

兩性關係

書名：重返單身

重返單身，如此艱困，也如此神聖。
離婚或分手未必就能恢復單身，讓許常德教你，重返單身。

門當戶對，重視的是條件；天長地久，渴望的是不變；愛你入骨，執著的是當下。這些都不是愛。不要害怕回歸本能，不要害怕你的想像超越你的經驗，也不要擔心離你熟悉的傳統太遠。如果愛得爛爛，一夜就是永恆；如果恨之入骨，片刻形同隔世。

心之所以會空洞，不是因為失去一個人，而是在你愛上他時，就為了想裝進全部的他而將自己掏空，所以才會在他離開後，顯得荒蕪。你一開始就沒打算保有自己，現在也就毋須害怕放手。不要怕選擇，因為痛的停留就如同愛的停留，都不會是永遠。重返單身，重返那個遼闊的世界。在那裡，原本有一個什麼都不設限的自己。重返是條不容易的路，也是充滿希望之路。迎接全新的世界，創造你的第二人生。

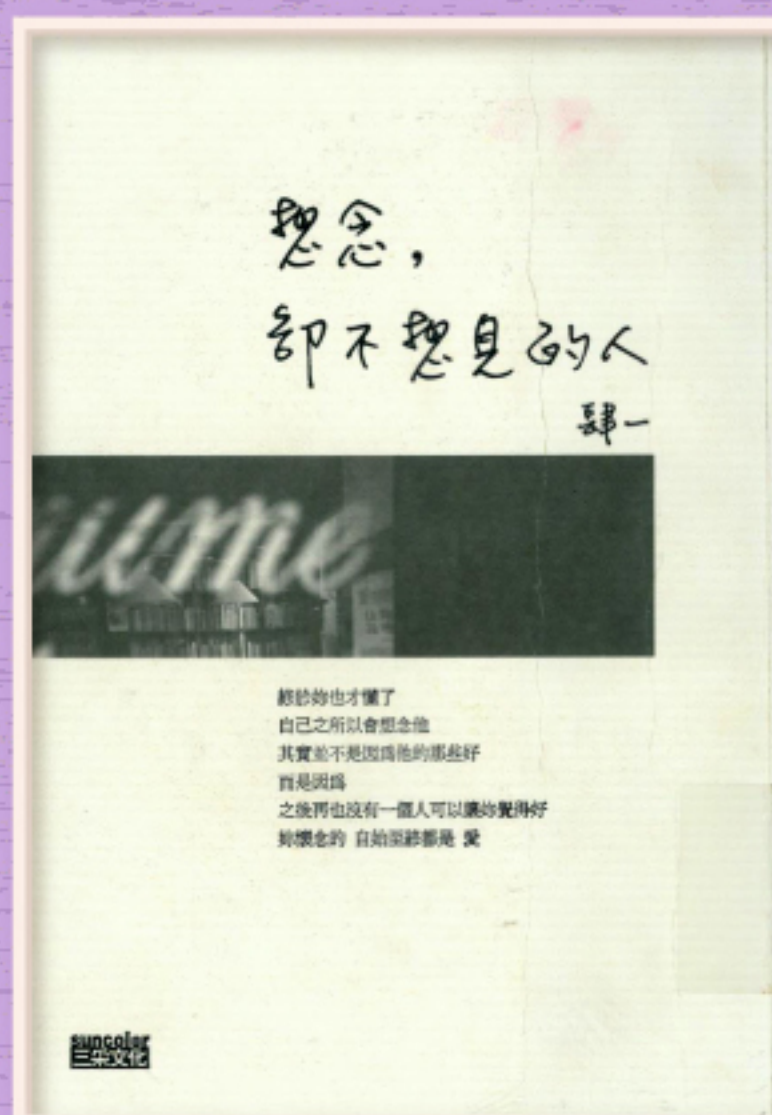
作者：許常德
出版社：時報出版
索書號：544.37 8465
典藏地點：中文書櫃



書名：直說無妨：非常關係2
索書號：544.37 8536
典藏地點：中文書櫃

如果愛情是標點符號，熱戀的天空一定佈滿了愉悅的「驚嘆號」！可惜當現實中產生種種磨合時，卻忽然發現「問號」怎麼應接不暇？或許這根本就是一場錯誤，偏偏甩不開想不通，就像「刪節號」那樣沒完沒了……

