标题：在分手后，双方会暂时处于一个情感隔离期，这个隔离期该怎么做？

开头：在分手后，双方会暂时处于一个情感隔离期，这个隔离期该怎么做？

正文：在分手后，双方会暂时处于一个情感隔离期，最容易引发两个人的逆反心。

在这个时期，分手的一方，会因为挽回方的步步紧逼，反而增加抵触情绪，甚至更坚定分手的决心；挽回的一方，在对方的拒绝下，反而越挫越勇，步步紧逼。 所以，在这个特殊时期，挽回的一方在跟对方聊天交流中，要尽量避免有关于两人情感方面的信息，不给对方压力，就不会引发对方强烈的抵触情绪。

如果对方会因为你的任何出现就产生抵触情绪的话，说明你们还没有到达联系交流的时期，那么你就需要和对方暂时“绝缘”。 另一方面，除了不要提及关于两人感情的事外，也不能过多解释过去发生的事情。

有的人三番五次地解释过去发生的事情或过去的相处模式，无非就是想要马上复合。但是对方既然都说出了分手，尤其是女孩子碍于面子，也不会马上跟你复合的。

反而在你的逼迫和压力下，来寻找跟你分手的更多理由，所以你就会觉得女孩子在分手后很作就是这个原因。

事实也确实是这样，在男方挽回女方的过程中，女孩子往往会比较作，喜欢给你出难题，还喜欢小题大做。

结尾：在这里给我们的女性粉丝提个建议，对方在挽回你的时候，既然你有心复合，那就不要作，不作就不会死。