**新 书 推 荐**

**中文书名：****《改造母女关系：重拾爱的四个步骤》**

**英文书名：*The Mother-Daughter Relationship Makeover: 4 Steps to Bring Back the Love***

**作 者：Leslie Glass and Lindsey Glass**

**出 版 社：S&S/Health Communications Inc**

**代理公司：ANA/Jessica Wu**

**页 数：336页**

**出版时间：2024年4月**

**代理地区：中国大陆、台湾**

**审读资料：电子稿**

**类 型：家庭关系**

**#388 in Parent & Adult Child Relationships (Books)**

**#527 in Parenting Girls**

**内容简介：**

《改造母女关系》将一段引人入胜的母女回忆录与自助书籍结合在一起，提供给读者探索自己母女历史的公式，理解并缓解冲突，重新发现彼此的欣赏与爱。

畅销书作者莱斯利·格拉斯与她的女儿、获奖纪录片导演林赛·格拉斯，推出了一种全新的互动自助书籍，结合了可行的信息、引人入胜的故事和写作提示，旨在为母女带来理解和同情。这是一本能修复母女关系并长久保持的指南，提供了一条通往和平与宁静的积极路径，无论你们感觉相隔多远。

莱斯利和林赛经历了各自关系中的创伤和巨大的起伏。她们将自己的经历转化为帮助他人的成功指南，并在这本书中分享。她们用各自的观点讲述自己的波折故事，帮助母女们理解，即使偏离轨道、发生冲突、分开多年，依然可以找到回归友谊、理解和爱的道路。莱斯利和林赛将首次分享她们的治愈秘方，分为四个步骤：

* 揭示你的背景故事
* 探索你的情感和个性风格
* 理解你的冲突和触发点
* 学习恢复爱的工具

**作者简介：**

**莱斯利·格拉斯（Leslie Glass）**与女儿林赛共同担任在线恢复与健康杂志《Reach Out Recovery》的编辑，该杂志十分受欢迎。她们共同制作了2016年ASAM媒体奖获奖纪录片《恢复的秘密世界》和WEDU/PBS特别节目《沉默的大多数》。莱斯利·格拉斯是一名记者，著有十二部小说，包括九部《今日美国》和《纽约时报》畅销悬疑小说，主角是纽约警察局侦探阿普里尔·吴。她还是《青少年健康指南》和工作恢复手册《在12步中找到你的真实色彩》以及儿童涂色书《帮助我变好的8个C》的作者。莱斯利曾在广告、出版和杂志行业工作，并曾担任中部州高等教育委员会公职成员、纽约警察基金会的受托人以及阿索洛剧院的副主席。她是国际扶轮社的成员，也是恢复青少年心理健康和家庭健康的倡导者。她住在佛罗里达州萨拉索塔。

**林赛·格拉斯（Lindsey Glass）**在纽约市长大，获得约翰霍普金斯大学学士学位和纽约大学硕士学位。她是一位作家、编剧和在线恢复与健康杂志《Reach Out Recovery》的共同创始人，撰写的关于关系与恢复的文章触及全球数百万读者。林赛编写了剧本、电视节目，并共同制作了获奖纪录片，包括《恢复的秘密世界》和2014年在PBS首播的《沉默的大多数》。林赛在出版和传播领域工作，并担任恢复倡导者达二十年，从在国会作证到教授她2019年的自助书籍《成长的100个技巧》，林赛帮助人们重新回归正轨。林赛经常发表演讲，是国际扶轮社的荣誉成员，还是一名修行佛教徒，现居于洛杉矶。

**媒体评价：**

“《改造母女关系：重拾爱的四个步骤》独特而有效，架构极为出色，展现得极为‘用户友好’，是个人阅读清单中不可或缺的推荐书籍，也适合社区和大学图书馆的自助、育儿和母女关系书架，以及补充的家长与成人关系课程学习名单。”

——《中西部书评》

“我从未见过如此独特的书。阅读母女双方的观点是一次独特的体验。当我们处于‘困境’时，很难超越自己的痛苦。莱斯利和林赛拓展了母女关系的视角，让我们不仅看到了问题的复杂性，还看到了修复的旅程。这本改造书是一本关于和解的优秀书籍，包含出色的练习和引人深思的写作提示。为了获得最佳效果，我建议母女两人同时阅读，看看会发生什么！”

——德博拉·斯威特博士，心理学家和创伤专家

**全书目录：**

致谢

引言

**第一步：自我发现**

1. 对于莱斯莉和林赛来说，写作几乎能治愈一切

2. 莱斯莉的故事和林赛的故事

3. 母女的情感与个性风格

4. 沟通：你所说的和她所听到的

5. 坦诚面对秘密和谎言

**第二步：母女冲突领域**

6. 食物和体重

7. 财务和金钱

8. 外貌和风格

**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

