

青春不迷航 閱讀奇癒記書展

地點: 總館2樓閱讀解憂書房 / 日期: 2022/5/31-2022/7/31

序號	書名	作者/譯者	出版者	出版年	ISBN	類別
1	傷心困頓時，還好繪本接住了我	李貞慧著	聯經	2022	9789570861358	K.O.情緒怪獸
2	沒事的，我的焦慮怪獸	蘇.諾爾斯, 布麗迪.蓋樂格, 菲比.麥克尤恩著	天下雜誌	2022	9789863987468	K.O.情緒怪獸
3	你發生過什麼事：關於創傷如何影響大腦與行為，以及我們能如何療癒自己	布魯斯.D.培理, 歐普拉.溫芙蕾著	悅知文化	2022	9789865101954	K.O.情緒怪獸
4	擺脫不安的50個情緒修補練習	和田秀樹著	三采文化	2022	9789576587795	K.O.情緒怪獸
5	歡迎光臨心情聊天室： 給少年的74個情緒解方(家庭篇)	楊俐容著	遠見天下文化	2021	9789865250461	K.O.情緒怪獸
6	陪你度過情緒低谷：用150個活動增進青少年的自信心、溝通力和人際關係	凱文.谷澤斯基著	大田	2021	9789861796819	K.O.情緒怪獸
7	會走路的人： 林良爺爺給青少年的情商課	林良著	國語日報	2021	9789577518781	K.O.情緒怪獸
8	討好陷阱：心理師的情緒解方 - 有些人無論如何都不會滿意，那就別再嘗試討好他們	艾瑪.里德.特雷爾著	商業周刊	2021	9789865519636	K.O.情緒怪獸
9	長大以後就會變好嗎： 破解25種心靈困境	KnowYourself主創們著	今周刊	2020	9789579054713	K.O.情緒怪獸
10	為何你容易失控發脾氣？： 消解憤怒的42堂課	瑞雪兒.卡薩達.羅曼著	橡實文化	2020	9789865401306	K.O.情緒怪獸
11	為何你總是憂鬱不安？： 停止焦慮的42堂課	麗莎.M.薩伯著	橡實文化	2020	9789865401290	K.O.情緒怪獸

資料來源：臺中市立圖書館



青春不迷航 閱讀奇癒記書展

地點: 總館2樓閱讀解憂書房 / 日期: 2022/5/31-2022/7/31

序號	書名	作者/譯者	出版者	出版年	ISBN	類別
12	為何你不敢自在做自己? : 建立自尊的40堂課	麗莎.M.薩伯著	橡實文化	2020	9789865401283	K.O.情緒怪獸
13	空橋上的少年	蔡伯鑫著	心靈工坊文化	2020	9789863571674	K.O.情緒怪獸
14	生日快樂：生命閃耀的瞬間	青木和雄, 吉富多美作	小魯文化	2019	9789862119488	K.O.情緒怪獸
15	水澤文具店：只為你寫的故事	安澄加奈作	博識圖書	2018	9789869639644	K.O.情緒怪獸
16	檸檬圖書館	喬.柯特李爾著	遠流	2018	9789573282822	K.O.情緒怪獸
17	他們是不是討厭我? 心裡有煩惱怎麼辦? 請阿德勒老師幫幫忙!	八卷秀監修	遠流	2018	9789573284109	K.O.情緒怪獸
18	失落的一角	謝爾.希爾弗斯坦文.圖	水滴文化	2018	9789865730949	K.O.情緒怪獸
19	別再叫我加油・好嗎： 我用心理學救回了我自己	張閔筑著	三采文化	2017	9789863429159	K.O.情緒怪獸
20	安靜的力量, 從小就看得見	蘇珊.坎恩著	商周	2017	9789864771646	K.O.情緒怪獸
21	給中學生的情緒管理術：一輩子都需要 的情緒調適力・現在開始學習！	楊俐容, 孫德齡文	親子天下	2015	9789863980278	K.O.情緒怪獸
22	窗邊的小荳荳	黑柳徹子著；岩崎知弘圖	親子天下	2015	9789869201346	K.O.情緒怪獸

