

2023圖書館週 指南山下解憂指南【樹洞時光—療癒書籤：書展暨影展】書展清單

| 序號 | 類別 | 書名 / 作者 | 索書號 | 館藏地 |
|----|------|--|-----------------|------|
| 1 | 生態療癒 | 生態心理學：復育地球,療癒心靈 | 172.83 8555 | 政大總圖 |
| 2 | 生態療癒 | 地球就是諮商室：超越人類中心主義,邁向生態心理治療 | 172.83 8555:1 | 政大總圖 |
| 3 | 生態療癒 | 失靈的大地：生態心理學的反思與實踐 | 172.83 8555:1-1 | 政大總圖 |
| 4 | 生態療癒 | 森林療癒力：forest, for+rest 走進森林讓身心靈休息、讓健康永續 | 418.96 8562 | 政大總圖 |
| 5 | 生態療癒 | 療癒之島：在60種森林香氣裡,聞見台灣的力量 | 375.233 8665 | 政大總圖 |
| 6 | 生態療癒 | 歡迎光臨森林祕境 | 436.12 8344-2 | 政大總圖 |
| 7 | 生態療癒 | 山與祂的子民：阿力曼與鸞山森林文化博物館 | 367.71 8568 | 政大總圖 |
| 8 | 生態療癒 | 手作步道：體驗人與自然的雙向療癒 | 992.77 8447-3 | 政大總圖 |
| 9 | 生態療癒 | 手作之道：築路,與自然對話的山徑美學 | 992.77 8447-2 | 政大總圖 |
| 10 | 生態療癒 | 樹蔭的溫柔：第一本關於樹的情感年表,看樹如何撩撥想像、觸動心靈、成為生命永恆的連結 / 阿蘭·柯爾本(Alain Corbin)著;張喬玟譯 | 713 822 | 政大總圖 |

2023圖書館週 指南山下解憂指南【樹洞時光—療癒書籤：書展暨影展】書展清單

| 序號 | 類別 | 書名 / 作者 | 索書號 | 館藏地 |
|----|------|--|------------------|------|
| 11 | 生態療癒 | 熱帶雨林：多樣、美麗而稀少的熱帶生命 / 約瑟夫.萊希霍夫(Josef H. Reichholf)著；約翰.布蘭德史岱特(Johann Brandstetter)繪；鐘寶珍譯 | 436.12 8434 | 政大總圖 |
| 12 | 生態療癒 | 樹精靈之歌. 1 / 梅麗莎.哈里森(Melissa Harrison)著；蘿倫.奧荷拉(Lauren O'Hara)繪；謝維玲譯 | 873.596 8557 v.1 | 政大總圖 |
| 13 | 生態療癒 | 樹的韌性：渥雷本帶你認識樹木跨越世代的驚人適應力,與森林自行調節演化,重建地球生態系統的契機 / 彼得.渥雷本(Peter Wohlleben)著；曾鏡穎譯 | 436 8344-3 | 政大總圖 |
| 14 | 生態療癒 | 一草一天堂：英格蘭原野的自然觀察 / 約翰.路易斯-斯坦伯爾(John Lewis-Stempel)著；羅亞琪譯 | 367 8575:1 | 政大總圖 |
| 15 | 生態療癒 | 世界之樹：孕育地球生命的樹木圖鑑 / 麥克斯.亞當斯(Max Adams)作；張雅億翻譯 | 436.1111 8455 | 政大總圖 |
| 16 | 生態療癒 | 走在山海河間的沉思 / 李偉文作 | 863.55 8476-6 | 政大總圖 |
| 17 | 生態療癒 | 山教我的事 = Lessons from the mountains / 沈恩民著 | 863.55 8445:14 | 政大總圖 |
| 18 | 生態療癒 | 通往世界的植物：臺灣高山植物的時空旅史 = Worldviews : the origin and journey of the montane plants in Taiwan / 游旨价著 | 374.33 8347 | 政大總圖 |
| 19 | 生態療癒 | 山林本事：打開通往森之國度的大門 = Learn From forest / 黎筱芃主編 | 733.4 8594 | 政大總圖 |
| 20 | 生態療癒 | 樹的祕密語言：學會傾聽樹語,潛入樹的神祕世界 / 彼得.渥雷本(Peter Wohlleben)著；陳怡欣譯 | 436.12 8344-1 | 政大總圖 |

