

不要给那个男人打电话

全美畅销10年，亚马逊排行最TOP的情感心理自助书

不要给那个男人打电话！



[美]罗达·范德林著
柯西嘉译

Don't Call That Man

一段关系已经结束，为什么还要坚持呢？

这是本书带给你的：帮助你从情感心理困境中走出来。这本书告诉你，生活有时有利无利，有时利无利无害，不要害怕失去，勇敢地去追求属于自己的幸福。

辽宁教育出版社

[不要给那个男人打电话 下载链接1](#)

著者:罗达·范德林

出版者:辽宁教育出版社

出版时间:2005-5-1

装帧:BBC书籍

isbn:9787538273960

全美畅销10年，是亚马逊排行最TOP的情感心理自助书登陆中国！一段关系可以结束，

但生活还要继续!这正是本书要告诉你的。美国著名职业心理医师罗达·范德林在这本书里，告诉女性如何克制冲动，不再拿起电话，激励人们走出失恋困境，重新开创新生活。

在一种失败的关系之后，有一个阶段是你“不要给那个男人打电话”的阶段。这本充满灵感的革命性指南，让你从分手的伤害中走出来并继续前行，罗达·范德林教失恋后的女人如何去击败和克服几乎是强迫症的这种冲动——去捡起电话拨那个男人的号码。

书中的方法简单易行，只要你按部就班，定会获得良好效果。《不要给那个男人打电话》是失恋人们拂去伤痛不可或缺的指南。去繁存简、去芜存菁，让你远离那部电话，远离那个男人。除此之外，本书还教你：如何走出失败关系；怎样识破模棱两可的男人，如何让他走出你的生活；你的父亲、母亲是怎样影响你对男人的选择的；如何建立、使用你的救援系统；不要给那个男人打电话的“十步计划”。

作者介绍：

目录: 前言 为什么不要给那个男人打电话?

第一章 打破恶心循环的怪圈

第二章 哀悼与悲痛

第三章 从拒绝中痊愈

第四章 不完整的父爱

第五章 母亲和男友

第六章 始终追随他的缘由

第七章 模棱两可的男人

第八章 浪子不会回头

第九章 何苦为难自己

第十章 走出低谷

第十一章 “十步计划”

第十二章 不走回头路

· · · · · (收起)

[不要给那个男人打电话](#) [下载链接1](#)

标签

爱情

心理

关于爱情

文艺青年情绪多

分手

女性的抵抗

评论

失恋必读

写得很真实，只不过在分手的心情下，无法做到那么理智

挺实用的，在学校图书馆借到的一本书。

失恋

[不要给那个男人打电话 下载链接1](#)

书评

[不要给那个男人打电话 下载链接1](#)