

## 【SEL情緒素養主題書單】主打書



### 《賴馬情緒四部曲套書：不哭、不氣、勇敢、不放棄》

**賴馬跨世代經典繪本，給孩子的第一份情緒成長禮物！**

繪本大師賴馬創作30週年經典重製，全系列熱銷超過50萬冊！  
用好玩的魔法咒語，溫柔接住孩子的暴走情緒。跟著愛哭公主、生氣王子、小火車卡爾和長頸鹿朱瑞福，學習化解各種負向情緒與生活難題！  
隨書附贈情緒四部曲中英文動態繪本。

適讀年齡：0-6歲



### 《養心1-3套書》

**暢銷作家陳郁如奇幻大系《養心》最新續作！**

上萬讀者口碑好評，年度暢銷奇幻女王陳郁如，繼【修煉】【仙靈傳奇】後傾力打造《養心》最新續作！跨越生死的世界觀，在極具想像力的奇幻世界中，開啟諸多人生議題的深刻叩問，開啟一段療心及覺察自我的奇幻冒險之旅！

適讀年齡：10歲以上



### 《妖怪安親班1：史前靈貓的焚風挑戰》

**暢銷作者鄭宗弦最新力作，放學後最不可思議的冒險！**

以臺灣不同時代的歷史傳說為背景，結合孩子熟悉的安親班文化與妖怪世界，讓讀者在校園生活場景裡，體驗充滿驚奇的奇幻冒險。透過主角們面對危機、做出選擇的過程，呈現勇氣、友情與自我成長，讓奇幻故事同時具有情感深度與共鳴。

適讀年齡：8~12歲



### 《校園生存挑戰1：尷尬的開學日》

**陪孩子擁抱成長過程中的不完美，內向I人的校園生存必備守則！**

榮獲《學校圖書館學報》年度十大圖像小說、亞馬遜書店超過8000則五星好評！獻給每一個還在摸索校園生存法則的孩子，用圖像擺脫人際焦慮，找到突破自我的勇氣！從尷尬初登場到鼓起勇氣做自己的成長祕笈，那些說不出口的情緒，就讓故事來陪伴吧！

適讀年齡：10歲以上



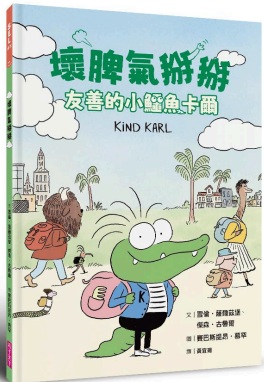
### 《哎呀，塞住了》(2026.6月新書)

微小卻壓力山大的奇妙之旅——看見情緒後，陪伴與接納。

《阿公的跟屁蟲》作者 奧黛莉圓 2026最新力作！

將「鼻塞」與內心鬱悶的感受相連結，轉化為「闖關打怪」的奇幻之旅。透過遊戲似的情節，一一化解生活中的各種壓力，呈現出一種不需要「打敗心魔」也能與情緒共處的療癒觀點。

適讀年齡：4-12歲



### 《小鱷魚卡爾》(2026.6月新書)

SEL教育首選！跟著卡爾學會與內心的「情緒小怪獸」和平共處

兒童版正念冥想入門書。真實呈現孩童遇到強烈情緒時的掙扎與矛盾，以生動圖像，實際引領小孩運用簡單的句子、想像，進行冥想，調適心理；讓爸媽與孩子一同將正念落實到日常。

適讀年齡：3-6歲

## 【SEL情緒素養】主題書單

書名	出版日期	定價	備註
<a href="#">賴馬情緒四部曲套書:不哭、不氣、勇敢、不放棄(共四冊, 賴馬創作30週年紀念版)</a>	2026/05/05	1680	有單書可以挑選
<a href="#">狐狸一族心探險1-3套組:孩子的第一套薩提爾讀本</a>	2025/02/27	920	有單書可以挑選
<a href="#">大毛熊人際溝通SEL繪本1-2(《我是大毛熊》+《大毛熊不對啦!》)</a>	2025/06/03	760	有單書可以挑選
<a href="#">逃離吧! 腳就是用來跑的</a>	2022/05/31	340	
<a href="#">壞月亮</a>	2025/08/28	500	
<a href="#">SEL情緒素養繪本套組1(自我覺察3書+「我的情緒小日記」活動手冊)</a>	2024/03/05	1080	
<a href="#">大吼大叫的企鵝媽媽(10萬冊暢銷紀念版)</a>	2023/01/17	320	
<a href="#">雲上的阿里(暢銷紀念版)</a>	2023/08/31	360	
<a href="#">真的有超人1:貼紙超人</a>	2025/07/03	420	
<a href="#">真的有超人2:夢遊超人</a>	2025/07/03	420	
<a href="#">山雨小學1:愛哭公主上學去!</a>	2023/07/27	350	