2023圖書館週 指南山下解憂指南【樹洞時光—療癒書籤：書展暨影展】書展清單

| 序號 | 類別 | 書名 / 作者 | 索書號 | 館藏地 |
|----|------|--|------------------|------|
| 21 | 生態療癒 | 自然的奇妙網路 / 彼得.渥雷本(Peter Wohlleben)著; 鐘寶珍譯 | 367 8344 | 政大總圖 |
| 22 | 生態療癒 | 種樹的男人: 森林, 再次回來了 / 讓.紀沃諾(Jean Giono)著; 邱瑞鑾譯 | 876.57 863a 2022 | 政大總圖 |
| 23 | 生態療癒 | 聽說你的憂鬱被一株植物療癒了 = The hero house plants that will love you back / 法蘭.貝莉(Fran Bailey)著; 陳錦慧譯 | 435.11 845 | 政大總圖 |
| 24 | 生態療癒 | 植物知道生命的答案 / (美)丹尼爾.查莫維茨(Daniel Chamovitz)著; 劉夙譯 | 373 8486a 2018 | 政大總圖 |
| 25 | 生態療癒 | 樂活之森: 森林療法的多元應用 / 日本森林保健學會編著; 姚巧梅譯 | 418.96 8547 | 政大總圖 |
| 26 | 生態療癒 | 自然的療癒密碼: 揭露植物與動物隱藏的力量 / 克萊門斯.阿瓦伊(Clemens G. Arvay.)著; 王榮輝譯 | 418.96 8538 | 政大總圖 |
| 27 | 生態療癒 | 荒野之心: 生態學大師Heinrich最受歡迎的35堂田野必修課 / 伯恩德.海恩利許(Bernd Heinrich)著; 潘震澤譯 | 367 8245 | 政大總圖 |
| 28 | 生態療癒 | 像樹那樣生活: 改變韓國十萬讀者, 從樹木身上學到35項堅毅的人生智慧 = I want to live like trees / 禹鍾英著; 何汲譯 | 191.9 8568:1 | 政大總圖 |
| 29 | 生態療癒 | 跟一棵樹聊天, 聽他的人生哲學: 春花媽的植物療癒旅程 / 春花媽著; Soupy Tang繪 | 192.1 8465:5 | 政大總圖 |
| 30 | 生態療癒 | 山林癒: 沐浴山林擁抱樹木, 借助大自然力量自我療癒 / 艾力克.布里斯巴赫(Eric Brisbare)著; 馬向陽譯 | 411.29 8555 | 政大總圖 |

2023圖書館週 指南山下解憂指南【樹洞時光—療癒書籤：書展暨影展】書展清單

| 序號 | 類別 | 書名 / 作者 | 索書號 | 館藏地 |
|----|------|--|--------------------|------|
| 31 | 心靈療癒 | 在黑暗的日子裡, 陪伴是最溫暖的曙光 / 詹姆斯.諾柏瑞(James Norbury)著; 鄭煥昇譯 | 176.5 8345:3 | 政大總圖 |
| 32 | 心靈療癒 | 恰到好處的安慰: 這樣說, 幫助親友面對挫折. 傷痛與低潮 / 凱西.克洛(Kelsey Crowe)著; 艾蜜莉.麥朵威爾(Emily McDowell)繪; 崔宏立譯 | 176.52 855 | 政大總圖 |
| 33 | 心靈療癒 | 一個人的療癒: 真正的放下, 是你不介意再度提起 / 約翰.詹姆斯(John W. James), 羅素.傅里曼(Russell Friedman)著; 林錦慧譯 | 176.52 8655-1 2016 | 政大總圖 |
| 34 | 心靈療癒 | 同理心的力量: 放開自己, 理解他人, 用天生的能力, 撫慰受傷的靈魂 / 亞瑟.喬拉米卡利(Arthur Ciaramicoli), 凱薩琳.柯茜(Katherine Ketcham)著; 王春光譯 | 176.525 8646 2021 | 政大總圖 |
| 35 | 心靈療癒 | 不完美的禮物: 放下"應該"的你, 擁抱真實的自己 / 布芮尼.布朗(Brené Brown)著; 田育慈譯 | 177.2 853:7 | 政大總圖 |
| 36 | 心靈療癒 | 我已經夠好了: 克服自卑! 從"擔心別人怎麼想", 到"勇敢做自己" / 布芮尼.布朗(Brené Brown)著; 洪慧芳譯 | 177.2 853:7-1 | 政大總圖 |
| 37 | 心靈療癒 | 我需要你的愛。這是真的嗎?: 四個問句改變愛的關係 / 拜倫.凱蒂(Byron Katie), 麥可.卡茨(Michael Katz)著; 陳曦譯 | 177.2 858:2-1 | 政大總圖 |
| 38 | 心靈療癒 | 擁抱不完美: 認回自己的故事療癒之旅 = Embracing imperfection, to be yourself / 周志建著 | 178.8 8637:1 | 政大總圖 |
| 39 | 心靈療癒 | 內在獲勝: 別再假裝堅強 讓心理學博士告訴你如何破除恐懼迷思 找回幸福的驅動力 / 皮帕.葛蘭琪(Pippa Grange)作; 郭騰傑譯 | 177.2 8663:4 | 政大總圖 |
| 40 | 心靈療癒 | 心理韌性訓練: 德國心理教練帶你平靜面對每天的挑戰 / 丹尼斯.穆藍納(Denis Murlane)著; 莊仲黎譯 | 177 8855:1 | 政大總圖 |

