**新 书 推 荐**



**中文书名：《焦虑：悲伤的缺失阶段》**

**英文书名：ANXIETY: THE MISSING STAGE OF GRIEF**

**作 者：Claire Bidwell Smith**

**出 版 社：Hachette's DaCapo Lifeling Books**

**代理公司：Wendy Sherman/ANA/Claire Qiao**

**页 数：272页**

**出版时间：2018年9月**

**代理地区：中国大陆、台湾**

**审读资料：电子稿**

**类 型：励志/大众社科**

**内容简介：**

**这是一本具有突破性意味的作品，它以著名的库伯勒‧罗斯（Kubler-Ross）的阶段模型为基础，附加上接受治疗的康复策略，深入探索了焦虑和悲伤之间鲜为人知却又至关重要的某种联系。**

焦虑性障碍现象正在逐年上升，许多人不断地寻求资源来帮助人们解决这个严峻的问题，但大多数人却并未意识到那些令他们难以释怀的悲伤经历才是最主要的因素——或者从根本上来说，这两者存在着某些必然的联系。经过了克莱尔·比德韦尔·史密斯（Claire Bidwell Smith）长期的临床治疗实践经验，并参照她自己青少年的人生经历，她最终得出结论：焦虑和悲伤之间确实存在着某种联系。现如今，为了帮助目标读者不再因为生命中的某些失去而备受焦虑情绪的折磨，经过大量的调查研究、案例分析和实地走访，比德韦尔·史密斯将焦虑的生理机能打破，帮助他们透彻理解她的核心理论的基础内涵。比德韦尔·史密斯在大众所熟知的伊莉莎白‧库伯勒‧罗斯（Elisabeth Kübler-Ross）五个阶段的基础上迈进了一大步：《焦虑：悲伤的缺失阶段》（*Anxiety: The Missing Stage of Grief*）深入解释了死亡与悲伤之间的密切联系以及它们是如何引发焦虑情绪的——从我们对死亡根深蒂固的恐惧心理到生命中的失去让我们赤裸裸地感慨生命的脆弱，所有的内容都将在这本书中逐一被拆解。

比德韦尔·史密斯在这本书中列举了一系列具体的实操方法、应对恐慌症的策略、掌控焦虑情绪的技巧，更重要的是，她用设身处地的思维以及立竿见影的方式将这两种情绪完美地结合在一起，相互影响。

**作者简介：**



**克莱尔·比德韦尔·史密斯（Claire Bidwell Smith）**是一名心理治疗师，她已经在悲伤辅导这个专业领域中工作了超过十年的时间。在克莱尔很小的时候，她便早早地失去了父母双亲。于是，她将这段令她刻骨铭心的切身体会与她在收容所、私人诊所工作时积攒下的丰富临床经验充分结合在一起，深入地探究了人们在悲伤情绪中所展示出的种种焦虑。克莱尔曾经出版过三本关于悲伤与失去题材的书籍，其中就包括她的自传《继承的规则》（*The Rule of Inheritance*）以及《逝后：生命结束后我们会去哪里？》（*After This: When Life Is Over Where Do We Go?* ）。其中，《继承的规则》曾在全世界18个国家公开发表，目前它还被改编成了电影作品。克莱尔的著作也曾刊登在各大主流媒体杂志上，如《纽约时报》（*The New York Times*）、《沙龙》（salon.com）、《页岩》（*Slate*）、芝加哥公共广播电台（Chicago Public Radio）、《赫芬顿邮报》（*The Huffington Post*）、《今日心理学》（*Psychology Today*）、《瑜伽杂志》（*Yoga Journal*）等。

克莱尔会定期举办有关悲伤与失去方面的讲座并提供一系列悲伤辅导的专业在线课程，她的客户现已遍布世界各地。她还试图改变人们对于死亡的看法，这样可以帮助我们每个人更健康地度过悲伤恢复期。

克莱尔和她的两个宝贝女儿现在居住在美国加利福尼亚州的圣莫尼卡（Santa Monica），她曾举办过多次主题研讨会并持续在全国范围内开展巡回讲座。更多有关克莱尔的消息，请查看网址：www. CelaReIdWeldSmith.com。

**媒体评论：**

“在《焦虑：悲伤的缺失阶段》中，克莱尔·比德韦尔·史密斯寻找到另外一种极具说服力的方式来阐释悲伤究竟意味着什么，并加深了我们对这个问题的理解。根据她青少年失去双亲的切身经历以及她多年来身为悲伤心理治疗师的丰富经验，比德韦尔·史密斯在探讨悲伤与焦虑之间的关系时为目标读者提供了一个全新的视角。她对那些曾经经历过失去的人们的深切同情已经成功地帮助了许许多多人渡过难关。这本带有创新色彩的励志作品还将帮助更多的读者走出生活的阴霾。”

——谢丽尔·史翠德（Cheryl Strayed），

《纽约时报》畅销书《那时候，我只剩下勇敢》（*Wild*）作者

**谢谢您的阅读！**

**请将反馈信息发至： 乔明睿（Claire）**

**安德鲁﹒纳伯格联合国际有限公司北京代表处**北京市海淀区中关村大街甲59号中国人民大学文化大厦1705室, 邮编：100872
电话：010-82449026

传真：010-82504200

手机：15804055576

Email: Claire@nurnberg.com.cn

网址：[www.nurnberg.com.cn](http://www.nurnberg.com.cn/)

微博：<http://weibo.com/nurnberg>

豆瓣小站：<http://site.douban.com/110577/>

微信订阅号：ANABJ2002