

# 《没有你，我可以过得更好》

## 图书基本信息

书名：《没有你，我可以过得更好》

13位ISBN编号：9787538591451

出版时间：2015-2

作者：王莉

页数：224

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)

# 《没有你，我可以过得更好》

## 内容概要

当你无法停止想念前任，总是不停地发短信、打电话、时时查看前任的QQ空间、微博，甚至会刻意绕去他家楼下，该怎么办？

如何识别他是真想分手，还是另有所求？

如果分手了后悔怎么办？

要不要和前任保持联系？

如果他和前任还有联系你怎么办？

怎样提出分手他才会死心、不再胡搅蛮缠？

最好的分手时机是什么时候？

如何提出分手才能少伤害他？

分手了还要做朋友吗？

分手后要怎样调节？

什么时候是分手的高危期？

不要怕分手，因为将就在一起是一种残忍！

不再试图去赢回前任的心，也不再为了让他爱你而失去自我！！

分手，是让你的生活变得更好的最佳契机！！！！

分手是人人都会一再经历的事，所以不要怕分手，更不要将就在一起！

不管你是被负心汉甩掉，还是遇到了更适合自己的的人，你都得处理一大堆麻烦事，比如忘不了他，甩不掉他。本书将指导你如何面对他提出的分手要求，你想甩人该怎么办，如何处理前任问题，如何才能从失恋的阴影中走出来，迎接美好的新恋情。

# 《没有你，我可以过得更好》

## 作者简介

王莉，畅销书作家，作品版权被售往韩国，著有《这辈子，你最应该知道的事：心理学家教你76个思考技巧》《最实用的趣味心理学》《思维地雷：人人都会有的思考盲点》《没有你，我可以过得更好：最强大的分手指南》《青春期孩子的正面管教》等。

# 《没有你，我可以过得更好》

## 书籍目录

# 《没有你，我可以过得更好》

## 精彩短评

1、躺着窝里舔伤口，没有你，伤口可以愈合得很好！

# 《没有你，我可以过得更好》

## 精彩书评

1、关于分手的心理学，很好的一本书序言：分手是一门艺术，人人都得掌握。爱情是甜蜜的，也是残酷的。每个处于热恋中的青年男女都有这种感觉：自己和恋人会相爱一生。但后来的事实多半是：要是早点分手，就好了！为什么你的想法会有这种180度的大转弯呢？这是因为热恋会蒙蔽我们的眼睛，使我们产生错觉。心理学研究证实，所有对感觉的自我预测都是极不靠谱的，处于热恋中的你，甚至无法预测未来一周你们的恋情状况。相信你一定知道罗密欧与朱丽叶的故事，但我们估计你没有留心“罗密欧前传”。就在与朱丽叶相遇的当天早上，罗密欧还因为被罗瑟琳拒绝而伤心、绝望，可是到了晚上，他遇到朱丽叶时就一见钟情了。爱情就是这么让人难以捉摸！所以你们爱得死去活来时，自然坚信一辈子都不会分开。但残酷的是，对于大多数人来说，都会经历三次以上的痛苦分手。所以，无论你现在的感情状况如何，你都需要一本关于如何分手的指南。如果你还未初恋或正在初恋，这本《没有你，我可以过得更好：最强大的分手指南》则更是必不可少的，因为你有98%的可能会分手，即使这是你的第二次恋爱，你仍有75%的可能分手；第三次恋爱，也有一半的分手可能性。因为分手不但是是一门技术，更是一门艺术——想要顺利分手，不但需要技巧，更需要有创意——所以你需要得到权威并且实用的专业指导。这本权威实用的《没有你，我可以过得更好：最强大的分手指南》分为三大部分。第一部分为《每一天，都是放手的练习》，其目的是让你对分手有个全新的认识，属于“认识分手”阶段。这部分内容主要介绍古今中外名人的分手史，以及关于分手的科学知识，内容囊括了七大分手原因、四大分手表达、五大分手时间和五大提出分手的途径。无论你是想甩人，还是担心被人甩，都能满足你的需要，让你分得顺利，断得干净。第二部分为《如果有一天，我们说分手》，属于“分手过程”阶段。这部分内容主要帮助你解决三个问题：他要分手怎么办？你该不该向他提出分手？以及如何才能顺利分手？每一种指导方法都有坚实的心理学理论作为基础，保证科学、实用。第三部分为《没有你，我仍然会很好》，属于“再出发”阶段。这部分内容首先指导你如何在分手后进行心理调适，然后是如何从失恋中走出来，以及如何不让过去的恋情影响新的恋情，最后是处理与前女/男友关系的态度、技巧和原则。我们希望这本书能帮助你做出正确的分手决策，调整你分手后的心理，帮助你重新恋爱，最终找到能和你相爱一生的理想伴侣。

# 《没有你，我可以过得更好》

## 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:[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)