愛就是這般糾結難解，兩性關係也因此錯綜複雜，看著身陷其間的男女女，鄧惠文忍不住想問：「我可以直說嗎？」經由她的專業剖析與案例分享，我們才終於看清感情最真實的樣貌，並學習到：愛，本來就該直說無妨！



書名：想念，卻不想見的人
索書號：855 852
典藏地點：中文書櫃

愛情的世界只有幸福和不幸福，愛與不被愛，這是一段直白赤裸的愛情宣言。

肆一透過男人對失戀最誠實的告白，點出女人對愛情的盲點，讓人不禁體悟到愛情的殘酷和現實，但是透過肆一溫暖、細膩的筆觸和充滿正面力量的文詞，我們還是能感受到愛情的美好，並且勇敢地追尋愛情。



書名：愛情的簡單道理
索書號：544.37 8866
典藏地點：中文書櫃

女人要在愛中幸福，真的一點都不難，看重自己、溫柔說話、清楚理財、遺忘舊傷，好好過日子，就會有好好情人出現。而那些失敗的感情，背後都隱藏著一份禮物，是上天給你一個機會，讓你看見自己的弱點。如果，你能記得這些前車之鑑，終會明白，那些讓愛越走越近的道理。

別人用生命訴說的故事，是自己人生最好的軍師；過往點點滴滴的嘗試錯誤，是一步一步走向幸福最好的指引——只要你懂得正確理解這些前車之鑑。



書名：在怦然之後：關於愛情的16堂課
索書號：544.37 8636
典藏地點：中文書櫃

許多故事都寫到王子公主相戀或結婚了，關於那之後的故事，很少人鼓起勇氣認真研究，《在怦然之後—關於愛情的16堂課》，由「緣起愛」談到「我們的愛」，以「關係的結束將是另一場曼妙的開始」結尾。

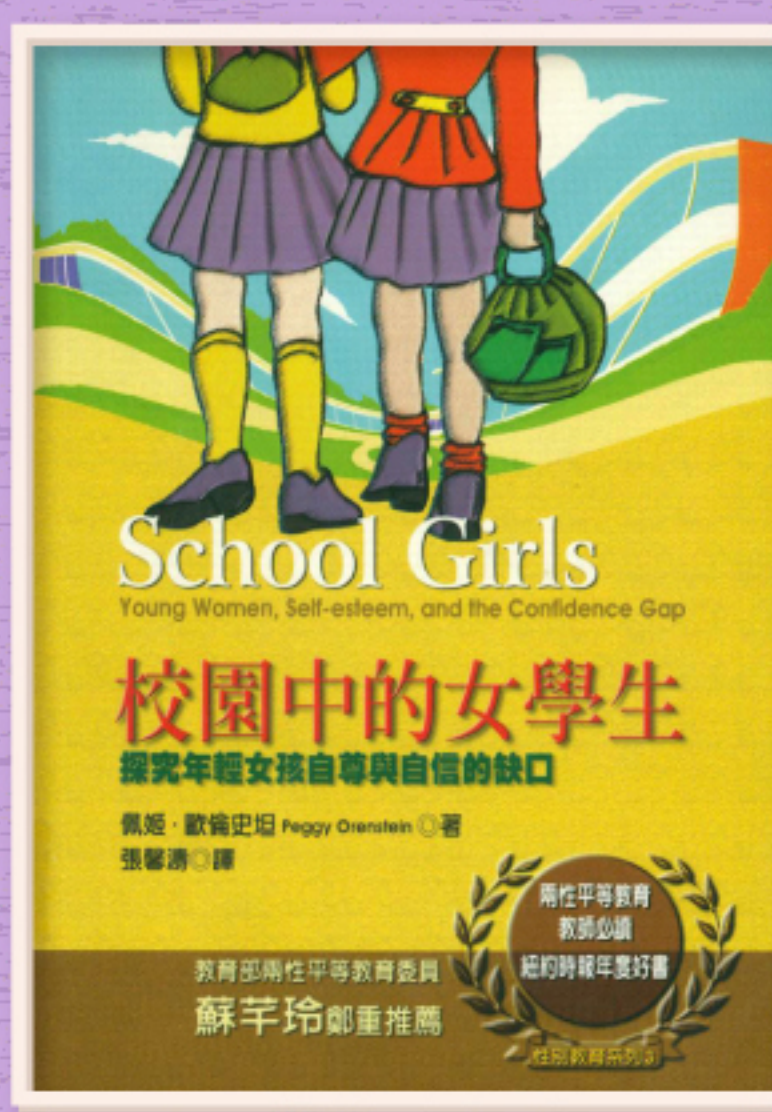
在愛情的過程中，重要的不是你付出了多少，而是對方看見了多少，還有他的回應是什麼？如果你給的愛不符合他的需求，再多的付出也只是一廂情願的等候；如果他只是一再被動地接收你的好，有一天你終究會受不了而走掉。