2023圖書館週 指南山下解憂指南【樹洞時光—療癒書籤：書展暨影展】書展清單

| 序號 | 類別 | 書名 / 作者 | 索書號 | 館藏地 |
|----|------|--|---------------|------|
| 41 | 心靈療癒 | 你,很好：接受過去的你,喜歡現在的自己 / 艾爾文著 | 191.9 8836:1 | 政大總圖 |
| 42 | 心靈療癒 | 向宇宙召喚幸福：靈魂療癒的旅程 / 吳若權著 | 192.1 8854 | 政大總圖 |
| 43 | 心靈療癒 | 你所煩惱的事,有九成都不會發生：不自尋不必要的煩惱,學會減縮、放手、遺忘 / 枳野俊明著；王蘊潔譯 | 226.65 8569 | 政大總圖 |
| 44 | 心靈療癒 | 生活裡的芳療小百科：由內到外,溫柔保養身體與心靈的植物療癒對策 = Aromatherapy / 陳韋瑄 (Sherry)著 | 418.995 8754 | 政大總圖 |
| 45 | 心靈療癒 | 光の療癒：以光改善失眠、壓力、肥胖、憂鬱、健忘、眾多常見生活問題! / 結城未來著；夏淑怡譯 | 448.5 8637 | 政大總圖 |
| 46 | 心靈療癒 | 放鬆之書：找出源頭、調適情緒、釋放壓力的全方位療癒減壓手冊 / 瑪莎.戴維斯(Martha Davis),伊莉莎白.艾許曼(Elizabeth Robbins Eshelman),馬修.麥凱(Matthew McKay)作；林曉芳譯 | 176.54 8575 | 政大總圖 |
| 47 | 心靈療癒 | 蔡康永的情商課：為你自己活一次 / 蔡康永著 | 176.5 8466 | 政大總圖 |
| 48 | 心靈療癒 | 女孩,妳真的夠好了!: 解開[好女孩]枷鎖x擺脫[角色超載],帶著正念和信心探索新機會 / 瑞秋.西蒙 (Rachel Simmons)著；陳玟玟譯 | 528.2 8485 | 政大總圖 |
| 49 | 心靈療癒 | 別什麼都說[好]: 一天只有24小時,把時間和精力留給最重要的人和事 / 麥可.托吉斯(Michael J. Tougas)著；龐元媛譯 | 177.2 8545:17 | 政大總圖 |
| 50 | 心靈療癒 | 我還行,只是偶爾情緒太嘮叨: 如何在情緒越想越不對勁時,讓自己有辦法對應 / 莉茲.佛斯蓮(Liz Fosslien),莫莉.威斯特.杜菲(Mollie West Duffy)作；史碩怡譯 | 176.52 8758:1 | 政大總圖 |

2023圖書館週 指南山下解憂指南【樹洞時光—療癒書籤：書展暨影展】書展清單

| 序號 | 類別 | 書名 / 作者 | 索書號 | 館藏地 |
|----|------|---|----------------|------|
| 51 | 心靈療癒 | 那些傷人的話都不是真的：他們喜歡酸你, 是因為他們有問題! 遠離惱人的負面攻擊, 找回不再被人際關係傷害的自己 / 水島廣子著; 呂丹芸譯 | 541.76 8872 | 政大總圖 |
| 52 | 心靈療癒 | 放鬆、舒壓, 365天的休養書：給身心疲憊的你一劑暖暖療癒術 / 小池弘人監修; 朝野ペコ插畫; 楊鈺儀譯 | 411.77 8443:1 | 政大總圖 |
| 53 | 心靈療癒 | 今天雖然很好, 但不知道明天會怎樣：別怕受傷, 生活就是懂得擁抱傷口再緩慢前行, 這樣就很幸福了 / 羽茜著 | 191.9 845:7 | 政大總圖 |
| 54 | 心靈療癒 | 被討厭的勇氣：自我啟發之父"阿德勒"的教導 / 岸見一郎, 古賀史健著; 葉小燕譯 | 177.3 8662 | 政大總圖 |
| 55 | 心靈療癒 | 和創傷說再見：好好哀悼, 好好悲傷, 佛洛伊德精神分析式的故事療癒 / 姜恩鎬 (강은호)著; 陳品芳譯 | 175.7 8346 | 政大總圖 |
| 56 | 心靈療癒 | 做自己最好的陪伴：找回安全感, 讓你內在小孩不害怕、不寂寞的療癒五堂課 / 吳姵瑩著 | 178.8 8872 | 政大總圖 |
| 57 | 心靈療癒 | 這些事啊 沒什麼 / 枡野俊明著; 莊雅琇譯 | 226.65 8569-4 | 政大總圖 |
| 58 | 心靈療癒 | 別為大事抓狂 / 理察.卡爾森(Richard Carlson)著; 朱衣譯 | 177.2 8437:2-2 | 政大總圖 |
| 59 | 心靈療癒 | 壓力湯：如何紓解壓力 / 卡梅倫.約翰斯頓(Cameron Johnston)著; 何韻, 馮敏譯 | 176.54 8356 | 政大總圖 |
| 60 | 心靈療癒 | 生活比你想得更簡單 / 理察.卡爾森(Richard Carlson)著; 朱衣譯 | 177.2 8437:2-3 | 政大總圖 |