

青春練習曲-青少年心理健康書展

地點: 總館2樓閱讀解憂書房 / 日期: 2025/07/01-2025/08/31

序號	書名	作者	出版者	出版年	ISBN
1	長大後的你想成為什麼樣的人？	朴城佑著, 洪畫畫繪, 葛增娜譯	小麥田出版	2025	9786267525210
2	達爾文女孩	賈桂琳.凱利著, 鄒嘉容譯	遠見天下文化	2025	9786264171380
3	在無力的日子裡, 夢想是你堅強的理由： 大野狼與小邊牧的追月旅程	詹姆斯.諾柏瑞著, 鄭煥昇譯	時報文化	2025	9786264190039
4	影子馬戲團	莉迪亞.布蘭科維琪文.圖, 黃聿君譯	典藏藝術家庭出版	2025	9786267430286
5	變成大人前的思考練習： 關於同儕、自我、夢想、學業、戀愛和家人	松田充弘著, 黃薇嬪譯	晴好出版	2024	9786267396490
6	熱愛恐龍的女孩， 最終成為激勵人心的古生物學家！	木村由莉著, 劉子韻翻譯	小木馬出版	2024	9786269796700
7	冒險之書：在AI時代，打造不被取代的價值	孫泰藏著, 緋華璃譯	采實文化	2024	9786263496934
8	我們為什麼要賺錢？為什麼要存錢？：運用財富 改變未來，了解世界與自己的金錢理財課	池上彰監修, 佳奈漫畫, 周子琪譯	采實文化	2024	9786263495715
9	長跑少年	張英珉著, 吳嘉鴻圖	九歌	2024	9789864507337
10	一萬次跳水，換一次發光的機會	李松炫著, 林侑毅, 葛增娜譯	小樹文化	2024	9786267304624
11	前進吧！游泳隊	強尼.克里斯馬斯著, 黃意然譯	親子天下	2024	9786263059733
12	發現天賦，到哪都能閃閃發光	盧克.德沃夫, 布蘭希爾德.博姆斯著, 艾瑪.蒂森繪, 李秋玥譯	遠見天下文化	2024	9786263556294

資料來源：臺中市立圖書館、臺中市政府衛生局

青春練習曲-青少年心理健康書展

地點: 總館2樓閱讀解憂書房 / 日期: 2025/07/01-2025/08/31

序號	書名	作者	出版者	出版年	ISBN
13	大家的嘆氣圖鑑	村上詩子文, 中田郁美圖, 周姚萍譯	遠見天下文化	2024	9786263556621
14	失控的焦慮世代：手機餵養的世代， 如何面對心理疾病的瘟疫	強納森.海德特著, 鍾玉珏譯	網路與書出版	2024	9786267063866
15	想飛的孩子	尤可.范.李文著, 林蔚昀譯	小麥田出版	2024	9786267281499
16	星星滿口袋	艾莎.卜喜比著, 趙永芬譯	小麥田出版	2024	9786267281871
17	實現人生藍圖的28堂思辨課： 關於學習、工作的意義，以及未來的自己	周詠盛著	悅知文化	2024	9786267537138
18	獅子萊奧的夢想配送	丸岡永乃著, 林宜柔譯	遠流	2024	9786264180429
19	懸崖邊的學霸	珍妮佛.華萊士著, 謝宜暉譯	漫遊者文化出版	2024	9786264090285
20	焦慮來了，怎麼辦？： 河馬先生與動物朋友們的互助聯盟與自救之旅	王蕾著	蔚藍文化出版	2024	9786267275467
21	過曝世代：青少年為什麼更不快樂、 更缺乏安全感、自我評價更低落？	陳品皓著	親子天下出版	2024	9786263057678
22	腦袋裡的小狗：給孩子的正念繪本	艾莉絲.葛拉維文.圖, 藍依勤譯	時報文化	2024	9786263969650
23	晨讀10分鐘：幸福的正向練習	陳志恆等作, 陳志恆選編	親子天下出版	2024	9786263058576
24	破繭的青春，孩子與家庭的心理對話	韋志中, 周治瓊著	樂律文化出版	2024	9786267552353
資料來源：臺中市立圖書館、臺中市政府衛生局					

