

## 臺南市立圖書館114年「名人帶路—薈冊店·買好書」敏感貓療心理推薦書單

| 序號 | 書名                                      | 作者                  | 出版者   | 出版年月       | ISBN          |
|----|-----------------------------------------|---------------------|-------|------------|---------------|
| 1  | 故事裡的心理學（上）：潛意識與永恆少年                     | 鐘穎                  | 楓樹林   | 2020/12/25 | 9789579501941 |
| 2  | 故事裡的心理學（下）：陰影與個體化                       | 鐘穎                  | 楓樹林   | 2020/12/25 | 9789579501958 |
| 3  | 我的限制級人生：日子很鳥，也可以過得很好                    | 林欣蓓                 | 格子外面  | 2019/11/26 | 9789869716871 |
| 4  | 象與騎象人：全球百大思想家的正向心理學經典                   | 強納森·海德              | 究竟    | 2020/07/01 | 9789861372990 |
| 5  | 長勝心態：贏家不是一時得勝，卻輸掉人生！成功是慢慢存、可持續終生的行動     | 凱絲·畢曉普              | 商業周刊  | 2021/07/01 | 9789865519551 |
| 6  | 被討厭的勇氣：自我啟發之父「阿德勒」的教導                   | 岸見一郎, 古賀史健          | 究竟    | 2014/10/30 | 9789861371955 |
| 7  | 分人：我，究竟是什麼？（芥川獎作家平野啓一郎鼓舞人心的處世哲學）        | 平野啓一郎               | 新經典文化 | 2023/01/05 | 9786267061527 |
| 8  | 人生實用商學院：富有是一種選擇                         | 吳淡如                 | 時報出版  | 2022/07/12 | 9786263354555 |
| 9  | 不是我人脈廣，只是我對人好：從利己到利他，吳家德的人脈學，幫助你一輩子受用無窮 | 吳家德                 | 麥田    | 2021/07/31 | 9786263100411 |
| 10 | i世代報告：更包容、沒有叛逆期，卻也更憂鬱不安，且遲遲無法長大的一代      | 珍·特溫格               | 大家    | 2020/04/01 | 9789579542906 |
| 11 | 不假裝，也能閃閃發光：停止自我否定、治癒內在脆弱，擁抱成就和讚美的幸福配方   | 張靜仁                 | 方舟    | 2024/01/04 | 9786267291818 |
| 12 | 安靜是種超能力：寫給內向者的職場進擊指南，話不多，但大家都會聽你說       | 張靜仁                 | 方舟    | 2018/08/01 | 9789869581585 |
| 13 | 成為我自己                                   | 歐文·亞隆               | 心靈工坊  | 2018/01/15 | 9789863571124 |
| 14 | 成為原本的自己：從榮格心理學出發探索12原型的力量               | 陳安逸                 | 晴好出版  | 2023/11/08 | 9786269751136 |
| 15 | 佛洛伊德的椅子：化解內在衝突，隨身必備的情緒調節書               | 鄭道彥                 | 究竟    | 2023/11/01 | 9789861374161 |
| 16 | 思考101：耶魯大學改變人生的一堂思辨課                    | 安宇敬                 | 平安文化  | 2023/07/03 | 9786267181737 |
| 17 | 愛的演化心理學：從擇偶競賽、婚姻連結到刻意單身，看懂我和我們的生存法則     | 劉嘉                  | 啟動    | 2023/09/25 | 9789864931484 |
| 18 | 當媽後，你是公主也是壞皇后：從榮格心理學看童話故事中的母性智慧         | 麗莎·瑪基雅諾             | 心靈工坊  | 2023/05/12 | 9789863572909 |
| 19 | 躲在蚊子後面的大象：那些隱藏在生活小事背後的深層情緒              | 恩斯特弗利德·哈尼許, 艾娃·溫德爾  | 平安文化  | 2023/04/10 | 9786267181614 |
| 20 | 鬆綁你的完美主義：首本由台灣精神科權威深度剖析，揭露完美主義者的成因與表現！  | 陳俊欽                 | 悅知    | 2023/05/04 | 9786267288313 |
| 21 | 自我的誕生：幫你建立強大真實的自己                       | 武志紅                 | 圓神    | 2022/08/01 | 9789861338347 |
| 22 | 我，不馴服                                   | 格倫農·道爾              | 三采    | 2022/07/29 | 9789576588501 |
| 23 | 逆思維：華頓商學院最具影響力的教授，突破人生盲點的全局思考           | 亞當·格蘭特              | 平安文化  | 2022/07/04 | 9789865596934 |
| 24 | 煤氣燈操縱：辨識人際中最暗黑的操控術，走出精神控制與內疚，重建自信與自尊    | 艾米·馬洛 - 麥柯          | 麥田    | 2022/01/13 | 9786263101593 |
| 25 | 三明治媽的多重宇宙：意外總會隨時上門，保持Chill才能見招拆招        | 蕭彤雯                 | 親子天下  | 2024/04/30 | 9786263058651 |
| 26 | 一期一會：生活可能有其他的樣子                         | 埃克特·賈西亞, 法蘭塞斯克·米拉萊斯 | 沐光    | 2023/06/20 | 9786269711123 |
| 27 | 當尼采哭泣                                   | 歐文·亞隆               | 張老師文化 | 2007/12/01 | 9789576934636 |
| 28 | 隱藏的人格面具                                 | 黃國勝                 | 時報出版  | 2020/09/22 | 9789571383644 |
| 29 | 童話中的陰影與邪惡                               | 瑪麗-路蕙絲·馮·法蘭茲        | 心靈工坊  | 2018/06/20 | 9789863571223 |
| 30 | 在敘事中療癒：跳脫框架重構精神健康                       | 秦安琪, 曹爽, 梁樂衡等       | 張老師   | 2023/07/28 | 9786269687046 |
| 31 | 也許你該找人聊聊02：心理師教你大膽修訂自己的人生故事！（二版）        | 蘿蕊·葛利布              | 行路    | 2025/05/14 | 9786267244937 |
| 32 | 心理防衛：壓抑、投射、成癮.....我們用傷人傷己的方式保護自己嗎？      | 洪培芸                 | 寶瓶    | 2022/04/07 | 9789864062829 |
| 33 | 我的心裡學                                   | 李文瑗                 | 張老師   | 2022/07/01 | 9789576939693 |
| 34 | 忿恨的囚徒：憤怒、敵意與暴力從何而來？                     | 亞倫·T·貝克             | 方舟    | 2022/11/09 | 9786267095812 |
| 35 | 直覺陷阱：擺脫認知偏誤，擁有理性又感性的30個超強心理素質           | 高登第                 | 時報出版  | 2022/03/15 | 9786263350458 |
| 36 | 焦慮新解：區分「假焦慮」、「真焦慮」，瞭解並克服身體的恐懼反應         | 艾倫·沃拉               | 悅知    | 2022/11/10 | 9789865102517 |
| 37 | 凡不能毀滅我的，必使我強大：脆弱心理學                     | 顏麗媛                 | 風雲時代  | 2024/01/25 | 9786267369593 |

