

«妈妈，我累了！» --- 重新定义关系和找到自我的方法

法语：Comment gérer une mère qui t'épuise ?: La méthode pour redéfinir la relation et revenir à soi

页数：192 页 / 开本：225*145mm
出版：2026 年 9 月
语种：法语 / ISBN : 978-2226506405

正常来说，母亲并非是需要“管理”的对象。然而，你却恰恰在做着这样的事，就像在应对一场危机。你调整自己的行为，以免惹她生气；你压抑自己的情绪，给她足够的空间；你时刻保持警惕，维护她的自尊。

母亲本应是我们最亲近的人，但现实中的母女关系却并不总是温暖、轻松的。有些母亲给儿子充分的自由，却过度干涉女儿的生活；有些习惯通过自责来施加影响；有些情绪需求过重，总是要求女儿安抚、陪伴和回应；也有人在女儿成年后仍难以接受彼此已经是两个独立的个体。

没有人看到你承受的这种精神负担。没有人计算过你为了五分钟的对话而反复思考的时间。没有人计算过你默默忍受她扮演受害者、让你感到内疚所耗费的精力。没有人计算过你因为害怕抛弃她而错失的机会，也没有人计算过你为了满足她那些未说出口的期望而牺牲的自我。

或许有一天，你会意识到，你选择了一种被母亲——以及她在你脑海中化作的那个声音——所支配的生活。这本书的存在，就是为了让那一天永远不会到来。
本书试图帮助读者跳出这种困境。作者并不是简单鼓励读者“断亲”，而是从具体的互动模式入手，帮助读者辨认：究竟是什么让这段关系如此消耗自己？哪些责任其实不属于自己？又该如何在保持关系的同时，重新建立自己的边界？作者通过具体案例和操作性强的实践方案，教会读者重新定义生命中最根本的一段关系——那段塑造了你，也曾将你困住的关系。

作者说：“我所提供的是一种既是个人层面的，也是集体层面的解放，因为母女关系超越了你个人的故事：它也正是女性被教导要承担更多责任的地方。通过拒绝这种传承，你不仅能改变自己的人生轨迹，还能改变所有后辈女性的命运。”

作者简介：
Clémence Biel：心理咨询师和神经科学专家，研究方向为母女关系，创立了“做自己的母亲”项目，帮助无数女性走出有毒的母女关系。曾出版畅销书《再见妈妈！我要去过自己的人生了》，讨论成年女性如何摆脱“乖女儿”的角色以及母亲留下的心理影响。

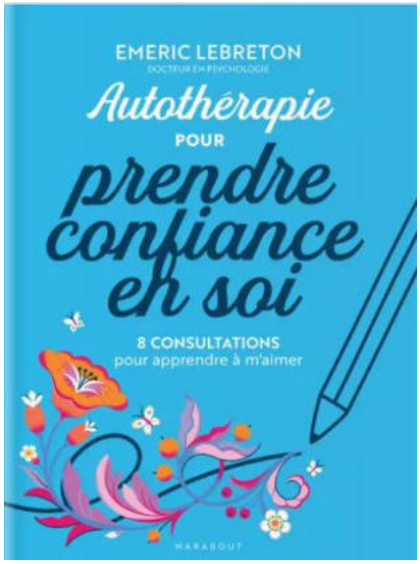
下附目录初译供参考：

不，你不应该“应对”母亲……7
第一部分 为什么母亲让你疲惫？..11
你是怎么走到这一步的？....16
你戴着哪些面具？...18
“你是唯一能理解我的人。” 情绪垃圾桶..26
“总是可怜的妈妈来背锅！” 戏剧化与受害者姿态...32

Divas International 迪法国际版权代理
30 rue du Ranelagh - 75016 Paris – France
www.divas-books.com

陆琬羽 （Denise LU）
Mobile/手机 : 00-33-614665751
@ : denise.lu@divas.fr

红线：受伤的内在小孩通过母亲之口说话 37
“你就这样感谢我？” 内疚操控....41
“你可别到时候哭着回来找我！” 情感勒索 .46
“我们之间没有秘密。” 越界干涉 52
“你永远是我的孩子。” 幼态化..58
“没有你我可怎么办？” 亲职倒置....62
红线：“我爱你”何时变成了牢笼...67
“我这是为你好。” 批评....70
“问题都在你脑子里。” 情感否定...73
“你爸爸也同意我的看法。” 三角关系...77
红线：当爱变成 指令...82
没有勇气的觉醒毫无意义....87
第二部分 不再受母亲摆布：操作指南..91
具体案例：
“你先冷静点，我的女儿！”....93
“是啊，我真是个糟糕透顶的妈妈！”....99
“我当时真高兴有个女儿……” 106
“我这是为你好！”..114
“你的妈妈很脆弱！”...120
“没有妈妈，你可怎么办？”... 128
“你像你爸一样自私。”... 137
“我在你这么大的时候”..142
婚姻的陷阱..158
人生选择的陷阱..161
家庭聚会的陷阱 ..163
怀孕和产后的陷阱..166
育儿的陷阱....170
突发变故的陷阱...173
失去自主能力的陷阱（疾病、衰老）...178
这是你的责任，不是她的...182
第二天...185
参考书目..188



