

# 2018 年度 院牧部-新進圖書介紹

📖書名 / ~簡介~ / **※推薦好書**

歡迎各位同仁至健康園區院牧部

## 圖書類別：親子類

📖 **跟阿德勒學正向教養-青少年篇** **※**

~溫和堅定的父母力，90 個守則，  
引導孩子放眼未來，邁向獨立~

📖 **孩子說話心理學**

~改變說話的口氣，孩子什麼都想  
跟你說~

📖 **孩子你好，請多指教**

~德式作風的台灣媽媽親子教養書~

📖 **和你直到天涯海角—**

**帶著女兒用旅行張望世界**

~在玩耍中學習，經由故事和旅行  
去認識這個世界~

📖 **被禁止的事**

~所有「不可以」，都是教孩子思考  
的起點~

📖 **幹嘛要他想得跟你一樣** **※**

~別用過時方法教出刺蝟少年~

📖 **大人變了，孩子就會不一樣**

~跨世代溝通的問題，沒有你想得  
那麼難，大人先拿出誠意改變自己，  
孩子也會漸漸變得不一樣~

## 圖書類別：情緒管理

📖 **心理醫師的傷心急救手冊**

~自己消除情緒問題，找回安定感~

## 圖書類別：宗教

📖 **給全世界最重要的你**

~德蕾莎修女教你如何去愛~

📖 **我的一生很平凡，只有愛而已**

~丁松筠神父的生命之旅~

📖 **為你的不完美喝采** **※**

~生命中任何的不完美，都蘊藏著天父  
的祝福，將淬練成美麗的珍珠~

## 圖書類別：醫療保健

📖 **最簡單的拉伸養生操**

~拉伸是放鬆身體、  
找回健康最簡單的運動~

📖 **每天睡十分鐘，提高免疫力及專注力**

~健康的午睡，比喝咖啡還有效~

📖 **十大健康食物排行榜** **※**

~吃對食物更健康，天然食物就是你最  
好的保健醫生~

📖 **腰痛的實學** **※**

~嶄新的腰痛療法~

📖 **這是一本教你走路治病的書**

~最便宜最有效的自助療法~

## 圖書類別：管理與領導

📖 **在一起，更好** **※**

~一本充滿啟發，創造與感動的小書~

## 圖書類別：心靈成長

### 📖 阿德勒談心理學

~自卑感與人際關係~

### 📖 人生好難：厭世代靠北人生指南

~人生不合理，抱怨不需要道理；  
隨時發洩負能量，別讓你的委屈  
傷害你~

## 圖書類別：旅遊

### 📖 四國

~環抱晴朗慢走島國 Easy Go~

### 📖 浪漫遊印度

~愛上印度的 22 個理由~

### 📖 尋山

~流浪攝影師的藏地手記~

## 圖書類別：心理勵志

### 📖 為什麼遇到不確定的事情， 我總是先逃避？

~13 種思考讓你擊退害怕失控的  
潛意識，戰勝對未知的恐懼~

### 📖 女人，妳要優雅一生

~女人的天空應當碧藍如洗，而優雅  
則是翱翔其上必不可少的羽翼~

### 📖 人生，剛剛好就好 ※

~告別過度行為與壞習慣的 52 則  
心靈處方籤~

### 📖 追求樂活卓越的一生

~人生美好，都是因為  
你這樣虔誠做自己~

## 圖書類別：兒童繪本

### 📖 紅髮多莉

~自信心的建立~

### 📖 我不喜歡你這樣對我

~面對孩子被霸凌，  
孩子、父母、旁人可以怎麼做？~

### 📖 不是你想要的都可以得到

~引導孩子體會珍惜所擁有的人事物的  
可貴~

### 📖 我不敢說，我怕被罵

~孩子做錯事或有心事，為何不敢說？~

### 📖 愛哭公主

~幫助孩子解決成長三大問題：  
公主病、挫折忍耐力、情緒控制力~

### 📖 生氣王子

~溝通是通往歡樂的唯一門票~

### 📖 大吼大叫的企鵝媽媽

~寶貝，對不起，有時後媽媽  
會大發脾氣，但媽媽真的很愛你~

### 📖 100 層的巴士

~層層都有不同的風情，不同的發現，  
跟著司機來一趟未知的冒險~

### 📖 海底 100 樓的家

~海底 100 層樓的家，  
給你 100 種觀察與想像~

### 📖 這是蘋果嗎？也許是喔

~是哲學？想像？還是創意？~

### 📖 我有理由

~媽媽對不起，但我真的有理由...~