書名：開始約會吧？！
索書號：194 8544
典藏地點：中文書櫃

以前大人說：大學之前不要談戀愛。戀愛要以婚姻為目標。現在盧先生跟你們說一堆約會的事！跟某人約會並不表示你會跟他結婚。

盧先生有一個前提：「不管你們的關係進展到什麼地步，你們的感情哪，是不會有結果的！就這樣。保證會分手。」所以他說「開始約會吧！」其實是教你開始累積自己約會的本錢；並且開始學習正確地翻譯男生女生對同一句話、同一個舉動，截然不同的含意。



書名：校園中的女學生
索書號：173.4 8778
典藏地點：中文書櫃

根據「美國大學女性協會」的調查顯示，女孩在青春期的信心有直線滑落的趨勢。為了探究其背後原因，本書作者佩姬·歐倫史坦深入兩所中學的學生生活，並且和學生家長及老師訪談，發現雖然男、女孩在小學時候的能力與活力相當，但到了中學，許多女孩的自信心降低，與男孩無論在課業上或人生期待上，都出現了明顯差距。歐倫史坦以資深記者的細膩觀察和文采，呈現美國校園中兩性平等教育的實況，告訴我們媒體和教育體制是如何虧待了女孩，而男、女孩又是受到如何不同的對待，以至於他們的自我認知出現差異。



防身術

實用防身術全民輕鬆學

-- 無論是誰均可簡單學會 --

- ★ 女性擊退暴徒的方法
- ★ 使用物品退敵法
- ★ 如何使自己不受凶器傷害

有鑑於現代社會風氣敗壞、犯罪案件日趨增多，為了保護人身安全，本書由最基本的防身術開始介紹，簡單易學，無須花費太多時間，即可幫助您輕鬆學會，而達到防身並保護自己免受傷害。