書名	出版日期	定價	備註
<a href="#">山雨小學2:生氣王子的瘋狂校外教學</a>	2024/04/30	380	
<a href="#">山雨小學3:慌張先生的驚奇劇場--加勒比海盜與醜小蛙</a>	2024/08/07	380	
<a href="#">山雨小學4:古古怪怪期中考</a>	2025/04/25	400	
<a href="#">山雨小學5:拯救鱷魚島</a>	2025/10/30	400	
<a href="#">胖先生和高大個(賴馬創作30週年紀念版)</a>	2026/01/29	420	
<a href="#">(30週年紀念版)君偉上小學套書(共6冊一般版)</a>	2023/03/06	2160	有單書可以挑選
<a href="#">甘丹小學新生任務1-4套組(贈入學平安任務卡)</a>	2025/07/31	1320	有單書可以挑選
<a href="#">小火龍氣象預報</a>	2025/08/28	350	
<a href="#">爆笑小火龍生活成長故事套組(7冊)</a>	2020/06/01	1840	有單書可以挑選
<a href="#">小兔子大作戰:我愛奇怪阿嬤+奇怪阿公(2書一套)</a>	2024/12/03	760	有單書可以挑選
哎呀,塞住了	2026/05/28	380	(6月新書)
小鱷魚卡爾	2026/05/28	380	(6月新書)
<a href="#">1天5分鐘!小學生生活習慣診斷所1:收納整理不失敗</a>	2026/03/05	380	

書名	出版日期	定價	備註
<a href="#">1天5分鐘！生活習慣診斷所2:時間管理高效率</a>	2026/03/5	380	
<a href="#">這個時候你該怎麼辦系列套書:從超有趣的虛擬情境體驗真實世界的生存挑戰(共三冊,加贈三款生存挑戰完勝掛牌)</a>	2024/05/30	1080	有單書可以挑選
<a href="#">不愛祕密的國王</a>	2024/03/05	400	
<a href="#">你要說什麼?——從表達到對話、從傾聽到理解,獻給網路世代的好好溝通寶典</a>	2024/02/27	450	
<a href="#">與成功有約的7個好習慣(兒童領導力養成篇)</a>	2024/01/31	480	
<a href="#">幸福孩子的7個好習慣套書(共七冊)</a>	2023/03/30	1960	
<a href="#">養心1-3套書</a>	2026/03/31	1220	有單書可以挑選
<a href="#">校園生存挑戰1:尷尬的開學日</a>	2026/02/26	420	
<a href="#">妖怪安親班1:史前靈貓的焚風挑戰</a>	2026/04/30	350	
<a href="#">前進吧！游泳隊</a>	2024/06/27	420	
<a href="#">超能少年1:超能研究社</a>	2021/09/30	300	
<a href="#">怪奇校園事件簿套書(共三冊)</a>	2026/01/29	1050	有單書可以挑選

書名	出版日期	定價	備註
<a href="#">老艾爺爺與機器人:人生冬夜裡的8個故事</a>	2025/07/31	380	
<a href="#">君偉的機智生活</a>	2023/03/06	360	
<a href="#">黑貓魯道夫1-5套書:首刷加贈限量姓名貼紙(共5冊)</a>	2023/07/27	1750	有單書可以挑選
<a href="#">怪奇漢方桃印1~4套書(共4冊)</a>	2023/04/27	1280	有單書可以挑選
<a href="#">(新版)小頭目優瑪1:迷霧幻想湖</a>	2015/06/04	300	
<a href="#">(新版)小頭目優瑪2:小女巫鬧翻天</a>	2015/06/04	280	
<a href="#">(新版)小頭目優瑪3:那是誰的尾巴?</a>	2015/06/04	280	
<a href="#">(新版)小頭目優瑪4:失蹤的檜木精靈</a>	2015/06/04	280	
<a href="#">(新版)小頭目優瑪5:野人傳奇</a>	2015/06/04	280	
<a href="#">晴空小侍郎(十週年書衣紀念版)</a>	2015/07/02	320	
<a href="#">晨讀10分鐘:酷少年故事集</a>	2021/02/25	350	