«认可自己» --- 建立自信的 8 堂心理课

法语：Autothérapie pour prendre confiance en soi: 8 consultations pour apprendre à m'aimer

页数：256 页 / 开本：160*215mm
出版：2026 年 3 月
语种：法语 / ISBN : 9782501196130

一本自我治愈、自我帮助的札记，让你认可自己的价值，绽放出最灿烂的光。

对于个体而言，自信是很多问题的核心，它决定了自尊心、果断、情绪管理、职业转型、亲子关系等方面。在此前的多部心理治疗书获得成功后，这一次，身为心理学博士与个人成长专家的作者将目光聚焦于一个现代人普遍关注的话题：自信。

本书精心编排了 8 堂心理课，通过实操练习、自我评估、具体建议以及思考总结，读者将不再是旁观者，而是成为了自己的专属心理治疗师，以自己的步调开启个人蜕变之旅。

作者简介：

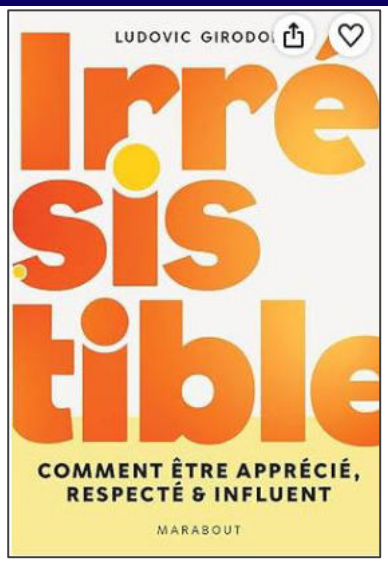
Emeric Lebreton：心理学博士，个人成长专家。他自述自己有 7 种身份：1-企业家（执掌十多年 Orient'Action®（专注于职业发展），创立了 PSY'ACTION®（专注于健康心理学）；2-教授（曾任教于大学和知名商学院十余年，现通过作为咨询顾问和教练举办培训研讨会来分享知识）；3-人文研究员（创立了自己的研究公司 Butterfly Scientific Research-致力于增进对变革心理学的认知和理解，同时促进和创造社会及技术创新）；4-传播顾问（致力于开发创新的传播工具）；5-作家（著有小说和个人及职业发展方面的书籍，曾出版《我想告诉你》、《接受过去》等书）；6-冒险家（游历过世界各地，攀登过数座高峰，结识过来自不同文化背景的人）；7-普通人（过着平凡的生活，有女儿、父母、焦虑和梦想）

下附目录初译供参考：

米拉与乔伊，如此不同的双胞胎
什么是自信？
建立自信的 8 堂课
本书使用说明
你与父母
1 了解自己才能开启内心的力量
2 了解你的弱点
3 学习面对他人的批评
4 从失败后站起来
5 学习与自己比较，找出优势
6 筛选人际关系
7 解决自己的矛盾
8 解构思想的限制
术语表
参考书目

Divas International 迪法国际版权代理
30 rue du Ranelagh - 75016 Paris – France
www.divas-books.com

陆琬羽 （Denise LU）
Mobile/手机 : 00-33-614665751
@ : denise.lu@divas.fr



«魅力四射» ---- 如何赢得喜爱、尊重和影响力

法语：Irrésistible: Comment être apprécié, respecté et influent

页数：192 页 / 开本：145*215mm
出版：2026 年 10 月
语种：法语 / ISBN：978-2501196048

提升社交智慧，成为无法忽视的那个人！

在人际交往越来越快速、肤浅的今天，学会建立深厚、真诚的人际关系已成为一项不可或缺的能力。好消息是：优质的人际关系建立在一些简单的行为上，完全可以后天习得。

读完本书，你将学会如何：

- 在任何对话中都能应对自如、谈笑风生；
- 在做自己的同时，吸引志同道合的人；
- 设立边界，赢得他人的尊重；
- 在面对分歧或紧张局势时做出正确的反应；
- 无需强势或操控，就能激发他人追随你。

