

# 親子溝通主題書展書單

項次	條碼號	題名	作者	ISBN	出版年	內容	連結	館藏地
1	B087033	媽媽的每一天：高木直子手忙腳亂日記	高木直子圖文	9789861795911	2020[民109]	有了孩子之後，生活變得截然不同，過去一個人生活很難想像現在的自己，但現在的自己卻非常享受當媽媽的每一天。	<a href="#">連結</a>	內湖
2	B087077	今天開始，陪孩子打電玩：認知 X 社交 X 創造 X 情緒調節，用電動遊戲激發四大能力，玩出無限人生！	葉壯作	9789861304830	2021[民110]	想要讓遊戲對孩子帶來正向作用，既不能放任也不能壓迫，必須給孩子「信任式管理」。本書作者葉壯既是心理學家、老手玩家，也是一名實踐「親子共遊」的父親，他從心理學視角出發，結合當代科學研究與臨床諮詢案例，不僅教家長挑選「好遊戲」，並針對不同孩子特質與遊戲類別，介紹適當的「管理」技巧。讓孩子與父母之間不再為玩遊戲而起爭執，而讓「一起玩遊戲」成為日常風景。	<a href="#">連結</a>	內湖
3	B089220	圖解孩子的失控小劇場：阿德勒正向教養，拆解2-12歲孩子的日常教養關卡，親子一同與情緒作朋友	安-克萊兒.克蘭迪恩(Ane-Claire Kleindienst)著	9789864899111	2024[民113]	★全新整理「親子溝通急救包」拉頁，讓爸媽在孩子失控時不卡關不詞窮★ 孩子像是心不在焉，實際上是富有創意； 孩子膽大妄為，實際上是好奇心； 孩子很任性，實際上是熱情洋溢； 孩子是愛哭鬼，實際上是極為敏感... .. 孩子很番、很難搞，正是需要我們的理解與幫助的時刻！	<a href="#">連結</a>	內湖

# 親子溝通主題書展書單

項次	條碼號	題名	作者	ISBN	出版年	內容	連結	館藏地
4	B085825	圖解青少年的難搞小劇場：阿德勒正向教養，幫你STEP BY STEP化解青春期風暴，擺脫為人父母的焦慮與恐懼	安-克萊兒. 克蘭迪恩 (Anne-Claire Kleindienst) 著；琳達. 柯瑞芝 (Lynda Corazza) 繪；陳文怡譯	9789869669566	2019[民108]	<p>破解青少年心思 X 解讀父母觀點，雙管齊下</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●孩子不再和我們溝通</li> <li>●孩子不聽使喚，也完全不再順從</li> <li>●孩子沒有從經驗中學到教訓</li> <li>●受不了爸媽出門都要我一起</li> <li>●只要有考試，爸媽就一直問成績</li> <li>●我去哪裡都要跟爸媽報告</li> </ul>	<a href="#">連結</a>	內湖
5	B082245	一天一個睡前故事	江慧著	9789865699123	2014[民103]	<p>睡前故事能夠緩解孩子的心理壓力，幫助孩子入睡。同時，它也是孩子早期閱讀的重要方式，能夠滋養孩子的心靈。</p> <p>做一個會講故事的家長，給孩子講精彩的睡前故事，收穫的不只是孩子的一夜安眠，還有未來的精彩人生。</p> <p>你想好了嗎，今天要帶給寶寶一個怎樣的故事？</p>	<a href="#">連結</a>	內湖
6	B078825	管教啊，管教	汪培珽著	9789868610200	2010[民99]	<p>當孩子兩歲時，你可以輕易忽略他，簡單帶過任何一件事。</p> <p>當孩子十二歲時，他也可以輕易忽略你，簡單帶過應該讓你知道的任何一件事。</p> <p>「你亂丟書和玩具，它們會離家出走。」這是欺騙。</p> <p>「你快把飯吃完，等下有糖果可以吃。」這是利誘。</p> <p>「你再不聽話，我就去把棍子拿來了。」這是威脅。</p> <p>這些方法，在孩子十二歲之後，將統統失靈。</p>	<a href="#">連結</a>	內湖