資料來源：臺中市立圖書館



青春不迷航 閱讀奇癒記書展

地點: 總館2樓閱讀解憂書房 / 日期: 2022/5/31-2022/7/31

序號	書名	作者/譯者	出版者	出版年	ISBN	類別
23	走在夢的路上	刀根里衣文.圖	格林文化	2015	9789861896427	K.O.情緒怪獸
24	躲進世界的角落	幾米	大塊文化	2008	9789862130865	K.O.情緒怪獸
25	幸運兒	幾米	大塊文化	2003	9789867975737	K.O.情緒怪獸
26	人生偶爾迷路, 但絕沒有白走的路	何則文等著	國語日報	2022	9789577518897	長大了以後
27	和小人物過一日生活：從20則人生百態的觀察，獲得堅持不懈的力量	南亨到著	時報文化	2022	9786263350212	長大了以後
28	在黑暗的日子裡，陪伴是最溫暖的曙光：大熊貓與小小龍的相伴旅程	詹姆斯.諾柏瑞著	時報文化	2022	9789571397252	長大了以後
29	如果我們無法以光速前進	金草葉著	聯經出版	2022	9789570862003	長大了以後
30	我所預感的悲傷未來	加納朋子著	采實文化	2021	9789865072599	長大了以後
31	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刻	The Big Issue, 珍.格雷安發想&編輯	奇光出版	2021	9789860626476	長大了以後
32	時光照相館	佟彩夏花作	皇冠文化	2021	9789573338000	長大了以後
33	孤獨，你好：給忙於迎合他人，卻無法喜歡自己的我們	枼野俊明著	悅知文化	2021	9789865101886	長大了以後

資料來源：臺中市立圖書館

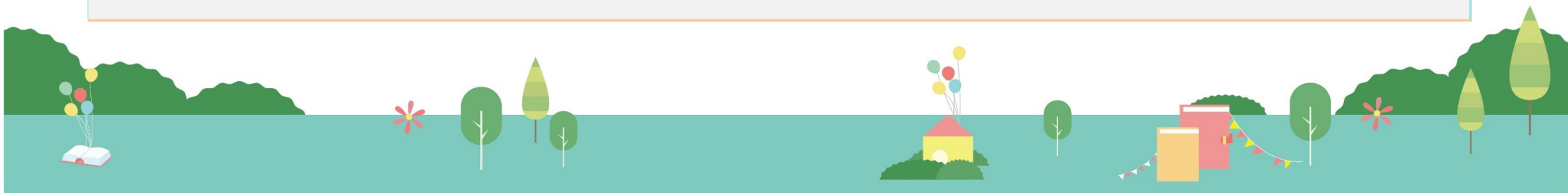


青春不迷航 閱讀奇癮記書展

地點: 總館2樓閱讀解憂書房 / 日期: 2022/5/31-2022/7/31

序號	書名	作者/譯者	出版者	出版年	ISBN	類別
34	轉大人微焦慮求生指南	布麗迪.蓋勒格, 蘇.諾莉斯, 菲比.麥克艾文文	時報文化	2021	9789571391984	長大了以後
35	懂得藏起厭惡, 也能掏出真心: 30堂蹣跚不掉的社會課	郝慧川作	方智出版	2020	9789861755632	長大了以後
36	致無法拒絕長大的我們	宮能安作	時報文化	2020	9789571382425	長大了以後
37	那些日子, 遇見了更好的自己	腋毛人(Yemao)作	四塊玉文創	2020	9789865510336	長大了以後
38	大人症候群——原來長大, 就是安靜地面對失去	吳旻育著	三采文化	2020	9789576583407	長大了以後
39	我在你身邊	喜多川泰著	三民	2019	9789571466071	長大了以後
40	天藍色的彼岸	艾歷克斯.席勒著	小魯文化	2019	9789862119549	長大了以後
41	我想為你推薦一本書: 沒錯, 這就是我最喜歡做的事	花田菜菜子著	仲間出版	2019	9789869645799	長大了以後
42	蔡康永的情商課2: 因為這是你的人生	蔡康永著	如何出版	2019	9789861365381	長大了以後
43	十八後, 成為你想成為的大人	陳毅作	布克文化	2019	9789865405168	長大了以後
44	出發! 成為我們期待的大人: 給年輕人的30個關鍵字	陳怡妤著	時報文化	2019	9789571380124	長大了以後