在本书中，作者结合心理学研究成果、自己与数千名管理者共事的丰富经验以及众多他人的见解，分享了培养真挚且深厚人际关系的简单策略。书中提供切实可行的工具，帮助我们建立更牢固的人际关系，提升影响力，并自然而然地成为一个受人欣赏、尊重和倾听的人。

作者简介：

Ludovic Girodon：职业经理人，企业家，十几年的管理经验涉及多个领域，从初创企业到大型集团。并热衷于人文研究，2019 年出版畅销书《梦之队》，大获成功，连续六年荣登团队管理图书 Top1。如今，他通过社交网络和时事通讯，将法国领先的管理者群体聚集在一起，为各种媒体撰稿，主持企业会议，还创立了“梦之队学院”(Dream Team Academy)，每年为数百名管理者提供培训和支持。

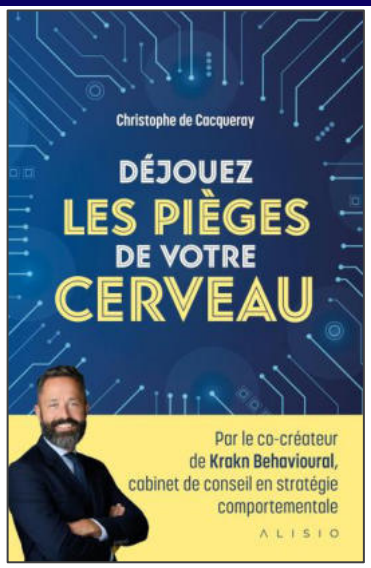
下附目录初译供参考：

为什么要写这本书？ 8
本书使用指南 13
第 0 部分：打好基础 16
4 个热身练习 21
三项基本原则 28
破坏人际关系的六大陷阱 36
第 1 部分：赢得好感 44
成为一个能给他人带来积极感受的人 46
　　如何成为他人的启迪 49
给人留下长久而深刻的印象 51
　　如何从赞美进阶到反馈 52
成为人人都渴望倾诉的知心人 55
　　当别人向你倾诉困难时，该如何回应 59

Divas International 迪法国际版权代理
30 rue du Ranelagh - 75016 Paris – France
www.divas-books.com

陆琬羽 （Denise LU）
Mobile/手机：00-33-614665751
@：denise.lu@divas.fr

成为人人都乐于交谈的对象 62
如何真正做到以他人为中心 64
理解他人的内心活动 67
如何提出恰当的问题 68
让别人真切地感受到自己受到重视 72
在重要时刻想到他人 73
成为他人成功路上的助力 75
面对身边人的成功，该如何回应 77
轻松维系彼此的联系 80
如何让对方知道你一直惦记着他 80
每次重逢，都重新唤起默契 83
如何迅速重燃关系中的热情 85
化分歧为增进关系的契机 86
出现意见分歧时，该如何回应 90
学会与各种各样的人交谈 93
如何随时随地与任何人展开交谈 94
掌握闲聊的艺术 95
第 2 部分：赢得尊重 100
建立真诚的人际关系 102
如何建立深层次的联系 104
将错误转化为建立公信力的契机 106
如何恰当地道歉，让关系更加牢固 109
赢得身边人的信任 111
如何做到言行一致 112
坚定表达自己，又不激化矛盾 116
如何在尊重他人的同时赢得尊重 119
守住自己的边界，不损害彼此的关系 123
如何说“不”，既不得罪人，也不心怀愧疚 126
巧妙应对容易引发争议的话题 129
如何妥善进行一次艰难的对话 132
别让自尊心压倒理智 135
如何顾全对方的面子 138
学会缓和紧张局面 140
如何化解紧张气氛 140
明智地应对批评 143
如何将批评转化为机遇 144
第 3 部分：提升影响力 146
赋予行动意义，激发他人动力 148
如何激发他人的行动意愿 151
做出更好的决策 154
如何尽可能降低决策失误的风险 158
轻松发掘新的机会 160
提升他人的参与度 163
如何让他人真正投入其中 164
凝聚众人之力，共同推进项目 166
如何提高身边人的投入度与参与意愿 167
学会说服各类人 169
如何带动和感染现场听众 177
总结 185
感谢词 187
注释 189



«识破大脑陷阱» --- 如何获得你真正想要的

法语：Déjouez les pièges de votre cerveau: Les stratégies pour obtenir ce que vous voulez vraiment