# 親子溝通主題書展書單

項次	條碼號	題名	作者	ISBN	出版年	內容	連結	館藏地
7	B083219	爸媽，我也要面子呀！： 孩子的心事並非小事， 解讀43個孩童「內心小 劇場」	洪美京著；陳聖薇 譯	9789869464499	2017[民106]	本書針對43個孩子普遍常見的行為，例如暴力行為、學習不振、專注力不足、太過依賴等，從「探視孩子的內心」出發，了解的孩子的五個面向：人際關係、內心世界、偏差行為、讀書學習、情緒管理，提供實用且中肯的教養處方，讓父母更了解孩子的內心世界，教出坦率又幸福的小孩。	<a href="#">連結</a>	內湖
8	B087720	致，被兒子搞瘋的媽媽： 秒懂兒子心事、療癒 媽媽心靈 不吼不叫也能 養出好兒子	崔旼俊著；徐月 珠譯	9789863428657	2017[民106]	「我兒子好像為了讓我罵才出生的！」 身為女人的媽媽，若能徹底了解「男人」這種生物， 就能破解史上最大難題：「兒子怎樣才會聽我說話？」 ★★★金星媽媽vs. 火星兒子 地表最強跨物種教養聖經★★★	<a href="#">連結</a>	內湖
9	B083162	受傷的孩子和壞掉的大人	陳志恆著	9789861336404	2017[民106]	哪一種關係，最令孩子感到痛苦？ 不是霸凌、不是成績，而是每天密切互動的大人！ 作者從多年的校園輔導教師和諮商、演講工作坊經驗，發現孩子的困頓與痛苦並非偶然，多半與身旁的人脫不了關係。而究竟什麼最讓孩子感到痛苦？考不好？睡不飽？被禁足？都不是——這些學齡世代孩子最大的困擾，竟來自和他們每天互動最密切的大人的關係！	<a href="#">連結</a>	內湖

# 親子溝通主題書展書單

項次	條碼號	題名	作者	ISBN	出版年	內容	連結	館藏地
10	B087266	有病的其實是我媽，卻要我去諮商：寫給青少年和家長的心理圖文書	大衛.古席翁 (David Gourion), 穆佐(Muzo)合著；Geraldine LEE譯	9789861373010	2020[民109]	<p>第一本寫給青少年的諮商圖文書！幽默風趣的專業心理醫生與青少年對話，針對問題和困擾，提供有效解方！</p> <p>★集結現代人會遇上的心理健康問題，透過有趣的圖文達到諮商效果！</p> <p>★幫助青少年與家長，輕鬆吸收心理學知識，解決身心困擾！</p>	<a href="#">連結</a>	內湖
11	B084858	別叫我屁孩，我可以自己來！：專屬青春的完全生存手記	南琦著	9789869359221	2017[民106]	<p>當大人們擔心孩子無法面對這個複雜的世界，</p> <p>急著想拉拔他們走出各種煩惱與困擾卻忘了：青春是一個無法重複的過程，也是必經的人生印記</p>	<a href="#">連結</a>	內湖
12	B089105	陪媽媽兜風	工作傷害受害人協會文；陳瑞秋圖	9789579047555	2020[民109]	<p>這是一本由工傷協會發起的繪本。當我們享受著生活中便利的道路、捷運、電力時，可曾想過背後有多少勞動者犧牲了生命與健康？工傷意外導致家庭破碎的新聞時有所聞，當意外來得有如狂風驟雨，我們究竟該如何繼續走下去？</p> <p>這樣的生命課題，雖然由工傷經驗發想而來，其實卻是許多人共同擁有，每個人總有一天也都會碰上的難題。烏雲，從來不會一下子就消失，但我們可以一起牽起手，一步一步的，往亮亮的地方，再靠近一點……</p>	<a href="#">連結</a>	內湖