資料來源: 臺中市立圖書館

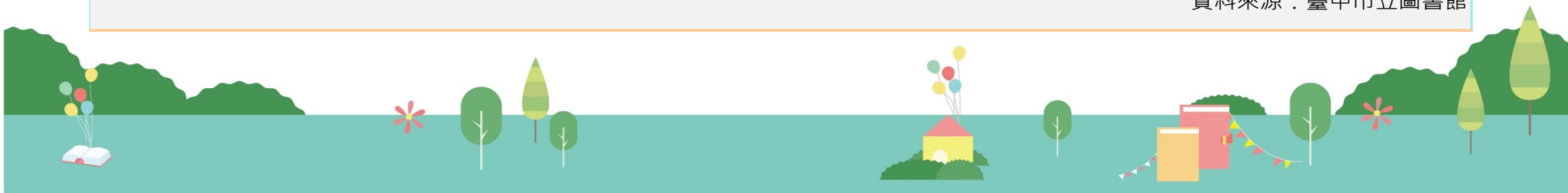


青春不迷航 閱讀奇癒記書展

地點: 總館2樓閱讀解憂書房 / 日期: 2022/5/31-2022/7/31

序號	書名	作者/譯者	出版者	出版年	ISBN	類別
45	未來是這樣嗎？不一定喔！	吉竹伸介文.圖	三采文化	2019	9789576581526	長大了以後
46	二常公園	張西作	三采文化	2019	9789576581465	長大了以後
47	蜂蜜花火	林達陽著	三采文化	2019	9789576581298	長大了以後
48	你的少年念想	不朽文	悅知文化	2019	9789865100117	長大了以後
49	尋找無限的盡頭	約翰.葛林著	尖端出版	2018	9789571083377	長大了以後
50	橡皮擦男孩	麗莎.湯普森著	小樹文化	2022	9789570487770	青春這首詩
51	人生重開機	戈丹.柯曼著	遠見天下文化	2022	9789865254537	青春這首詩
52	星期五的沒事教室	賈桂琳.伍德生著	小麥田	2021	9789578544468	青春這首詩
53	親愛的艾文·漢森	瓦爾.艾米奇等著	麥田出版	2021	9786263101128	青春這首詩
54	墓園女孩	麗莎.湯普森著	小樹文化	2021	9789570487596	青春這首詩
55	新來的同學	傑瑞.克萊福作	小麥田	2021	9789578544789	青春這首詩

資料來源：臺中市立圖書館



青春不迷航 閱讀奇癒記書展

地點: 總館2樓閱讀解憂書房 / 日期: 2022/5/31-2022/7/31

序號	書名	作者/譯者	出版者	出版年	ISBN	類別
56	養心1：消失的生死抉	陳郁如著	親子天下	2021	9789575039660	青春這首詩
57	劉願	白溫柔著	三采文化	2021	9789576586026	青春這首詩
58	朋友未遂	宮西真冬著	獨步文化出版	2021	9789869981002	青春這首詩
59	世界需要怪小孩	漢娜.圖克著	博識圖書	2021	9786269509744	青春這首詩
60	許願地球儀	克莉絲汀娜.奧森著	聯經出版	2021	9789570856750	青春這首詩
61	牙套微笑日記	蕾娜.塔吉邁爾著	小麥田	2021	9786267000090	青春這首詩
62	蜂鳥與謊言	林滿秋著	遠見天下文化	2021	9789865250980	青春這首詩
63	聽說桐島退社了	朝井遼著	貓頭鷹出版	2021	9789862624425	青春這首詩
64	第五泳道	銀昭留著	小魯文化	2021	9789865566494	青春這首詩
65	明日少女俱樂部	賴曉珍著	字畝文化	2021	9789865505882	青春這首詩
66	出事的那一天	瑪利安.丹.包爾作	臺灣東方	2021	9789863383765	青春這首詩

