

# 圖書館資源選介

Library Resources List



## 培養青年的抗逆力

## Cultivating Youth Resilience

九龍公共圖書館 • 教育資源中心

Kowloon Public Library • Education Resource Centre

二零二四年十月

October 2024

# 中文書籍 Chinese Books

作者、書名、出版資料

## **Author, Title, Publishing Information**

---

內爾森 (Nelsen, Jane.)。《跟阿德勒學正向教養：從 49 個練習開始,用鼓勵提升孩子的歸屬感與自我價值》。

台北市：日月文化出版股份有限公司·2017。

索書號：528.2 8479

《生命教育手冊》。香港：明報教育出版有限公司·2019。

索書號：191.03 2840

呂麗紅。《我心匪石：五個小孩的「神奇呂俠」》。香港：萬里機構出版有限公司·2019。

索書號：520.7 6012

《迎接未來的四大能力：家長與孩子一起踏上成功之路》。香港：中華書局(香港)有限公司·2019。

索書號：528.2 3554

徐瑜亭。《從心學教養：兒童發展專家教你這樣做!啟發 0-10 歲孩子成長 x 學習 x 正向情緒指南》。台北市：

日月文化出版股份有限公司·2019。

索書號：528.2 2810

童雪婷。《挫折教育：挫折孕育著成長的智慧與經驗》。新北市：大智文化有限公司·2018。

索書號：528.2 8064

寧若曦。《逆轉亦樂：香港青年協會黃寬洋青少年進修獎勵計劃》。香港：香港青年協會·2016。

索書號：544.6709391 3046

蔡舒琪。《正向教育：家長及教師手冊》。香港：小麥文化·2018。

索書號：523.2026 4481

## 英文書籍 English Books

作者、書名、出版資料

### Author, Title, Publishing Information

---

Hass, Michael R. *Supporting Student Mental Health: Essentials for Teachers*. New York: Routledge, 2022.

Call number: 371.713 HAS

*Individualized Supports for Students with Problem Behaviors: Designing Positive Behavior Plans*. New York:

The Guilford Press, 2021.

Call number: 371.94 IND

Joslyn, Erica. *Resilience in Childhood: Perspectives, Promise & Practice*. London: Palgrave Macmillan, 2016.

Call number: 155.24 JOS

Langworthy, Sara. *Bridging the Relationship Gap: Connecting with Children Facing Adversity*. St. Paul, MN:

Redleaf Press, 2015

Call number: 155.4192 LAN

Poliner, Rachel A. *Teaching the Whole Teen: Everyday Practices That Promote Success and Resilience in School and Life*. Thousand Oaks, CA: Corwin, 2017.

Call number: 373.18 POL

Tunkey, Jeff. *Educating for Balance and Resilience: Developmental Movement, Drawing, and Painting in Waldorf Education*. Hudson, New York: Bell Pond Books, 2020.

Call number: 371.391 TUN

Viana, Susana Goncalves. *99 Activities to Nurture Successful and Resilient Children: A Comprehensive Programme to Develop Fundamental Life Skills*. Abingdon, Oxon: Routledge, 2018.

Call number: 371.337 VIA

Viana, Susana Goncalves. *Developing Children's Resilience and Mental Health: Real Skills for All Aged 4-8*. Abingdon, Oxon: Routledge, 2019.

Call number: 371.713 VIA

## 期刊文章 Journal Articles\*

〈小心我們的下一代寧可逃避挑戰也不願意輸〉，《親子天下》，2020年11月號，頁64-65。

〈加強家人連結守住青少年輕生防線〉，《親子天下》，2021年5月號，頁22-24。

〈如何避免孩子產生自殺意念?〉，《親子天下》，2020年11月號，頁46-47。

〈別人惡意的批評不必往心裡去〉，《親子天下》，2020年11月號，頁122-123。

〈孩子怎會想尋短?大人可以怎麼幫?〉，《親子天下》，2023年9月號，頁48-50。

〈做一名可以和青少年聊流行的陪伴者〉，《親子天下》，2020年11月號，頁96-97。

〈推動社區心理衛生中心成為早期解憂站〉，《親子天下》，2021年5月號，頁76。

〈解碼兒少情緒風暴〉，《親子天下》，2021年5月號，頁68-74。

〈關注青少年精神健康〉，《學前&親子》，2023年3月號，頁118。

Kenwright, Debbie. "Teachers' Perspectives about Mindfulness Programmes in Primary Schools to Support Wellbeing and Positive Behaviour." *International Journal of Inclusive Education* 27, no. 6 (2023): 739-754。

Chernicoff, Leandro, and Daniela Labra. "The Educators We Can Be: Supporting Social-Emotional Competence in Mexican Preschools." *Childhood Education* 100, no.1 (2024): 28-36。

\*註：以上中、英文期刊可於教育資源中心索閱。

\*Remarks: The above Chinese and English journals can be requested at the Education Resource Centre.