页数：288 页 / 开本：228*150mm
出版：2026 年 1 月
语种：法语 / ISBN : 978-2379354922

别指望靠聪明走向成功，其实，秘诀另有所在……

每一天，大脑都会成千上万次地撒谎、欺骗你，甚至对你隐瞒真相。它总是让你“心安理得”地遵循那些可疑且痛苦的策略，最终导致你精疲力竭，陷入绝境。

在本书中，身为行为科学专家的作者用幽默的笔触打破了我们对大脑的固有认知。他揭示了如何通过激活被现代科学验证的“三大千年秘诀”，来升级你的思维系统。

本书涵盖了丰富的案例与趣闻：如何调和“对成功的渴望”与“在沙发上躺平”之间的矛盾；为什么我们愿意参与社交媒体上流行的各种挑战；广告如何操控我们的情绪……通过阅读本书，你将学会如何对抗那些阻碍你前进的认知偏差。

本书融合了心理学与神经科学，指出了一系列关键，助你从职场到家庭，都能走出“生存模式”，开启高能量的人生，享受充满快乐与活力的新生活！

作者简介：

Christophe de Cacqueray：巴黎政治学院行为科学讲师，美国心理协会会员，应用认知科学的专家，与他人合作创立了一间行为科学培训与咨询中心，为企业及高管提供相关服务。

下附目录初译供参考：

前言
1 想成功？不要轻信
2 为什么不可靠？
3 只是小小的连接问题
4 谁训练了大象？
5 古老密码
6 狮子的部分
7 像穿山甲一样幸福
8 鼠疫或霍乱
9 寻找失去的密码
10 感觉与超越
11 灵魂 spa
12 你需要的只有爱
结论

Divas International 迪法国际版权代理
30 rue du Ranelagh - 75016 Paris – France
www.divas-books.com

陆琬羽 （Denise LU）
Mobile/手机 : 00-33-614665751
@ : denise.lu@divas.fr



«不服输：如何超越自我»

法语：La niaque: Comment devenir plus que soi

页数：288 页 / 开本：209*135mm
出版：2026 年 9 月
语种：法语/ISBN : 978-2080165114

为什么有些人能找到内在能量去取得成功，而另一些人却只能听天由命，任由他人摆布？是什么力量推动我们走出平庸？是那股不服输的拼劲！

这种促使我们奋勇向前的能量究竟是什么？它是天生注定的特质吗？人生到了后期，我们还能重新找回它吗？我们能把它传递给孩子吗？一个团队、企业乃至一个国家，能拥有它吗？不服输的拼劲是自由的前提吗？

全书宛如一场思想的旅程，把自己的回忆、历史人物、普通人的命运、虚构人物放在一起考察，同时结合神经科学和生物学的最新研究，试图寻找这种内驱力背后的机制，也让我们意识到：这股不服输的拼劲能扫除一切障碍，让我们坚持不懈，活出精彩人生，最终超越自我。

版权已售出：日本

作者简介：

Jacques Attali：经济学家、作家、教授，曾担任法国总统密特朗的特别顾问，出版过《噪音:音乐的政治经济学》《卡尔·马克思——世界的精神》《帕斯卡尔:改变世界的天才》《食物简史》等 80 余部著作，被翻译成 26 种语言，总销量超过 7 百万册。

下附目录初译供参考：

1 不服输与我
2 什么是“不服输”
3 人人都可以？
4 第一动力：有目标，有计划
5 第二动力：性、爱与动机
6 第三动力：失败的恐惧
7 第四动力：无路可退
8 如何坚持：重复与保持清醒
9 服务于恶时
10 走向没有不服输的世界
11 面对放弃的第一回答：女性的警惕
12 面对放弃的第二回答：大家都不服输
13 如何传递给子孙后代？
14 超越自我，为了自我，为了他人
感谢词
参考书目

Divas International 迪法国际版权代理
30 rue du Ranelagh - 75016 Paris – France
www.divas-books.com

陆琬羽 （Denise LU）
Mobile/手机 : 00-33-614665751
@ : denise.lu@divas.fr



«观察课» ---- 追随人类学家、作家、设计师和自然的脚步

法语：Exercices d'observation - Dans les pas des anthropologues, des écrivains, des designers et des naturalistes du qutidien

页数：196 页 / 开本：158*107mm
出版：2022 年 10 月
语种：法语 / ISBN : 978-2850611414

追随人类学家、作家、设计师和博物学家的脚步，学会观察这个世界。

找回对世界、对生命、对万物的敏锐度，培养观察力——每个人都赞同这一愿景，认为它必要且值得赞美。市面上也有大量相关书籍，从植物学、风景分析到人类学、都市规划，从各个层面讲述观察力的重要性。然而，在这些书中，观察方法往往被浓缩在短短几页的建议中，似乎人们天生就知道如何培养观察世界的能力。然而，观察力作为一种认知能力，需要我们刻意的学习、培养与训练。