資料來源：臺中市立圖書館



青春不迷航 閱讀奇癒記書展

地點: 總館2樓閱讀解憂書房 / 日期: 2022/5/31-2022/7/31

序號	書名	作者/譯者	出版者	出版年	ISBN	類別
67	線・畫出的我	砥上裕將著	圓神出版	2020	9789861337289	青春這首詩
68	星星女孩	傑瑞.史賓納利著	聯經	2020	9789570856361	青春這首詩
69	販賣時間的商店	金仙榮著	麥田出版	2020	9789863448372	青春這首詩
70	K.I.N.G.：天災對策室	薛西斯著	獨步文化	2020	9789579447805	青春這首詩
71	梅西換檔上路	梅格.梅迪納著	遠見天下文化	2020	9789865535254	青春這首詩
72	玫瑰崗的祕密	林滿秋著	小魯文化	2020	9789865513054	青春這首詩
73	酸黃瓜巧克力	菲立普.拉布侯著	遠流	2020	9789573288107	青春這首詩
74	對著夏空大合唱	和泉智作	博識圖書	2019	9789869639699	青春這首詩
75	我只想好好說話	椎野直彌著	博識圖書	2019	9789869773041	青春這首詩
76	來不及閃耀的星星	大衛.巴克雷.摩爾文	親子天下	2019	9789575034979	青春這首詩
77	孤狗少年	陳榕笙著	四也文化	2019	9789869653398	青春這首詩

資料來源：臺中市立圖書館

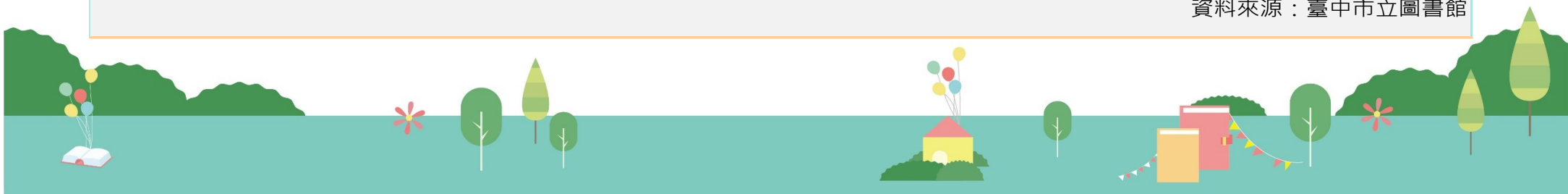


青春不迷航 閱讀奇癒記書展

地點: 總館2樓閱讀解憂書房 / 日期: 2022/5/31-2022/7/31

序號	書名	作者/譯者	出版者	出版年	ISBN	類別
78	貓臉少女	陳榕笙著	四也文化	2019	9789869653343	青春這首詩
79	地窖裡的男孩	凱薩琳.馬歇著	遠見天下文化	2019	9789864797677	青春這首詩
80	小祕密	住野夜著	春天出版	2018	9789579609098	青春這首詩
81	拯救貓頭鷹	卡爾.希亞森著	遠見天下文化	2018	9789864795857	青春這首詩
82	下雨天, 不上學	相澤沙呼作	博識圖書	2018	9789869639606	青春這首詩
83	別告訴愛麗絲	凱西.卡瑟迪著	親子天下出版	2017	9789869563079	青春這首詩
84	天空色的年輪蛋糕	吉野万理子著	博識圖書	2016	9789866104862	青春這首詩
85	做孩子需要的媽媽・就好	郭葉珍著	三采文化	2022	9789576587276	親子解憂課
86	老蘇老師的同理心身教	蘇明進著	親子天下	2021	9789575039714	親子解憂課
87	說不出口的・更需要被聽懂： 11個暖心對話練習・走進孩子的心	胡展誥著	遠流	2021	9789573293378	親子解憂課
88	蘿兒的家庭筆記	艾梅莉.克里奇利著	幼獅文化	2021	9789864492350	親子解憂課

