

2021年3月份主題書展【認識情緒及如何調理】

認識情緒及如何調理

序號	登錄號	索書號	圖書名稱
1	BCH041036	152.4/0031	別讓情緒待在憂慮裡：快速擺脫憂慮，重拾好情緒的方法
2	BCH042389	152.4/1077	披著羊皮的狼：識破心理操縱術，不再成為情緒勒索和情緒暴力的受害者
3	BCH032658	152.4/1121-1	正向心理學/張傳琳等著
4	BCH038939	152.4/2261	情緒失控：如何面對感情、工作、生活中的不定時炸彈
5	BCH042397	152.4/2734	闇黑情緒：接納憤怒、憂鬱、焦慮、嫉妒、羞愧、絕望、恐懼，你會更茁壯與強大
6	BCH040294	152.4/2741	情緒成本：財務報表看不見，卻是最昂貴的一種隱藏成本
7	BCH040851	152.4/3028	如何愛你的負面情感
8	BCH041043	152.4/3640	情緒OK繃：日常心理創傷急救方
9	BCH038674	152.4/4021	情緒靈敏力：哈佛心理學家教你4步驟與情緒脫鉤
10	BCH042879	152.4/4412 c.2	情緒四重奏：同行生命中的憂怒哀樂
11	BCH041074	152.4/4424 c.2	減壓，從心開始：紓解压力的15種喜樂途徑
12	BCH038673	152.4/4770	別讓負面情緒綁架你：30個覺察+8項練習，迎向自在人生
13	BCH040173	152.4/5737	情緒界線：孩子人生必備的競爭力
14	BCH040222	152.4/5737-3	守衛你的情緒界線：溝通減壓法十招，讓人際關係不再左右為難，疾病不上身
15	BCH036172	152.4/6022	情緒的祕密：認識自己，不再害怕失控
16	BCH037123	152.4/7549	此人進廠維修中!：為心靈放個小假，安頓複雜的情緒
17	BCH038749	152.4/7718	情緒敲門
18	BCH041079	152.4/7724	療癒，從感受情緒開始：傷痛沒有特效藥，勇於面對情緒浪潮，就是最好的處方箋
19	BCH041038	152.4/7774	情緒暴力
20	BCH042716	152.4/8805	好好鬧情緒：把「好煩人」的情緒化為「好能量」的日常修練
21	BCH037682	158/3844	親愛的，你今天快樂嗎?
	BCH032429	158.1/4037-1	不完美的禮物：放下「應該」的你，擁抱真實的自己
	BCH041146	158.1/4314	與焦慮和解：克服過度完美主義、拖延症、害怕批評，從自我檢測中找回生活平衡的實用指南
	BCH042330	158.1/4425	找回愛與尊重的自尊課：擁有安穩的自尊，安心成為自己，在關係裡自由自在
	BCH042054	158.1/7124-5	你一定要知道的人性
	BCH042019	158.128/0811	走出傷痛 破繭重生
	BCH034094	615.852/0421	深層情緒醫治
	BCH039726	615.852/7260	為情緒找個新門號：改變帶來醫治40天導讀
	BCH039741	616.8914/1144	情緒開心果
22	BCH034972	616.8914/4030-9	情緒有益
23	BCH032785	616.8914/5551	當下，與情緒相遇：諮商心理師的情緒理解與自我生命歷程
	CR002560	CR 152.4/4023	情緒
	CR002467	CR 152.4/4050	心情很差的巨人
	CR003240	CR 152.4/4127	氣飽飽
	CR003247	CR 152.4/6023	生氣了，怎麼辦?：情緒管理手冊
24	CR002470	CR 152.4/6244	家有生氣小恐龍
25	CR003022	CR 155.4/2750	我不想說對不起
26	BEN021640	261.515/C15t	Those ugly emotions :how to manage your emotions
27	BEN022892	248.4/H91h	How to handle your emotions :anger, depression, fear, grief, rejection, self-worth
28	BEN028224	233.5/M58t	Teach us to want :longing, ambition & the life of faith
29	BEN032070	158.2/G58s	Social intelligence :the new science of human relationships
30	BEN030165	248.86/B17s	Spiritual wisdom for a happier life :how your 8 key emotions can work for you
31	BEN027662	248.86/Ev1w	When life hurts :finding hope and healing from the pain you carry
32	BEN021613	248.86/Se1h	Healing for damaged emotions
33	BEN030412	253.019/M29d	Developing emotionally mature leaders :how emotional intelligence can help transform your ministry
34	BEN021611	248.4/M57m	Managing your emotions :instead of your emotions managing you
35	BEN030300	248.86/St2f	Finding peace :God's promise of a life free from regret, anxiety, and fear

展覽期間：2021/03/31起至2021/04/14止，展覽期間未開放借閱。

~~圖書館謝謝您的關注，祝福您有美好的學習~~