千萬別輕忽您週遭隨時可能發生的危險，善用本書，對您將有莫大的助益。

作者：柴田晃一
出版社：漢湘文化
索書號：411.96 8856
典藏地點：中文書櫃



書名：簡易防身術
索書號：528.97 8737
典藏地點：中文書櫃

當我還是一個小孩的時候，每當受傷之後我得到的教訓是：一、唯有自己能保護自己。二、如何保護自己。

從結論來看，打架並不一定力氣大的人才會得勝。武術比賽的優勝者，在比賽以外的場合經常敗於突來的一拳，所以當沒有遊戲規則時，蠻力和武功招術都派不上用場。

我們住在治安良好的國家，會有「我不會那麼倒楣」的想法，如何在暴徒面前保護自己，當你離開國境時就成為切身問題。



書名：24小時防身術
索書號：411.96 8384
典藏地點：中文書櫃

本書針對一般人在生活中，遭遇突如其來的暴力侵犯時，無論是在家中、在街頭、在公共場所、在學校，如何面對無法逃避的危機。

書中有簡易的招式及方法，教導我們如何隨機應變，如何應用環境、隨身物品或徒手抵抗加害人，反制暴徒或如何脫逃求救……種種狀況的判別，機智的取勝，以求防身安全。

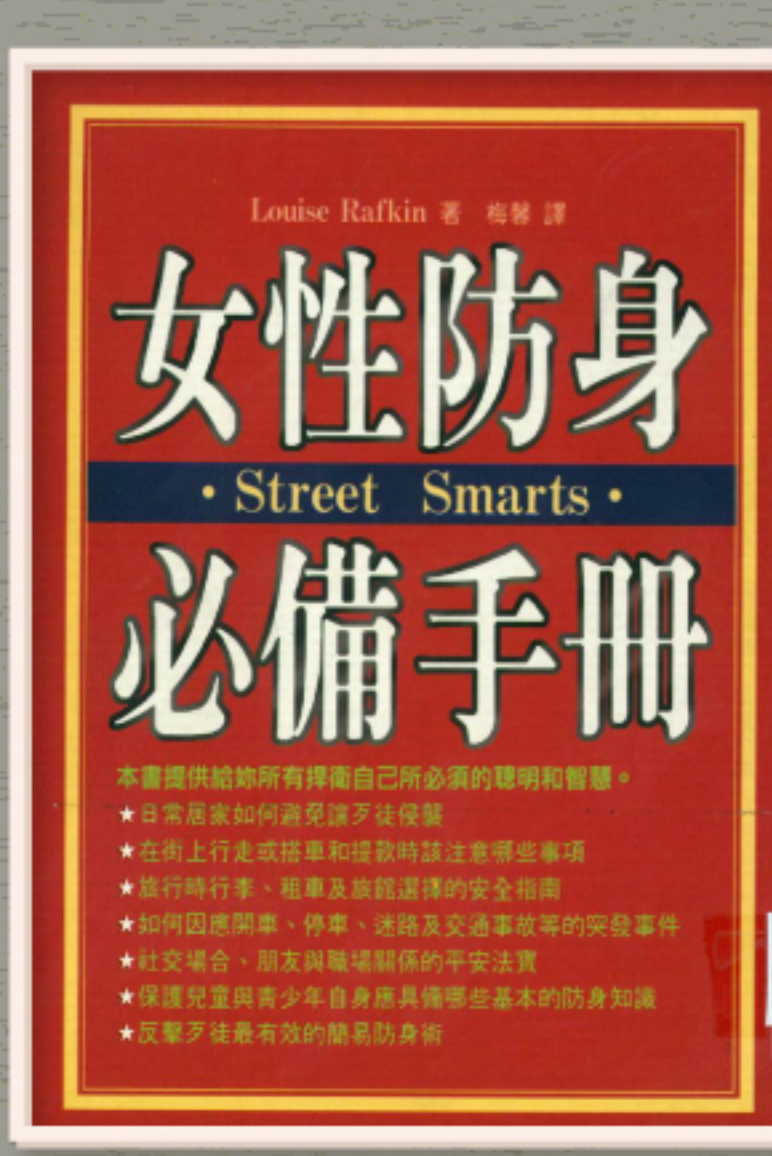


書名：緊急防身術
索書號：411.96 8449
典藏地點：中文書櫃

倘若，此刻有個手持利刃的暴徒出現在你面前，你該如何應付？

「走為上策！」若無法脫困，則採行本書所傳授之秘笈……

本書使用照片解說如何脫離險境的實用技法，包括徒手防衛戰，以及應用身邊的物品防禦等各種方法。



書名：女性防身必備手冊
索書號：411.96 834
典藏地點：中文書櫃

婦女人身安全是社會上最嚴重的問題，而且情況一再惡化，這也是鐵的事實。在督促和責成政府改善的同時，更重要的是女性必須諳熟自救之道。

根據專家指出，發生在女性身上的犯罪行為，如果你能提高警覺，並且知道如何應付的話，有90%都可以事先防範的。

本書包含許多易懂易學易行的聰明秘訣，以及各種對女性朋友所提出的忠告，防患於未然打擊犯罪最有效的方法。

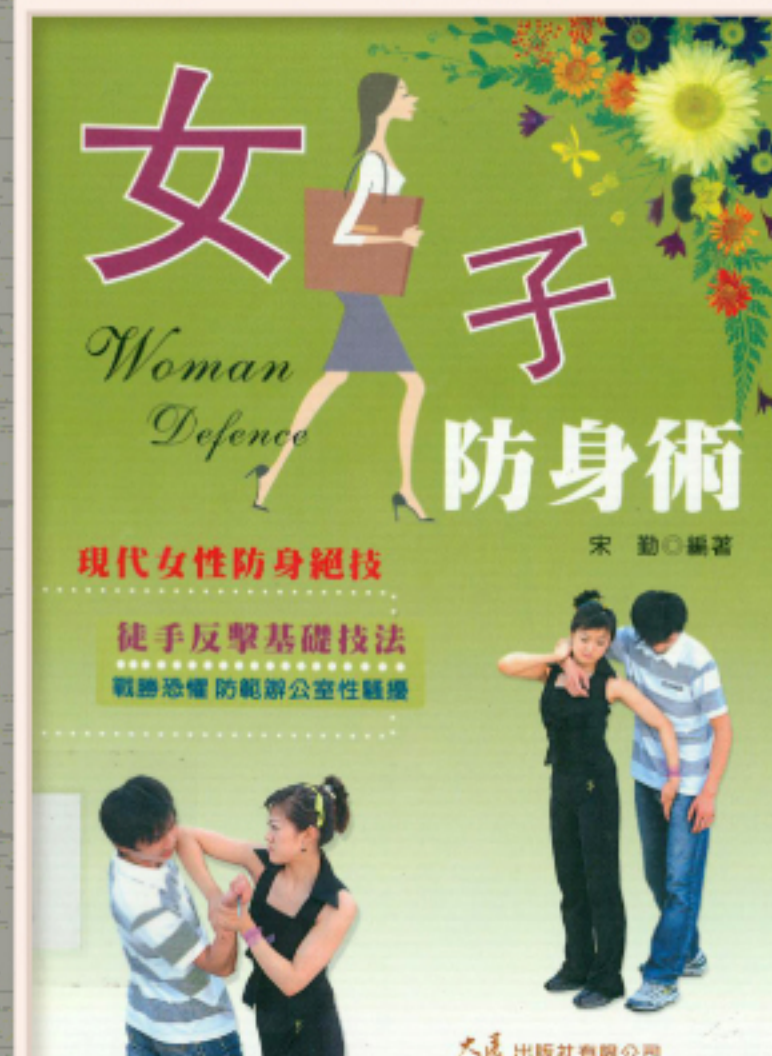


書名：女子防狼術
索書號：544.528 8454
典藏地點：中文書櫃

狼來了！狼來了！姊妹們，色狼無處不在，妳怕了嗎？妳退縮了嗎？答案必須是「NO」。

本書用漫畫方式呈現女子如何防治色狼的騷擾，教你遇到糟糕的情況，也能化險為夷。逛街、消遣時，如何提高防狼的警惕……

這是一本女人必備的「防狼自保手冊」。



書名：女子防身術
索書號：411.96 866
典藏地點：中文書櫃

