



Quando termina É PORQUE ACABOU

JUNTANDO OS CAQUINHOS
E DANDO A VOLTA POR CIMA

**GREG BEHRENDT &
AMIIRA RUOTOLA-BEHRENDT**

DO MESMO AUTOR DE
ELE SIMPLEMENTE
NÃO ESTÁ A FIM DE VOCÊ



Rocco

Resumo de Quando Termina É Porque Acabou. Juntando os Caquinhos e Dando a Volta Por Cima

Só existe uma coisa pior do que levar um fora da pessoa amada: perder a própria dignidade correndo atrás de quem era o seu grande amor mas, por algum motivo, desistiu de você.

Em vez de passar o resto da vida se lamentando, dê uma olhada em Quando termina é porque acabou – Juntando os caquinhos e dando a volta por cima, de Greg Behrendt e Amiira Ruotola- Behrendt.

Com uma boa dose de humor, os autores ensinam a superar o fim de um relacionamento e partir para outra. E eles sabem do que estão falando: depois de viverem histórias fracassadas, os dois se encontraram, se apaixonaram e vão muito bem, casados e felizes.

Greg e Amiira são categóricos: o primeiro passo para sair da fossa é reconhecer que não há volta, já que certas coisas não podem ser consertadas. No minuto seguinte ao rompimento, é preciso ter consciência de que não haverá mais telefonemas, você vai precisar arranjar outra companhia para ir ao cinema ou sair nas noites de sábado e todos aqueles planos de uma vida fantástica a dois foram por água abaixo.

Parece o fim do mundo, mas não é. O caminho para a recuperação apontado pelos autores é semelhante ao de programas para largar o álcool ou as drogas: viva um dia de cada vez.

A primeira metade do livro funciona como um guia do que não fazer. São oito capítulos, nos quais o leitor encontra, além das dicas, relatos de situações parecidas com a que ele está vivendo ou até piores, em forma de cartas respondidas na seção Confessionário psicótico.

Entre os preciosos conselhos, destacam-se: como fazer para não afastar os amigos, que são fundamentais nesse momento; fugir da tentação de utilizar a comida ou a bebida para compensar a frustração; manter-se no

emprego e não forçar encontros aparentemente casuais com o (a) ex.

Na segunda parte, que tem o sugestivo título de A superação em grande estilo, estão os sete mandamentos que irão ajudar você a sair dessa: não o (a) veja nem fale com ele (ela) por 60 dias; arrume um (a) amigo (a) de fim de relacionamento; livre-se de tudo que é dele (dela) e de todas as lembranças dele (dela); levante o rabo da cadeira todos os dias; não vista o fim do seu relacionamento para sair pelo mundo; nada de recaída e não vai funcionar se você não for o centro das atenções.

Cada passo dado é um avanço em direção ao resgate da auto-estima. O livro ainda traz exercícios divertidos para exorcizar o (a) ex, uma lista de dez coisas para fazer em vez de telefonar para ele (ela), um teste para saber se você está no caminho para a autodestruição e até uma receita de biscoitos que é tiro e queda para recuperar a paciência dos amigos, que já estão cansados de ouvir a mesma conversa chata sobre seu relacionamento não ter dado certo

[Acesse aqui a versão completa deste livro](#)