那么，我们究竟该如何做呢？如何开始？用什么方法入门？本书从作家、人类学家、民族学家、设计师与艺术家的日常实践中汲取灵感，设计了一系列练习，搭配原理讲解与分析，帮助我们了解与培养观察的能力。透过这些简单的练习，我们得以发现日常生活中的“不凡”，成为拥有超强观察力的探险家。

媒体评论：

“作者用简明的方式解释了人为什么应当掌控自己的感知能力、变换思考的角度……每一个练习都搭配了详细的讲解。”

“这本书透过一系列练习与思考练习让我们找回观察的艺术，或者说，更好地活在当下，因为观察就是慢下来，是抵抗信息过载的最佳武器。”

版权已售出：韩国，西班牙，日本

作者简介：

Nicolas Nova：人类学家、日内瓦艺术设计学院教授，研究方向为网络文化、民俗节日、人工智能等，曾出版《表情包文化》、《技术的失败：了解失败才能更好地创新》等书。

下附目录初译供参考：

Introduction 9	引言
Matériel 17	物质
Prendre des notes 20	笔记
Production 25	**生产**
#1 (In)exhaustivité 26	1 （非）彻底性
#2 Série de questions 32	2 一系列问题
#3 Étude de parcours 36	3 路线研究
#4 Arpentages 40	4 测量
#5 Relevés de conversation 52	5 对话记录
#6 Gestes et postures 57	6 手势与姿势
#7 Coins et recoins 67	7 角落
#8 Observation flottante 74	8 漂浮的观察
Interaction 79	**互动**
#9 Manipuler 80	9 操控
#10 Entretiens informels 89	10 非正式面谈
#11 Observation participante 99	11 参与式观察
#12 Parcours commentés 107	12 讲解路线
#13 Perturbation volontaire 113	13 刻意打扰
Compilation 117	**汇编**
#14 Suivi de zone 118	14 跟踪区域
#15 Compilation thématique 125	15 主题汇编
#16 Inventaire matériel 130	16 材料清单
#17 Collecte idiomatique 135	17 采集成语
#18 Collecter/Classer 141	18 采集与分类
#19 À vous 147	19 轮到你了
Bibliographie 153	参考书目
Remerciements 167	感谢词

Divas International 迪法国际版权代理
30 rue du Ranelagh - 75016 Paris – France
www.divas-books.com

陆琬羽 （Denise LU）
Mobile/手机 : 00-33-614665751
@ : denise.lu@divas.fr



«如何读懂“坏”学生»

法语：Cet enfant qui dérange à l'école: Les clés concrètes pour aider les enseignants et les parents à mieux l'accompagner

页数：192 页 / 开本：215*145mm
出版：2026 年 2 月
语种：法语 / ISBN : 978-2501200219

“他老是扰乱课堂秩序！”“她总是缩在角落，没有朋友！”“他什么也学不会，成绩太差了！”……

近年来，身为儿童精神医生的作者在工作中接触到了越来越多“坏学生”。这些孩子在学校的表现往往让老师与家长感到忧虑。聆听了这群孩子所面对的难题、压力与人际关系困境后，作者得出了一个结论：孩子的不当行为之下其实隐藏着深层的恐惧感和情感上的不安全感。

无论你是家长、教师还是相关从业者，在本书中，作者将帮助你读懂那些“坏学生”的捣蛋行为背后的真相。本书也将指导你如何在日常生活中实现有效的陪伴与引导：通过改变态度、话语与生活安排，来满足孩子的需求，帮助他们走出困境。

只有调整家长、老师与孩子之间的关系，我们才能将学校转化为有教无类的理想乐园，让每个孩子获得全面成长！

作者简介：

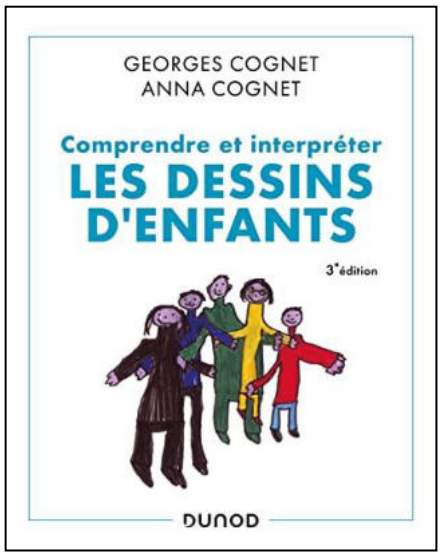
Dr Anne Raynaud：儿童与成人精神医生，热爱解读人与人的联系，研究方向为围产期精神病学、自闭症谱系障碍诊疗以及依恋理论。她创立了法国亲子学院，为家庭提供心理教育课程与咨询。她曾出版《儿童的情绪安全感》等书。