資料來源：臺中市立圖書館



青春不迷航 閱讀奇癒記書展

地點: 總館2樓閱讀解憂書房 / 日期: 2022/5/31-2022/7/31

序號	書名	作者/譯者	出版者	出版年	ISBN	類別
89	Paint: 面試完美父母	李喜榮著	時報文化	2021	9789571386300	親子解憂課
90	青春不是突然就叛逆	陳雪如著	親子天下	2021	9789575039585	親子解憂課
91	接住墜落的青少年：我與那些受傷的孩子，及他們不安的家庭	蔡宜芳著	寶瓶文化	2021	9789864062331	親子解憂課
92	內心暴雨的乖孩子，以為不用操心的大人	孫晶著	高寶國際	2021	9789865062859	親子解憂課
93	親子解憂課：撫平孩子的焦慮，大人用也很好的20種心理技巧	艾麗西亞.伊頓著	遠流	2021	9789573292654	親子解憂課
94	爸爸的16封信：林良給青少年的成長練習題	林良著	國語日報	2021	9789577518798	親子解憂課
95	為何家會傷人：讓愛不再是負擔	武志紅著	幸福文化	2021	9789865536985	親子解憂課
96	我想遇見這樣的大人：兒少諮商專家親授5技巧，打開青春期孩子的心房	李林淑著	遠流	2021	9789573291930	親子解憂課
97	逃太郎	蘇善文	小兵出版	2021	9789865581329	親子解憂課
98	孩子精 媽媽驚: 運動員兒子給校長媽媽的震撼教育	許元耕, 林玟伶文	國語日報	2020	9789577518514	親子解憂課
99	心理韌性：顛覆起跑點迷思，教出有耐挫力、熱情與目的感的孩子	陳品皓著	親子天下	2020	9789575037017	親子解憂課

資料來源：臺中市立圖書館



青春不迷航 閱讀奇癒記書展

地點: 總館2樓閱讀解憂書房 / 日期: 2022/5/31-2022/7/31

序號	書名	作者/譯者	出版者	出版年	ISBN	類別
100	怎麼說，青少年會聽vs.如何聽，青少年願意說	安戴爾.法伯, 伊蓮.馬茲麗許著	高寶國際	2020	9789863619338	親子解憂課
101	我們的女兒怎麼了？	麗莎.達摩爾著	高寶國際	2020	9789863619215	親子解憂課
102	男孩情緒教養：引導他好好說話，遠離恐懼、憤怒、攻擊行為	瑪麗.寶絲林區著	橡實文化	2020	9789865401450	親子解憂課
103	我們的孩子在呼救：一個兒少精神科醫師，與傷痕累累的孩子們	謝依婷著	寶瓶文化	2020	9789864062027	親子解憂課
104	用同理心解鎖孩子的情緒：帶你看見孩子的內在需求，讓教養不再卡關	何翩翩著	如何出版	2020	9789861365558	親子解憂課
105	那一年在奶奶家	瑞奇.派克作	臺灣東方	2020	9789863382874	親子解憂課
106	青少年的情緒風暴：孩子，你的情緒我讀懂了	莫茲婷著	四塊玉文創	2019	9789578587816	親子解憂課
107	你管他折不折棉被幹嘛？：10-15歲要的不是管教，而是傾聽和了解！	盧蘇偉著	天下生活	2019	9789869757461	親子解憂課
108	小心肝變大暴龍：一張圖看懂青春期的學校心理師給父母的減壓練習。	舒霖(柯書林)著	三采文化	2019	9789576581496	親子解憂課
109	獨生子的祕密	亞歷漢德羅.帕洛馬斯作	臺灣東方	2019	9789863382713	親子解憂課
110	愛的奇妙獸醫院：獸醫姐姐的讀心術	陳素宜著	四也文化	2017	9789869483773	親子解憂課

資料來源：臺中市立圖書館



青春不迷航 閱讀奇癒記書展

地點: 總館2樓閱讀解憂書房 / 日期: 2022/5/31-2022/7/31

序號	書名	作者/譯者	出版者	出版年	ISBN	類別
111	我的孩子不太乖：從幫派小孩到正向管教特優老師教你陪伴刺蝟少年走過青春期	鍾滿振著	商周出版	2015	9789862728062	親子解憂課
112	青春期・SOS！：給青少年父母的情緒、學習、教養對策	楊俐容著	天下雜誌	2014	9789862418482	親子解憂課

資料來源：臺中市立圖書館

