

2024.05青少年書展書單

序號	書名	作者	索書號
1	我們身上有光：照亮不確定的時刻 /	蜜雪兒.歐巴馬(Michelle Obama)著；黃佳瑜, 陳文和, 林步昇譯	177.2 7777A 112
2	沒有大學文憑的日子, 我說故事 /	王文淨	192.1 1005 110
3	練習, 拉近了我與天才的距離：王牌左投和田毅的野球魂 /	和田毅著；林巍翰譯	783.18 2660 112
4	五項修練的故事 /	大衛.哈欽斯(David Hutchens)著；巴比.龔伯特(Bobby Gombert)插畫, 劉兆岩, 郭進隆譯	494.2 6884-6 106
5	給未來世代的人生備忘錄：100位典範人物, 暢談形塑人生的關鍵時	珍.格雷安(Jane Graham)著；謝靜雯譯	191.9 4713 110
6	就怕平庸成為你人生的注解 /	歐陽立中	177.2 7705 109
7	壓力更少, 成就更多：讓生命非凡的靜心技巧Ziva /	艾莉蜜.芙萊契(Emily Fletcher)著；葉妍伶譯	176.54 2545 108
8	人生減壓的思緒清理術：清理造成負擔的雜亂思緒, 找到真正屬於自己的核心價值和目標 /	史蒂夫.史考特(S. J. Scott), 貝瑞.達文波特(Barrie Davenport)著；溫澤元譯	176.54 5042 108
9	那些生命中的微光：關於愛與勇氣的十個精采人生 /	陳雅琳	177.2 7571 110
10	為夢想單飛：一個臺灣女生上哈佛的成長故事 = Flying solo /	尤虹文	177.2 4350A 108
11	去他的, 來冥想吧 /	傑森.黑德利(Jason Headley)著；沈維君譯	176.54 6022 108
12	漫畫讀通柯維成功學：人生因7個習慣而改變! /	史蒂芬.柯維(Stephen R. Covey)監修；李靜宜譯	177.2 4120-5 108
13	思考の整理學：最多東大生、京大生讀過的一本書! /	外山滋比古著；韋杰岱譯	176.4 2232A-2 110
14	青春微素養：36個通往更理想自己的基本功 /	蔡淇華	192.1 4434C 109
15	青春正效應：新世代應該知道的人生微哲學：探索自我、友誼、學習、愛情、人生的50個夢想核爆	蔡淇華	191.9 4434 108
16	防彈, 是要你在艱難的世界成為自己的光 /	莫莉	191.9 4444D 112 c.2
17	心情之書 /	蘿倫.馬汀(Lauren Martin)著；駱香潔譯	176.52 7110 111
18	不來你是誰：牛津大學的0星領事	岡田昭人作；蔡容寧譯	494.2 7668-2 111
19	學習地圖 /	柯林.羅斯(Colin Rose), 麥爾孔.尼可(Malcolm J. Nicholl)著；戴保羅譯	521.1 6042 93
20	給長年鬼的36封信：成長進行式 /	李崇建著；辜筱茜繪	173.2 4021 95
21	過得還不錯的謊言 /	金利率著；朴雲音繪；陳姿穎譯	177.2 8020A 110
22	憤怒療癒力：每一次失控都隱藏著被忽略的傷痛, 透過三大覺察練習走出情緒黑洞, 和更好的自己相	伯納.高登(Bernard Golden)著；李斯毅譯	176.56 0012 107

23	哈佛醫學院的Smart壓力管理訓練：改善焦慮、輕鬱症；不失控、不暴走、不做錯決定 最具科學原理的減壓生活提案 = When stress knocks on your door : stress management and resiliency traning	王芳	176.54 1044 109
24	情緒的祕密：認識自己,不再害怕失控 /	貝納特夫婦(Art and Laraine Bennett)合著；張佩英譯	176.52 1142 105 c.2
25	平靜的心,專注的大腦：禪修鍛鍊,如何改變身、心、大腦的科學與哲學 /	丹尼爾.高曼(Daniel Goleman), 理查.戴維森(Richard J. Davidson)著；雷叔雲譯	176.54 0060 107
26	喚醒老虎：釋放動物本能,打破「凍僵反應」,讓創傷復原 /	彼得.列文(Peter Levine)著；吳煒聲譯	178.8 4096-4 112
27	微復原力：結合科學與正向心理的幸福生活手冊 /	邦妮.聖約翰(Bonnie St. John), 亞倫.P.海恩斯(Allen P. Haines)著；許恬寧譯	177.2 1624 108
28	心念：25堂從情緒引導學習的內在課程 /	李崇建	173.2 4021-2 105
29	影癒心事：他的電影,你的愛情,心理師陪你走過關係四部曲 /	黃柏威	177.2 4445F v.1
30	此人進廠維修中!：為心靈放個小假,安頓複雜的情緒 /	陳志恆	178.8 7549 105
31	歡迎光臨心情聊天室：給少年的74個情緒解方.	楊俐容	176.5 4623-2 111
32	歡迎光臨心情聊天室：給少年的74個情緒解方.	楊俐容	176.5 4623 110
33	情緒自癒：七種常遇心理傷害與急救對策 /	蓋.溫奇(Guy Winch)著；祁怡瑋譯	178.8 0071 110
34	療傷小酒館：關於生命,你沒多的時間在浪費 /	北川鶴子著；黃玉崎譯	561.014 1241 105