本書所授方法充分利用反關節原理。這種方法不僅僅適用於女性，體力弱小者也適用。利用反關節原理，不僅可以巧妙地使用自己的四肢攻擊對方的薄弱部位（如肘關節或膝關節），還可以将身材比自己高大的對手摔倒。

我們將教授你如何對抗侵害者。掌握了這些技巧，你可以對付個頭或者力量遠大於你的對手。本書還介紹了一些靈活運用的原則，比如儘量攻擊對手的薄弱環節，如大拇指等。



圖書館公告

- 一、圖書館 11月17日(四)至 11月18日(五)接受基隆市環境保護局室內空氣品質檢測，針對敏感族群排定真菌及細菌等檢測項目，屆時將有檢測儀器架設於館內，且檢測期間會有噪音產生，敬請讀者海涵並不要靠近檢測儀器。
- 二、圖書館小團體視聽室重新啟用，提供舒適的沙發給大家享受更好的視聽饗宴囉！
- 三、自本學年度(105)起，大學部、專科部學生借閱冊數提高到15冊囉，歡迎多多利用！
- 四、REAL*學術資源文獻探索服務為一站式學術資源探索系統(<http://real.stpi.narl.org.tw>)，收錄數十億筆全球期刊文獻，並提供全文便利取得管道，歡迎各界多加運用。
- 五、行政院科技部為推廣大眾科學教育，並妥善應用多年的科普活動產出成果，於 2008 年建置「科技大觀園」科普教育網站，收藏近七千多筆科普文章、科技新知、科普影音與科普演講等多媒體資料，可由圖書館電子資源管理系統連結使用。
- 六、國立公共資訊圖書館自建多種資料庫並提供各界無償使用，包含電子書服務平台、圖夢繪本資料庫、解密圖書 DNA、設計師之手、電影與文學資料庫、數位典藏服務網、數位典藏教材推廣網頁，歡迎多加利用。

圖書館近期活動

- 一、愛吃、愛玩、i讀書
活動時間：105年10月3日(一)至105年12月2日(五)
活動網址：<http://www.airitibooks.com/EDM/201608/index.html>
- 二、英語微電影模擬暨創作大賽
活動時間：即日起至105年11月30日(日)止
活動網址：http://tccs1.webenglish.tv/act_video/
- 三、環保旅行，綠化人群
活動時間：即日起至105年12月31日(六)
說明網址：<http://lib.cku.edu.tw/files/13-1012-29690.php?Lang=zh-tw>
- 四、給我一個讚
活動網址：<http://www.facebook.com/ckulib/>
活動說明：即日起至圖書館Facebook粉絲團專業按「讚」，即可獲得「好讚筆」一隻，數量有限，送完為止。
- 五、集點成金活動
活動網址：<http://lib.cku.edu.tw/files/13-1012-16125.php?Lang=zh-tw>