

一、圖書

序號	書名	作者	出版社	索書號
1	把快樂分享給傷心的你	捲捲	平裝本	863.55/5959
2	擁抱黑狗：如何照顧憂鬱症患者，同時不忘呵護自己	Matthew Johnstone 等	橡樹林	415.985/2455
3	改變你的心智：用啟靈藥物新科學探索意識運作、治療上癮及憂鬱、面對死亡與看見超脫	Michael Pollan	大家出版	418.21/3428
4	憂鬱症自救手冊：如何治療？怎樣照顧？你和家人的自助指引	Lee H. Coleman	日出出版	415.985/2416
5	我的憂鬱症	Elizabeth swados	東美出版	785.28/4424
6	親愛的我 Oh! Dear Me：250 天憂鬱症紀實	蔡嘉佳	時報出版	415.985/4442
7	我的悲傷不是病	艾倫·霍維茲, 傑洛米·維菲德	左岸文化	415.985/1024
8	請別叫我加油，好嗎？	張閔筑	三采	415.985/1178
9	照亮憂鬱黑洞的一束光	約翰·海利	天下生活	415.985/3822
10	人際過敏症	岡田尊司	時報出版	415.994/7681
11	我們與瘋狂的距離	安東尼·大衛	商周出版	415.95/4021
12	在懸崖邊緣，接住你	大衛·戈德布魯、畢爾·布萊登	木馬文化	415.95/5242
13	憂鬱，為何不就醫？	韓德彥	時報出版	415.95/4420
14	憂鬱症小百科	凱西·葛林格	康達	415.998/5712
15	發掘人性的憂點	劉津	讀品文化	415.998/7235
16	戰勝憂鬱-窗外依舊有藍天	普利斯頓	台灣實業	415.998/8245
17	找回內心的寧靜：憂鬱症的正念認知療法（第二版）	辛德·西格爾，馬克·威廉斯，約翰·蒂斯岱	心靈工坊	無館藏，由輔導室提供
18	象山的孩子	陳柏亨	張老師文化	415.95/7540

19	改變 2 萬人的腦部減壓操	美野田啓二	采實文化	415.985/8631
20	珍愛生命，希望無限	廖士程	心靈工訪	415.985/0042
21	放輕鬆，不焦慮	林奕廷	心靈工訪	415.992/4401
22	我把壞心情趕走了	默德·侯架	大穎文化	無館藏，由輔導室提供
23	是情緒糟，不是你很糟：穿透憂鬱的內觀力量	馬克·威廉斯	心靈工坊	415.985/5304
24	向自殺 Say No!	蘇珊·羅絲·菩勞諾	張老師文化	無館藏，由輔導室提供
25	當所愛的人有憂鬱症：照顧他，也照顧好自己	蘿拉·艾普斯坦·羅森 哈維亞·法蘭西斯可·阿瑪多	張老師文化	無館藏
26	割腕的誘惑：停止自我傷害	史蒂芬·雷文克隆	心靈工坊	415.999/1047
27	小鬱亂入，抱緊處理	林妤恒 白琳	圓神	無館藏，由輔導室提供
28	他是憂鬱，不是失智了：老年憂鬱症，難以察覺的心病	和田秀樹	仲間出版	無館藏，由輔導室提供
29	一分鐘心理醫生	亞諾德·拉薩魯斯 克利夫德·拉薩魯斯	張老師文化	無館藏，由輔導室提供
30	遠離憂鬱：利用微認知療法來進行「恢復自信大作戰」	陳國華	書泉	415/7564
31	我們為什麼要活著？尋找生命意義的 11 堂哲學必修課	朱立安·巴吉尼	麥田	無館藏，由輔導室提供
32	我的孩子得了憂鬱症：給父母、師長的實用指南	法藍西斯·孟迪爾	心靈工坊	無館藏，由輔導室提供
33	是你決定了憂鬱	威廉·葛拉賽	高寶	無館藏，由輔導室提供
34	年不憂鬱-----新新人的成長之路	李翠琴	張老師文化	無館藏，由輔導室提供
35	你是盡責憂慮者嗎？：別再杞人憂天，找回平靜人生	伊利特·科恩		無館藏，由輔導室提供
36	生命這堂課：心理學家臥底醫療現場的 25 個思索	陳永儀	三采	197.1/7532
37	一日浮生	歐文·亞隆	心靈工坊	無館藏，由輔導室提供

38	好心情手冊Ⅲ-情緒治療師：你應該知道的精神藥物指南	大衛·伯恩斯	張老師文化	無館藏，由輔導室提供
----	---------------------------	--------	-------	------------

二、期刊 人本

三、影音資料

- 1.《紀錄》(輔導室提供)
- 2.《說來有點可笑》(輔導室提供)