青春練習曲-青少年心理健康書展

地點: 總館2樓閱讀解憂書房 / 日期: 2025/07/01-2025/08/31

序號	書名	作者	出版者	出版年	ISBN
25	青少年使用說明書：當孩子「轉大人」， 父母如何讀懂他們的內心話？	黑川伊保子著，胡慧文譯	時報文化	2024	9786263748583
26	寫給中小學生的工作圖鑑	Recruit Agent監修，二村大輔繪，林美琪譯	采實文化	2023	9786263493759
27	我們·夢想·太空：渺小並非微不足道	艾琳·恩特拉達·凱莉著，郭恩惠譯	臺灣東方	2023	9789863385929
28	台北捷運冒險記	曾佩玉著，吳嘉鴻圖	九歌	2023	9789864506224
29	晨讀10分鐘：堅持夢想我前進	王文華等作	親子天下出版	2023	9786263054806
30	以馬內利，夢想起飛了： 以馬內利·奧福蘇·葉波的真實故事	羅莉·安·湯普森文，尚恩·奎爾斯圖，劉淑雯譯	天衛文化	2023	9789574906246
31	誰的青春不叛逆	神老師&神媽咪(沈雅琪)著	時報文化	2023	9786263532298
32	培養感受力：打造自我風格的日常練習	SHOWKO著，陳綠文譯	木馬文化出版	2023	9786263145276
33	抗壓韌性：學會覺察與疼惜自我，活出想要的人生	珊·艾卡芭著，詹宛樺譯	世茂	2023	9786267172551
34	正向界線練習：照顧好自己，尊重他人， 界線使我們專注在最重要的事上	莎朗·馬汀著，謝明憲譯	橡實文化出版	2023	9786267313336
35	先陪伴·再教養	蔡宜芳著	寶瓶文化出版	2023	9789864063444
36	怪咖老師的神祕時間	徐國能著，葉長青插畫	聯經	2022	9789570864885

資料來源：臺中市立圖書館、臺中市政府衛生局

青春練習曲-青少年心理健康書展

地點: 總館2樓閱讀解憂書房 / 日期: 2025/07/01-2025/08/31

序號	書名	作者	出版者	出版年	ISBN
37	卡婷卡和她的寫作練習	安娜特.赫辛文, Shih-Fen插畫, 林敏雅譯	玉山社	2022	9789862942802
38	大聲女孩： 非洲少女從受虐到受教育的激勵人心小說	阿比.達蕊著, 王娟娟譯	商周出版	2022	9786263182219
39	青春動力學：41個喚醒內在原力， 找到夢想支點的起手式	蔡淇華作	親子天下出版	2022	9786263052802
40	情緒操控	黛博拉.維納爾著, 吳煒聲譯	境好出版	2022	9786267087107
41	逃離吧！腳就是用來跑的	吉竹伸介文.圖, 游珮芸譯	親子天下出版	2022	9786263052178
42	第五泳道	銀昭留著, 盧仁慶繪, 林佩君譯	小魯文化	2021	9789865566494
43	機器男孩	帕德拉格.肯尼著, 王心瑩譯	親子天下出版	2021	9789575039752
44	心態致勝：全新成功心理學	卡蘿.杜維克著, 李芳齡譯	遠見天下文化	2019	9789864791897
45	馬克的完美計畫	丹.哥邁哈特文, 黃琪瑩譯	遠見天下文化	2017	9789864792306
46	公主向前走	瑪希亞.葛芮著, 葉彥君譯	方智出版	2017	9789861754703
47	轉大人的辛苦：陪伴孩子走過成長的試煉	河合隼雄著, 河合俊雄編, 林詠純譯	心靈工坊文化出版	2016	9789863570677
48	第59街的畫家	特莉絲.馬蒂著, 林敏雅譯	遠見天下文化	2015	9789863208310

資料來源：臺中市立圖書館、臺中市政府衛生局

青春練習曲-青少年心理健康書展

地點: 總館2樓閱讀解憂書房 / 日期: 2025/07/01-2025/08/31

序號	書名	作者	出版者	出版年	ISBN
49	垃圾男孩：在最黑暗的地方，實現最偉大的夢想	安迪.穆里根著, 周沛郁譯	大塊文化	2012	9789862133361
50	不放手，直到夢想到手：景美拔河隊從51座國際賽事冠軍盃中教我們的24件事	景美女中拔河隊作	春光出版	2011	9789865922153

資料來源：臺中市立圖書館、臺中市政府衛生局