阿米拉·萝特拉·贝伦特（Behrendt A.R.），格雷格·贝伦特（Greg Behrendt）的妻子。

曾在音乐界任职唱片执行数年，现在则是全职母亲兼作家。

王宇，吉林人。

80后。

毕业于北京交通大学英语系。

现就职于北京某出版机构。

曹妮，陕西人。

80后。

毕业于西北大学中文系。

现就职于国家某部委。

<<好女孩为什么总受伤>>

书籍目录

上部分手篇 第一章因为感情出现裂痕而分手 一、对分手的一些疑问/7 1.一段感情为何会毫无预兆地结束了呢/7 2.为什么想要分手却还要等我说出来/8 3.我们会不会重归于好/10 4.如果我们的感情真的很好怎么办/11 5.都说时间是一剂良药,可为什么还是会很心痛/12 二、令人喜忧参半的失恋/14 1.格雷格:我做过的错事/15 2.阿米拉:我是怎样走出阴影的/16 三、失恋练习题/19 四、情感告白/21 第二章没有新信息/22 一、对分手的一些疑问/27 1.如果他分辨不出是不是我的来电呢/27 2.可是他说过要保持联系/28 3.如果我有正当的理由呢/28 4.但如果他给我打电话呢/29 5.如果我忍不住想知道他的一切呢/30 6.可我习惯和他谈心了/31 7.如果我们曾经是最好的朋友呢/32 二、令人喜忧参半的失恋/34 1.格雷格:我曾做过的错事/35 2.阿米拉:我是如何走出阴影的/36 三、失恋练习题/38 四、情感告白/39 第三章暴饮暴食,只会让痛苦愈演愈烈/41 一、对分手的一些疑问/45 1.喝酒是否能使伤口愈合得更快/45 2.什么才是最好的“报复”方式/46 3.狂吃也无法舒缓心情/47 4.止痛药都不能让我安定片刻/48 5.滥情只会让你更加孤单和沮丧/49 二、令人喜忧参半的失恋/52 1.格雷格:我做过的错事/53 2.阿米拉:我是如何走出阴影的/54 三、失恋练习题/57 四、情感告白/58 …… 第四章别让最好的朋友也离开你/59 第五章最好不要请病假/76 第六章如果他真的那么优秀,你们就不会分手了/89 第七章幻想在此地见到你/107 第八章他的脑袋里在想什么/119 下部疏导篇

<<好女孩为什么总受伤>>

章节摘录

版权页：不要误会，我们能理解在这段糟糕的日子里，你需要和他联系，与他交流并且希望得到他的消息。

当爱的人突然从我们的生命中消失，我们都曾停下前进的脚步，那时，任何一丝希望都如同黑夜中的指明灯。

但这又像是你想极力保持清醒，却为了让自己好过些，每天抿一小口酒一样。

过度放纵自己，不去坚强面对，这会让自己越来越离不开他，把悲伤凝结在那里，深深陷入失恋的痛苦之中。

熬过这段日子的关键就是不让自己闲下来，别让自己有时间胡思乱想。

我讨厌用高中教练的语气来讲话，但是你真的需要把这件事放一下，出去运动运动！

手机一直在折磨着你——担心丢了一条语音信息，或者每次手机响起你都兴奋地以为是他打来的——这不是你前男友的错——某种程度上你是自作自受，你必须认识到这一点。

花一点时间，坦诚地面对自己，想想自己为什么要这样做。

给他电话真的能让你感觉好受些吗？

当他不接电话的时候，他在干吗呢？

当你读他的邮件时，或是得悉没有你他一样活得多姿多彩的时候，你会觉得很开心吗？

我想不会吧。

如果你对自己足够诚实，你会赞同我的。

在你被甩、受伤害、失望过后，还要再揭自己的伤疤，所有的这些都不利于使你成为一位坚强、性感、冷静的“无敌辣美女”——这才是你的理想。

在最近我们收到的分手调查函中，人们做过的最后悔的事，有近一半都是打过冲动的电话、酒醉后的电话，偷偷查看过前任的信息和语音信箱。

有趣的是，几乎所有的人都承认在事后，他们的痛苦有增无减，但他们又无法克制自己的冲动和好奇。

调查显示，分手后的悲伤对人们的影响大同小异，都在最关键的时刻，自己却成了自己最强大的敌人。

经验告诉我们，与前任联系的种种冲动有弊而无利，务必要想方设法控制自己。

少数勇敢、强大的灵魂用他们的故事激励着我们，我们也希望会对你有所帮助。

一位女士来信说，为了不让自己疯掉，她扔掉了手机里的SIM卡，这样她就不能查看信息了。

另一位男士来信告诉我们，他给了一个朋友300美金，让他陪他去旅游，这样他就不会给前女友电话了。

还有一位女士每晚让她的邻居把她的手机拿走，早晨再送回来，这样她便能一夜安眠。

或许这些做法都很极端，但细细想来，他们其实很聪明。

他们认识到自己对手机和心魔无能为力，便想办法去解决。

在你最脆弱的时候，换张新的手机卡，雇个保姆，把手机带出房间都是最基本的自我保护措施。

更难得的是，你会因此而变得坚强！

这些人没有坐以待毙，没有手机也没有想象中的不便——确切地说，是手机的缺失才使他们保住了岌岌可危的自尊。

他们是失恋者的模范代表。

<<好女孩为什么总受伤>>

编辑推荐

《好女孩为什么总受伤:聪明女孩分手手册》由西苑出版社出版。

<<好女孩为什么总受伤>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>