# 親子溝通主題書展書單

項次	條碼號	題名	作者	ISBN	出版年	內容	連結	館藏地
13	B089163	拒學，不要搶救：第一本讓繭居族願意走出家門的實用SOP!從拒學到正常工作，90%都能恢復	杉浦孝宣著；黃雅慧譯	9789869858984	2020[民109]	<p>本書作者杉浦孝宣，自己也曾裝病拒學，念特殊學校，在一對一的個別教導及規律生活下，終於重新踏入校園。</p> <p>而後開立補習班當老師，因協助中輟生通過高考一舉成名，至今已幫助超過10,000名繭居者重返校園、正常工作。</p> <p>他說，孩子拒學，不要搶救，更不要逼他回學校參加適應教學補救班，只要用對方法，從拒學到正常工作，90%都能恢復。</p>	<a href="#">連結</a>	內湖
14	B088766	給孩子的解答之書：解開孩子好奇心的60個問答	卡琳·西蒙奈 (Carine Simonet) 文；伊莎貝爾·瑪洛杰 (Isabelle Maroger) 圖；許少菲譯	9789573293330	2021[民110]	<p>這本書結合了問問題和閱讀，書中的問題都是與孩子生活相關的，透過閱讀關於這些問題的討論，能促進孩子思考、心智獲得成長。對苦於不曉得該怎麼回答孩子提問的家長來說，本書作者透過長年與孩子互動的智慧，提供給家長一個思考的方向。</p> <p>現在，就帶著好奇心翻開書頁吧！</p>	<a href="#">連結</a>	內湖
15	B089238	為了這個家 我殺了我自己：兒少照顧者的重生日記	水谷綠著；陳令嫻譯	9786263617551	2024[民113]	<p>思覺失調症的母親、對家人漠不關心的父親、格外受寵的弟弟、阿茲海默症的爺爺…這是本書主角小唯成長的家庭環境。被迫成為小大人的她，照料這個家的大小事，還獨自承擔母親的情緒與暴力。</p> <p>「為什麼我要承受這種痛苦？」  「為什麼每次只有我被犧牲？」  「因為我是壞孩子嗎？」  「因為我是女生，是家裡最弱勢的人嗎？」</p> <p>小唯是所有「兒少照顧者」(Young Carer)的縮影。</p>	<a href="#">連結</a>	內湖

# 親子溝通主題書展書單

項次	條碼號	題名	作者	ISBN	出版年	內容	連結	館藏地
16	B088365	孩子精 媽媽驚：運動員兒子給校長媽媽的震撼教育	許元耕, 林玫伶文 ; 水腦圖	9789577518514	2020[民109]	<p>鬼靈精兒子VS校長媽媽。            兒子出招：拋出問題、想法給媽媽。            媽媽接招：接收到問題後，所產生的驚訝、無力等各種情緒。            透過親子雙向角度，帶給讀者不同面向思考。</p> <p>真實呈現親子間故事，從兒子的成長階段（國中、高中、大學至出社會），親子間共同探索與成長，也藉此分享母子倆的互動，如何從緊繃的親子關係，到互相諒解，以及最後友好的過程！</p>	<a href="#">連結</a>	內湖
17	B089268	哈佛媽媽的聰明3C教養法：3C如何影響0~25歲成長賀爾蒙?六週聰明科技習慣養成計畫	席米.康(Shimi Kang, M.D.)著 ; 邱佳皇譯	9786263581401	2023[民112]	<p>最新研究指出，短影音宛如毒品，會讓孩子成癮，甚至變成「抖音腦」，無法克制分心和衝動！            孩子常常上網滑手機，大腦會發生什麼事？            該如何幫助身為「數位時代原住民」的孩子，            找回專注力+思考力+創造力？</p>	<a href="#">連結</a>	內湖
18	B089267	教養，從不比較開始：育兒「不需要比較」，為孩子建構「心的根基」打造孩子強韌自信、衝勁與才能的親子溝通課	田宮由美著 ; 林謹瓊譯	9786263495487	2024[民113]	<p>當孩子出生那瞬間，父母都曾經為了小小生命而喜悅感動，只盼孩子健康平安，但這樣的心情卻漸漸變了調，因為只要把孩子的成長和其他孩子比較，難免會產生得失心，心情也跟著起伏不定。            日本知名家庭教育專家長期探討以孩子自尊心為主題的研究調查，提出「不與他人比較」教育心法，設計9大生活情境及實用具體的對話練習。</p>	<a href="#">連結</a>	內湖

