

主題書展-我與自己的距離

人生是一個處處充滿美好時刻的旅程，但偶爾也會遇上挫折的時刻，當問題浮現時面對它，不要讓負面情緒掌控自我喔，本次展出心靈成長、勵志小品、人生成長、人際關係等相關書籍，歡迎借閱，讓每一刻都能成為最好的時刻喔！

序號	登錄號	題名	索書號
1	233168	快樂,不用理由 做好七件事,快樂一輩子! 瑪西.許莫芙 (Marci Shimoff),卡蘿.克萊(C	176.51 0844
2	240113	就是要快樂 擁抱無限喜悅的三個祕密 卡洛琳.何布斯 (Carolyn Hobbs)作 甘錫安譯	176.51 2144
3	350531	其實你不必為了別人改變自己 一定可以實現的阿德勒 勇氣心理學 岸見一郎	176.51 2613
4	382088	是誰偷走我的快樂? 扭轉我執思考,三步驟找回與生俱來的快樂 約翰.伊佐(John	176.51 2724
5	304903	祝你今年快樂 威爾.鮑溫(Will Bowen)著 莊安祺譯	176.51 2736
6	339255	99個幸福時刻 喬治.麥爾森(George Myerson)著 莊安祺譯	176.51 4014
7	333408	苦難是人生的一種恩賜 Polly Young-Eisendrath著 黃慧鶯翻譯	176.51 4444
8	353138	丟掉教人快樂的方法!找到自己獨有的快樂 曼弗烈.呂茨 (Manfred Lutz)著 張淑惠	176.51 6044
9	333059	情緒競爭力UP! 15個線索,讓你把事情做完、做對、做好 丹尼爾.高曼(Daniel Golem	176.52 0060
10	345870	韌性 挺過挫折壓力,走出低潮逆境的神秘力量 克莉絲蒂娜.伯恩特(Christina Bern	176.54 2662
11	383005	心好累 抗壓力太強反而會生病 精神科醫師教你不再被壓力擊垮的30個練習	176.54 7542
12	303619	心靈慢活療癒術 Heart healing how to live the slow life eng 邱嫻書編著	176.54 7745
13	382228	告別負能量 續集居然就是完結篇! The end of Neenergy g-bye power never die 林育聖著	177.2 4401:2-2
14	346701	每天來點負能量 失落的壞話經典,負負得正的人生奧義 Neenergy the power of G-bye	177.2 4401:2
15	303414	放下包袱的輕生活練習 松浦彌太郎著 王蘊潔譯	177.2 4314:2
16	382519	我會自由,像青鳥一樣 蔡瑞珊著	177.2 4411:3
17	304950	抓狂是跟自己過不去 林慶昭著	192.1 4406-16
18	339817	心情放輕鬆,開心過生活 林慶昭著	192.1 4406-17
19	345182	練習心平靜 收拾好心靈包袱,你將事事順心! 有川真由美著 張玲玲譯	192.1 4245
20	304931	停下來,才能看見 慧敏法師著 冷蔚譯	192.1 2658
21	385899	吃便當 人生解決不了的煩惱,就一口一口吃掉吧! 鄭進耀著	191.9 8739

22	382629	情緒勒索 那些在伴侶、親子、職場間,最讓人窒息的相處 周慕姿著	176.52 7743
23	393686	別讓負面情緒綁架你 30個覺察+8項練習,迎向自在人生 胡展誥著	176.52 4770
24	383475	終於,可以好好說再見 當我們失去最愛的人,該如何走出悲傷? 傑夫.布雷澤(Jef	176.52 4013
25	340105	養生從放鬆開始 全球超過百萬人使用的身心解壓實典 洪啟嵩著	176.54 3432-2
26	345703	情緒生病,身體當然好不了 黃鼎殷醫師的心靈對話處方 黃鼎殷著	176.52 4422
27	386272	為什麼別人那麼幸福,我卻如此孤獨? 日本人氣心理諮商師結合腦科學與心理	176.52 4225
28	349709	孤獨也是一種生活 李素文著	176.52 4050
29	347884	不幸福就對不起自己了 北歐人40堂生活藝術課讓你重新定義人生 羅敷作	192.1 6058
30	386502	我喜歡工作,如果可以,不上班的工作更好 Work.break time.money partner.future 劉揚銘	192.1 7258
31	346253	快樂,多10%就足夠 一個明星主播如何解除壓力.停止自我批判,並保持正念的	192.1 6864
32	382527	人生並不複雜,複雜的是你 信任自己,啟動「自我、人際、工作」革命的12道	177.2 9800-3
33	350532	接受不完美的勇氣 阿德勒100句人生革命 Alfred adler 100 words to revolutionize your li	177.2 9800 c.2
34	386170	不在乎的勇氣 給害怕被討厭,所以虧待自己的你 大嶋信賴作 呂盈璇譯	177.2 4225:2
35	382947	不讓情緒左右人生的用腦術 日本精神科醫師教你60種練習,鍛鍊大腦額葉,停	176.52 2624
36	382880	情緒升降梯 我們可以不要麻木地工作、厭世地生活 賴瑞.孫恩(Larry Senn)著 謝	176.52 1260
37	387118	比起喜歡自己,我有更多討厭自己的日子 厭世、躺平也沒關係,擁抱陌生自我	177.2 3631
38	336959	熊抱的幸福 無奈熊讓你勇敢做自己 MxT著	192.1 2524
39	346398	當時不生氣就好了 安藤俊介著 丘正怡譯	176.52 3428
40	349453	療癒誌 洪仲清與你書寫談心 洪仲清著	176.52 3423-2
41	305372	十誡律 學校忘了教的十堂情緒課 The laws of emotions eng 汪國鋒著	176.52 3168
42	382873	面對家人的情緒勒索 修煉你的心,掌握能量流動,其實你也能做得很好 安一心	176.52 3013
43	333369	跟自己和好 為情緒解套,了解生存原來可以有很多種方式 洪仲清著	176.52 3423
44	353184	不被情緒左右的28個練習 西多昌規著 劉姿君譯	176.52 1265
45	387027	我死過,所以知道怎麼活 與死神相遇的11分鐘 鍾灼輝著	175.9 8299 2022