## I. 電子書 E-books

王新紅。《生命長寬高——班主任生命教育工作手冊》。北京：中國人民大學出版社，2018。  
方正中文電子書 (成人館藏)

胡潔瑩、陳潔冰、沈孝欣。《哪個孩子無壓力——兒童減壓手冊》。香港：明窗出版社，2015。  
「金閣閣」電子書

楊劍雲、吳日嵐。《兒童及青少年精神健康：輔導工作和社區服務》。香港：商務印書館(香港)有限公司，2022。  
SUEP 電子書

蕭一龍。《做個好爸媽》。香港：紅出版 (青森文化)，2021。  
「金閣閣」電子書

Baldwin, Amy, Bryce D. Bunting, Doug Daugherty, Latoya Lewis, and Tim Steenbergh. *Promoting Belonging, Growth Mindset, and Resilience to Foster Student Success*. Columbia, SC: National Resource Center for The First-Year Experience and Students in Transition, 2020.  
ProQuest Ebook Central

Baruch-Feldman, Caren. and Rebecca Comizio. *The Resilience Workbook for Kids: Fun CBT Activities to Help You Bounce back from Stress and Grow from Challenges*. Oakland, CA: Instant Help, 2022  
eBooks on EBSCOhost

Bocci, Goali Saedi, and Ryan M. Niemiec. *The Positivity Workbook for Teens: Skills to Help You Increase Optimism, Resilience, and a Growth Mindset*. Oakland: New Harbinger Publications, 2021.  
OverDrive eBooks

Harlacher, Jason E., and Sara Whitcomb. *Bolstering Student Resilience: Creating a Classroom with Consistency, Connection, and Compassion*. Bloomington, Indiana: Marzano Resources, 2022.  
OverDrive eBooks

## II. 電子資料庫 e-databases

曲盼。〈高職院校大學生心理抗逆力提升路徑探究〉。《開封文化藝術職業學院學報》· 2024 年 01 期 · 94-95。中國期刊全文數據庫。

李雄鷹、拜爾娜·阿里甫、檀晨晞。〈學校一體化心理健康教育體系建設〉。《中國學校衛生》· 2024 年 05 期 · 615-619。中國期刊全文數據庫。

孫哲。〈淺析小學班主任實施心理健康教育的策略〉。《學習方法報·教學研究》· 2023 年 08 期 · B5。龍源期刊網。

徐倩。〈高職院校學生就業壓力分析與紓解對策〉。《中國就業》· 2024 年 06 期 · 74-75。中國期刊全文數據庫。

檀傳寶。〈「仁者無憂」：心理健康建設應當從精神強健做起〉。《江蘇教育·班主任》· 2023 年 09 期 · 1。龍源期刊網。

Christmas, Candice. "Concepts of Normativity Shape Youth Identity and Impact Resilience: A Critical Analysis." *International Journal of Mental Health & Addiction* 19, no. 1 (Feb2021): 119-133. OmniFile Full Text Mega.

Hall, Elizabeth Dorrance, Kristina M. Scharp, Matthew Sanders, and Loretta Beaty. "Family Communication Patterns and the Mediating Effects of Support and Resilience on Students' Concerns about College." *Family Relations* 69, no.2 (Apr 2020): 276-291. ProQuest eLibrary.

Oehme, Karen, Ann Perko, Michelle Altemus, Elizabeth C. Ray, Laura Arpan, and James Clark. "Lessons from a Student Resilience Project." *Journal of College Student Development* 61, no.3 (May-Jun 2020): 396-399. ProQuest eLibrary.

Sedillo-Hamann, Dayna. "Building Adolescent Self-efficacy and Resilience through Social Action." *Child & Adolescent Social Work Journal* 40, no. 3 (Jun2023): 409-417. OmniFile Full Text Mega.

White, Lauren K., Ran Barzilay, Tyler M. Moore, Monica E. Calkins, Jason D. Jones, Megan M. Himes, Jami F. Young, Ruben C. Gur, and Raquel E. Gur, "Risk and Resilience Measures Related to Psychopathology in Youth." *Child Psychiatry & Human Development* 54, no. 4 (Aug2023): 961-972. OmniFile Full Text Mega.

## 網上資源 Web Resources

培養子女抗逆力 (衛生署學生健康服務)

[https://www.studenthealth.gov.hk/tc\\_chi/hps/hps\\_parents/resilience.html](https://www.studenthealth.gov.hk/tc_chi/hps/hps_parents/resilience.html)

當發現子女情緒不穩，家長可如何支援子女並提升青少年抗「逆」力？(家福會)

<https://www.hkfw.org.hk/our-advice/youth/mental-health/how-can-we-help-them-build-resilience>

認識抗逆力 (協康會)

<https://www.heephong.org/services-and-programmes/school-aged-children/sensor-project/about-resilience>

賽馬會抗逆有「家」計劃 (東華三院 心瑜軒)

<https://icapt.tungwahcsd.org/articles/fr>

Psychosocial Health (Department of Health - Student Health Service)

[https://www.studenthealth.gov.hk/english/health/health\\_ph/health\\_ph\\_young.html](https://www.studenthealth.gov.hk/english/health/health_ph/health_ph_young.html)


The Youth Resilience Programme: Psychosocial support in and out of school (Save the Children - Child Rights Resource Centre)

<https://resourcecentre.savethechildren.net/document/youth-resilience-programme-psychosocial-support-and-out-school/>

**教育資源中心 • Education Resource Centre**

九龍培正道五號  
九龍公共圖書館九樓  
9/F, Kowloon Public Library  
5 Pui Ching Road, Kowloon

查詢電話 • Enquiry

 2926 4062