## 臺南市立圖書館114年「名人帶路—逛冊店·買好書」敏感貓療心理推薦書單

| 序號 | 書名                                           | 作者        | 出版者  | 出版年月       | ISBN          |
|----|----------------------------------------------|-----------|------|------------|---------------|
| 38 | 大膽行動：哈佛心理學教授破解負能量，改變人生三步驟                    | 盧安娜·馬奇斯   | 先覺   | 2024/03/01 | 9789861344911 |
| 39 | 允許一切發生：擁有鬆弛感，成為有格調、有溫度、有人情味的人                | 李夢霽       | 風和   | 2024/03/18 | 9786269754663 |
| 40 | 遇見完型的我                                       | 曹中瑋       | 究竟   | 2020/12/01 | 9789861373089 |
| 41 | 童話裡的心理學                                      | 鐘穎        | 楓樹林  | 2024/11/01 | 9786267499412 |
| 42 | 中年之路                                         | 詹姆斯·霍利斯   | 楓樹林  | 2024/06/05 | 9786267394823 |
| 43 | 纏足幽靈                                         | 馬思恩       | 心靈工坊 | 2015/05/18 | 9789863570301 |
| 44 | 尋找你的牛                                        | 枏野俊明, 松重豐 | 平安文化 | 2024/07/08 | 9786267397510 |
| 45 | 存在的藝術：藉由創造性自我覺察，實踐生活的藝術，達到真正的快樂與幸福           | 埃里希·佛洛姆   | 木馬   | 2024/01/10 | 9786263145283 |
| 46 | 成不了大人物的我們，決定成為簡單的人                           | 何俺        | 晴好出版 | 2024/03/06 | 9786267396421 |
| 47 | 成為自己的心理師：心累的你，還在假裝自己很好嗎？                     | 歐文·奧侃     | 大牌   | 2024/01/04 | 9786267378304 |
| 48 | 我想陪你好好聊傷：人氣諮商心理師的15個療癒對話練習                   | 伊麗絲·桑德    | 今周刊  | 2024/01/25 | 9786267266526 |
| 49 | 看穿人心的心理學：透過心理實驗了解自己與別人！從日常生活、商務社交乃至戀愛都派得上用場！ | 澀谷昌三      | 晨星出版 | 2023/03/12 | 9786263203730 |
| 50 | 給大人的童話心理學：解析童話裡的人性，66則心理學破除愛情×職場×友誼的煩惱！      | 柳惠寅       | 大好書屋 | 2023/09/01 | 9786267329405 |
| 51 | 給無法輕易絕交又想活得更自在的你                             | 申紀律       | 大好書屋 | 2023/08/03 | 9786267329245 |