# 親子溝通主題書展書單

項次	條碼號	題名	作者	ISBN	出版年	內容	連結	館藏地
19	B089281	為何三歲開始說謊？：探究心智起源，解開0-15歲孩子的大腦與行為之謎	謝伯讓著	9786263055438	2023[民112]	<p>你知道嗎？———</p> <p>■ 十八個月大的孩童雖然還不會說話，卻已經會主動幫助別人。</p> <p>但可別因此以為嬰兒就是「性本善」，因為他們的善惡偏好是有但書的，研究發現，嬰兒不僅是功利主義者（喜歡對自己有利的人），還是種族主義者（喜歡和自己同類的人）。</p> <p>■ 嬰兒喜歡父母逗他玩，因為他們已有能力想主動參與社交互動。</p> <p>日常親子互動不僅會影響孩子當下的壓力反應，也會決定他們未來如何面對壓力……</p>	<a href="#">連結</a>	內湖
20	B089277	我的孩子是霸凌者	しろやぎ秋吾著；葉門譯	9786264004237	2024[民113]	<p>『我的孩子絕不會這樣。』</p> <p>——赤木加奈子認為那只是與自己無關的社會事件。</p> <p>然而某天，她竟得知自己的女兒·愛，在班上對同班同學·馬場小春有霸凌行為。</p> <p>國中時曾遭受同儕霸凌的加奈子，對此難以忍受。</p> <p>對自己孩子的厭惡、憤怒，不斷湧上心頭。</p>	<a href="#">連結</a>	內湖
21	B089275	爸媽不苦惱的孩子交友問題：邊緣人、被帶壞、遭排擠、太被動……小學老師現場直擊，孩子不告訴你的人際困擾，家長該介入多少？	柳潤煥著；郭佳樺譯	9786267182291	2023[民112]	<p>轉學，打不進新環境；「好」朋友一直換，每段友誼都不長；除了最要好的同學，和其他同班的都玩不在一起；吃飯慢、跑步慢、反應慢，每次分組就被排擠；團體討論意見不合，就跟對方吵起來；為了討好同學，經常花錢買禮物……</p> <p>你也是身陷這些教養困擾的父母嗎？</p>	<a href="#">連結</a>	內湖

# 親子溝通主題書展書單

項次	條碼號	題名	作者	ISBN	出版年	內容	連結	館藏地
22	B089258	差一點就差很多的親子溝通術 全圖解	童童老師著	9786267528150	2024[民113]	<p>溝通需要準備，也需要技巧，童童老師從腦科學、心理學、神經科學，整理出「讓你好好說，孩子好好聽」的五大溝通技巧——</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 給予選擇權：小孩才做選擇？YES！正確提供選擇權，讓你們一起找到前往目標的路徑。</li> <li>• 轉換肯定句：把「你不可以！」換成「請你這樣」。</li> <li>• 同理：學習刻意練習同理，接住孩子情緒。</li> <li>• 擴充彈性：從練習同理—堅持規則—提供替代選項中，讓孩子增加調節能力。</li> <li>• 順應邏輯：換個角度再來一次，找出解決方法，才能打開溝通死結。</li> </ul>	<a href="#">連結</a>	內湖
23	B089272	每個孩子都有小特別	林煜涵著	9786269708949	2023[民112]	<p>本身是特殊兒家長也是職能治療師的林煜涵，面對不同孩子的發展故事，以溫暖又堅定的筆觸寫下給家長的實用教養祕訣。發展遲緩、過動症、注意力不集中、自閉症、情緒障礙、亞斯柏格、學習障礙……我們該如何對有點小特別的孩子進行教育、行為矯正與陪伴？</p> <p>林煜涵治療師以普遍家長們容易遇到的各種「狀況」切入案例的癥結點。</p>	<a href="#">連結</a>	內湖



# 親子溝通主題書展書單

項次	條碼號	題名	作者	ISBN	出版年	內容	連結	館藏地
24	B089264	猶太爸媽這樣教：培育孩子的6大未來能力，打造獨立思考、自主學習、善於合作的下一代	林志垠著；蔡佩君譯	9786267012154	2021[民110]	資訊爆炸時代，該怎麼培養能夠明辨是非，不被風向帶著走，能夠獨立思考的孩子？ 孩子的學業成績不理想，父母該如何調適自己，並且鼓勵孩子走出自己的路？ AI時代，有什麼能力是人工智能無法取代的？ 該怎麼從小培養孩子正確的金錢與理財觀念？ 該怎麼讓孩子懂得與人溝通、合作、協調的能力？	<a href="#">連結</a>	內湖
25	B081301	我有理由	吉竹伸介文.圖；黃惠綺譯	9789869292092	2016[民105]	「媽媽對不起，但我真的有理由！」 理由歪不歪？換個腦袋想一想，世界因此大不同！ 讓想像力起飛，讓壓力釋放！ 用幽默轉換情緒，我們就是最佳親子拍檔！ 日本讀者讚喻：令人放寬心的育兒好書！	<a href="#">連結</a>	內湖
26	B088442	我有意見	吉竹伸介文圖；張桂娥譯	9789869391801	2016[民105]	面對孩子的質疑，你該怎麼辦？ 地表最強的親子對話，教你破解「親子緊張密碼」！ 運用爸爸擅長的右腦創意，從容解除親子警鈴，讓孩子即刻就明白心中的「為什麼」。	<a href="#">連結</a>	內湖