**新 书 推 荐**

**中文书名：****《悲伤是个狡猾的两面派：不加掩饰的失落导航指南》**

**英文书名：GRIEF IS A SNEAKY BITCH: An Uncensored Guide to Navigating Loss**

**作 者：Lisa Keefauver**

**出 版 社：University of Texas Press**

**代理公司：ANA/Jessica**

**页 数：272页**

**出版时间：2024年6月**

**代理地区：中国大陆、台湾**

**审读资料：电子稿**

**类 型：自助**

**内容简介：**

**一本全面而富有同情心的指导手册，帮助我们走出失去亲人的阴影。**

2011年，当社会工作者丽莎·基福弗（Lisa Keefauver）成为一名遗孀时，她惊讶地发现，尽管我们每个人都会经历失去亲人的痛苦，但我们却生活在一个不懂得悲伤的世界中。在她作为治疗师的工作中，以及在自己失去亲人后寻求帮助的过程中，基福弗开始意识到，我们所消费的关于悲伤的误导性故事会导致不必要的痛苦。有人说，悲伤就像某种待办事项清单一样，在完成五个阶段后就可以释怀，为纠正这种错误观点，基福弗成为了一名悲伤活动家。

通过这本书和她的同名热门播客，她创造了一个安全的空间，让我们可以置身于混乱的悲伤之中，发现悲伤的全部，并找到帮助我们前进而非沉溺于悲伤的工具。《悲伤是个狡猾的两面派》是一本全面的指南——既是一本充满独到见解和技巧的手册，更重要的是，它就像一位体贴的伴侣，让我们感到自己正在被看见、被拥抱。

基福弗分享了她的个人和专业智慧，以及她从临床医生、作家、诗人和朋友那里学到的经验教训。这本书中没有死板的指令和必做清单，而是邀请我们进行反思，鼓励我们自我同情，并探索幽默的治疗力量。

**作者简介：**

**丽莎·基福弗（Lisa Keefauver）**是一名社会工作者、悲伤活动家和Reimagining Grief的创始人。她是得克萨斯大学奥斯汀分校（University of Texas at Austin）的失去与悲伤兼职教授、组织顾问和主题演讲者（也是TEDx演讲者）。2019年，她创建了广受欢迎的播客“悲伤是个狡猾的两面派”（Grief is a Sneaky Bitch）。

**媒体评价：**

“这本悲伤者必读的伴侣指南以同情、独到见解和幽默感捕捉到了悲伤的心碎。《悲伤是个狡猾的两面派》是我们一直缺少的一本书！”

----梅丽莎·古尔德（Melissa Gould），《寡妇》（*Widowish*）的作者

“《悲伤是个狡猾的两面派》是一本坦率、直接，还不乏幽默的作品，探讨了改变人生的丧亲之痛。基福弗将她的临床背景和个人经历巧妙地结合在一起，为我们提供了一本充满同情心的实用指南，帮助我们战胜各种形式的悲伤。无论你的丧亲之痛来自于很久以前还是上周，这本书都将帮助你找到自己的生活方式。”

----玛丽莎·蕾妮·李（Marisa Renee Lee），《悲伤就是爱：与失去共存》（*Grief Is Love: Living with Loss*）的作者

“丽莎·基福弗在《悲伤是个狡猾的两面派》一书中提醒我们，当我们失去所爱之人时，悲伤会成为我们故事的一部分。但好消息是，它永远不会成为我们故事的全部。还有什么比这更有希望的呢？”

----芭芭拉·贝克尔（Barbara Becker），《为爱而生》（*Heartwood: The Art of Living with the End in Mind*）的作者

**感谢您的阅读！**

**请将反馈信息发至：版权负责人**

**Email**：**Rights@nurnberg.com.cn**

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：010-82504106, 传真：010-82504200

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

书目下载：<http://www.nurnberg.com.cn/booklist_zh/list.aspx>

书讯浏览：<http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx>

视频推荐：<http://www.nurnberg.com.cn/video/video.aspx>

豆瓣小站：<http://site.douban.com/110577/>

新浪微博：[安德鲁纳伯格公司的微博\_微博 (weibo.com)](https://weibo.com/1877653117/profile?topnav=1&wvr=6)

微信订阅号：ANABJ2002