下附目录初译供参考：

前言
第一部分 当上学变成痛苦的来源
1 “坏学生”是哪些人？
2 如何走到这一步？
3 恐惧，不请自来的情绪
第二部分 读懂行为才能好好引导
1 学校，大型生态系统中的核心
2 有安全感才能成长
3 有归属感才能探索与学习
4 安抚孩子的新方式
5 案例分析：叛逆的亚瑟；孤僻的蕾娜；成绩差的恩佐
结束语

Divas International 迪法国际版权代理
30 rue du Ranelagh - 75016 Paris – France
www.divas-books.com

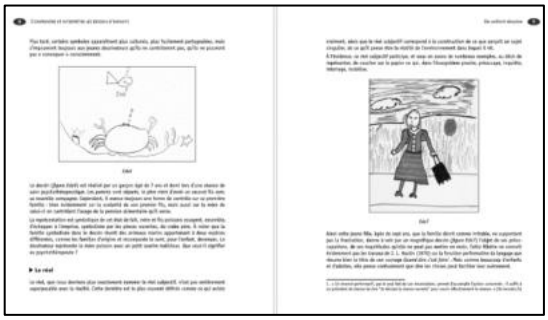
陆琬羽 （Denise LU）
Mobile/手机 : 00-33-614665751
@ : denise.lu@divas.fr



«孩子的语言» ---- 如何理解孩子的画

法语：Comprendre et interpréter les dessins d'enfants - 3e éd.

页数：384 页
开本：239*191mm
出版：2023 年 7 月第 3 版
语种：法语
ISBN : 978-2100853076



为什么孩子会画画？画人像其实是发现与实现自我的过程，它有哪些步骤？如何解读人物画与无主题的“自由”绘画？绘画如何反映了焦虑、抑郁、创伤、身体暴力与性暴力？孩子的画与人格测试可以相比较吗？如何将绘画与儿童心理治疗相结合……本书结合两位作者针对儿童与青少年的研究与临床经验，回答了上述这些问题。

本书为第三版，新增 70 余幅插图与情景，并顺应当下的社会发展，加入了有关儿童性暴力的章节。希望在读完这本书后，我们可以从孩子的画里找到他们发出的求救信号。有时，这些信号微弱得放入掷入茫茫大海中的瓶子，但这本书能帮助我们学会识别与解读。

作者简介：

Georges Cognet：临床心理学家，巴黎专业心理学院名誉教授，心理培训师，曾出版《学校心理学》、《儿童与青少年心理临床诊断》等书。

Anna Cognet：临床心理学家，巴黎专业心理学院讲师，巴黎第五大学讲师。

下附目录初译供参考：

AVANT-PROPOS V — 前言
1. Un enfant dessine 1 — 1 画画的孩子
2. Le dessin de l'être humain : comment l'analyser ? 21 — 2 人物画：如何分析
3. Le dessin libre : comment l'analyser ? 61 — 3 随意绘画：如何分析
4. Expressions de symptômes par le dessin 87 — 4 用绘画表达症状
5. Violences et violences sexuelles 127 — 5 暴力与性暴力
6. Le dessin comme une épreuve projective en clinique infantile 153 — 6 绘画是幼儿临床的心理评估工具
7. Dessins et approches psychothérapeutiques 197 — 7 绘画与心理治疗方法
8. Le dessin de la famille 223 — 8 家庭画
9. Propositions de dessins à thèmes 259 — 9 主题绘画
BIBLIOGRAPHIE 303 — 参考书目
TABLE DES MATIÈRES 309 — 目录
INDEX 313 — 索引

Divas International 迪法国际版权代理
30 rue du Ranelagh - 75016 Paris – France
www.divas-books.com

陆琬羽 （Denise LU）
Mobile/手机 : 00-33-614665751
@ : denise.lu@divas.fr



«支持还是反对？» --- 科学面前的育儿大辩论

法语：Pour ou contre ?: Les grands débats de la petite enfance à la lumière des connaissances scientifiques

页数：288 页 / 开本：241*170mm
出版：2021 年 10 月
语种：法语 / ISBN : 978-2100825189

“对孩子投入情感，支持还是反对？” “由着孩子先吃甜品再吃正餐，支持还是反对？” “与他们分享你的情绪，支持还是反对？” .....提出这些问题的目的，就是让我们抛弃多年来的“想当然”，重新检视日常中许多行为的意义。先把社会文化中那些根深蒂固的育儿做法放到一边，认真聚焦儿童本身的需求。在实践中，科学可以为我们提供坚实、可靠、客观的信息，让我们摆脱传统的桎梏。

