




適性幸福學-十大閱讀職人特派X十大生涯選書 推薦書單

1	<p>【療癒系作詞人的心靈處方箋】 《終於願意善待自己的人》 作者:城旭遠 出版社:幸福文化 出版日期:2024/05/15</p> <p>新生代作詞人城旭遠化身暖心樹洞哥哥，以超過10萬讚數的金句魅力，收錄45則扣人心弦的人生故事。從感情、婚姻到自我認同，他就像心靈諮商師，用溫暖文字陪伴你走過生命幽谷，找回完整的自己。</p>	
2	<p>【建築系型男的鐵道浪漫】 《青春不只18／大人的鐵道旅行》 作者:李清志 出版社:大塊文化 出版日期:2024/11/26</p> <p>「資深鐵男」李清志教授以建築美學為基底，帶你登上日本最優雅的移動建築。從九州到北海道，穿越文豪山本周五郎、川端康成的文學場景，體驗充滿知性品味的大人系旅行。</p>	
3	<p>【文壇清流的環球視野】 《天涯太遠，先到海角》 作者:范俊奇 出版社:有鹿文化 出版日期:2024/09/09</p> <p>馬華文學家范俊奇帶你走訪世界名城，從香港的市井風情到巴黎的藝術氣息，以細膩筆觸描繪各地風光。在他的文字導覽中，不只看見世界，更能探索內心深處的自己。</p>	
4	<p>【型男主廚的東台灣味覺探險】 《主廚帶路：風味絕佳的東臺灣食材之旅》 作者:楊柏偉 出版社:時報文化 出版日期:2024/11/19</p> <p>米其林等級主廚楊柏偉帶你深入東台灣18個在地小農、漁民的動人故事，透過16道結合法式工藝的創意料理，品味台灣土地最真實的美味。</p>	
5	<p>【國寶藝術家的舞台人生】 《孫翠鳳和她的男人們》 作者:孫翠鳳 出版社:平安文化 出版日期:2024/11/26</p> <p>台灣歌仔戲國寶孫翠鳳以10萬字真情告白，分享她從演員到藝術家的蛻變歷程。從無敵小生到無敵女人，她的故事將啟發你勇敢追夢、活出精彩人生。</p>	
6	<p>【芳香療癒師的香氣之旅】 《帶著愛與療癒的香氣行者》 作者:吳宙姘 出版社:遠流 出版日期:2023/01/17</p> <p>資深芳療師吳宙姘以35年經驗，透過14個動人的真實故事與20種充滿生命力的香草植物，教你如何運用天然香氣，撫慰身心、療癒心靈。</p>	

適性幸福學-十大閱讀職人特派X十大生涯選書 推薦書單

7	<p>【熱血業務男神的成功講堂】 《生活是一場熱情的遊戲》 作者:吳家德 出版社:有鹿文化 出版日期:2023/06/09</p> <p>從內向青年到「全台灣最熱情的男人」，NU PASTA總經理吳家德用親身經歷證明：熱情是最強大的職場動力。他教你如何用熱情驅動人生，在職場闖出一片天。</p>	
8	<p>【暖心教育家的溝通密碼】 《善意溝通》 作者:宋怡慧 出版社:平安文化 出版日期:2024/12/02</p> <p>深受師生喜愛的宋怡慧老師，以十年教育現場經驗，分享獨特的善意溝通心法。她教你如何用溫暖的語言打開彼此心門，建立美好善意的人際關係。</p>	
9	<p>【敘事魔法師的故事課】 《精準敘事》 作者:洪震宇 出版社:漫遊者文化 出版日期:2023/05/17</p> <p>溝通專家洪震宇設計12堂實用課程，教你如何將平凡經歷轉化為動人故事。掌握「說故事」的關鍵技巧，讓你在職場脫穎而出，成為溝通高手。</p>	
10	<p>【能量教練的逆轉勝指南】 《你不是懶，而是能量低》 作者:林揚程 出版社:時報出版 出版日期:2024/10/22</p> <p>企業培訓專家林揚程從心血管老化逆轉重生，不只完成戈壁沙漠馬拉松，更創立台灣最大讀書會社群。他分享獨創的四大維度精力管理術，教你擺脫低潮、重拾活力。</p>	