本书面向幼教工作者，通过许多具体案例深入讲解了幼儿教育里的许多难点与敏感之处。家长也可从中获得许多启发。

版权已售出：韩国，罗马尼亚，俄国，阿拉伯语
法国已售出 10 000 多册

作者简介：
Héloïse Junier：心理学博士，幼儿园心理医生，儿童心理学讲师、培训师 heloisejunier.com，著有多本畅销书：《幼儿的睡眠----0-6 岁孩子父母的睡眠福音》、《家长生存手册：0 至 6 岁育儿难题》、《幼教指南：47 条建议，解决所有问题》、《我的宝宝人生：0-3 岁大脑发育的秘密》 等书。

下附目录初译供参考：

序言
引言
严肃的警告
第一部分 吃饭
1 要求孩子吃某道菜，支持还是反对？
为何不应该呢？
结论
2 由着孩子先吃甜品再吃主食，支持还是反对？
应该这样吗？
结论
3 由着孩子用手吃东西，支持还是反对？
为何这样更好？
结论
4 要求孩子把饭吃完，支持还是反对？
为何绝不能这样？

Divas International 迪法国际版权代理
30 rue du Ranelagh - 75016 Paris – France
www.divas-books.com

陆琬羽 （Denise LU）
Mobile/手机 : 00-33-614665751
@ : denise.lu@divas.fr

结论
5 由着孩子把食物当玩具，支持还是反对？
为何应该如此（至少让孩子偶尔为之）？
结论
第二部分 睡觉
6 叫醒睡着的孩子，支持还是反对？
为何要提出这个问题？
结论
7 由着宝宝哭到睡着，支持还是反对？
为何绝不能这样？
结论（很严肃）
8 摇动宝宝哄他睡觉，支持还是反对？
摇动的益处有哪些？
结论
9 让孩子在黑暗中小睡，支持还是反对？
为何让孩子在光线下小睡比较好？
结论
10 放舒缓的音乐帮助孩子午睡，支持还是反对？
为何让孩子听音乐可以放松？
结论
第三部分 游戏
11 让孩子使用电子游戏，支持还是反对？
为何要避免？
结论
12 坐着的活动，支持还是反对？
为何要限制幼童坐着的时间？
结论
13 由着孩子在花园中弄脏自己，支持还是反对？
为何孩子探险时要给予他们更多自由？
结论
15 在墙上挂许多画，支持还是反对？
为何要避免呢？
结论
第四部分 情绪
16 孩子哭时抱起他，支持还是反对？
为何应该这么做？
为何一放下就哭、一抱起就不哭？
结论
17 孩子冲你大叫时大吼他，支持还是反对？
为何应当避免？
结论
18 与孩子分享你的情绪，支持还是反对？
为何应当这么做？
结论
19 给孩子做情绪训练，支持还是反对？
结论
20 孩子哭闹时立刻让他们“平静”，支持还是反对？
为何不应该如此？
结论
第五部分 与孩子的关系
21 抱着宝宝，支持还是反对？
为何应当这么做？
结论

陆琬羽 （Denise LU）
Mobile/手机 : 00-33-614665751
@ : denise.lu@divas.fr

22 拥抱宝宝，支持还是反对？
为何应当这么做？
催产素适用于所有哺乳类
结论
23 要求孩子说“谢谢”、“请”，支持还是反对？
为何要求幼童礼貌没有用？
结论
24 刺激语言发育差的孩子说话，支持还是反对？
为何这么做很重要？
结论
25 对孩子投入情感，支持还是反对？
为何应当这么做？
结论
第六部分 与家长的关系
26 直呼家长的名字，支持还是反对？
为何这么做很不错？
结论
27 要求家长少抱孩子，支持还是反对？
为何应当让家长想抱就抱？
结论
28 白天向家长发送照片视频，支持还是反对？
1 个优点：增强家长的信任
8 个困扰：打扰你与孩子的相处、偷走了你的时间……
结论
29 当家长的教育有问题时与他们实话实说，支持还是反对？
为何应当这么做？
为何与家庭说实话这么难？
结论
30 告诉家长孩子可能有自闭症，支持还是反对？
为何这么做很重要？
结论
参考书目

陆琬羽 （Denise LU）
Mobile/手机 : 00-33-614665751
@ : denise.lu@divas.fr

«心理学小课堂»

N°1 : 4 至 7 岁 + N°2 : 8 至 11 岁 + N°3 : 12 至 15 岁

法语： Pourquoi ?

页数：每本 96 页 - 112 页 / 开本：215*139mm
出版：2023 年 4 月 / 2024 年 5 月 / 2025 年 5 月
语种：法语 / ISBN : 978-2100843565 / 978-2100860647 / 978-2100879885

法国亚马逊心理学类图书 TOP6，所有图书混合 TOP130

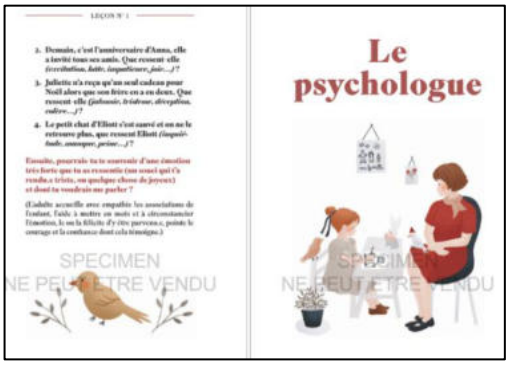


N°1 : 4 至 7 岁

为什么有的人笑口常开，有的人愁眉苦脸，而有的人老是生气？人的本性是好是坏？为什么有些人可以轻而易举地完成一些事，而有些人却很难？如何安慰那些不开心的人？为什么拥抱、笑容、教育与阅读对我们如此重要？

大部分父母不知该如何与孩子讨论这些概念。然而，引导孩子了解它们，可以激发孩子的好奇心，让孩子更敏锐地感受情绪，更有自信心，从而更积极、更自如地融入群体中。

本书透过简单的文字与诗意的插图，回答了 4 至 7 岁儿童心理方面的“大问题”。在这轻松有趣同时又严谨认真的 16 堂互动课中，家长们可以与孩子展开对话，讨论一些幼儿不知道如何说出口的问题。



下附目录初译供参考：

第一课 心理
第二课 心理医生
第三课 幸福
第四课 宝宝
第五课 信心
第六课 照顾自己
第七课 出生与死亡
第八课 拥有独特的家庭
第九课 痛苦、愤怒与疯狂
第十课 好人与坏人
第十一课 安慰
第十二课 做梦、玩耍与阅读
第十三课 信上帝？
第十四课 学校、剧场、音乐、绘画……
第十五课 运动
第十六课 身体
下课啦！
参考书目



Divas International 迪法国际版权代理
30 rue du Ranelagh - 75016 Paris – France
www.divas-books.com

陆琬羽 （Denise LU）
Mobile/手机 : 00-33-614665751
@ : denise.lu@divas.fr



N°2 : 8 至 11 岁

爱是什么？话语有什么力量？为什么有些兄弟姐妹并不融洽，反而势同水火？金钱一定能带来幸福吗？女性在世界上的地位如何？机器会取代人类吗？

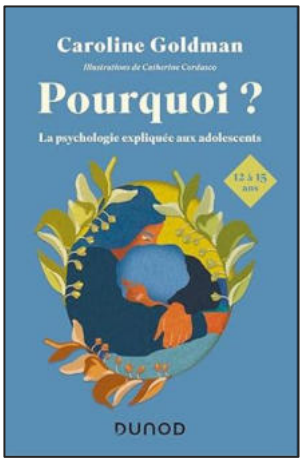
许多家长在与孩子讨论这些问题时感到手足无措。然而，尽早地让孩子们思考这些问题，可以让他们更了解自己、更有自信、更有思辨能力，从而更好地融入社会、参与社会。

在这本图文并茂的书中，作者为 8 至 11 岁的孩子精心编排了 16 堂心理课，用最简单的方式回答他们心中的大问题。本书寓教于乐、互动性强，同时又严谨、准确，让家长更容易与孩子对话。每堂课结尾的“小作业”也让孩子可以用笔自由表达所思所想。

下附目录初译供参考：

第一课 爱
第二课 话语
第三课 自由
第四课 性格
第五课 意见
第六课 分数
第七课 兄弟姐妹
第八课 父母
第九课 金钱
第十课 少数群体
第十一课 女性的地位
第十二课 嫉妒
第十三课 孩子的恐惧
第十四课 数码产品
第十五课 霸凌
第十六课 互联网的危险
本学期结束啦！
参考书目





N°3 : 12 至 15 岁

青春叛逆期会发生什么？自信从何而来？为什么社交媒体和真人秀对青少年如此有吸引力？什么样的父母是好父母？如何克服第一次心碎？成长就是懂得如何服从或不服从吗？我很痛苦，我该怎么办？

作者认为心理学课程对青少年具有预防作用。让青少年用语言表达出他们的感受，通过向他们提供理解人类心理如何运作的钥匙，通过邀请他们激发批判性思维，带领读者踏上一段不同于他们自身现实的旅程。

希望启发青少年，让他们体会到他人的感受，并让他们获得积极和有益的社会地位。

下附目录初译供参考：

第一课	孩童时代的结束
第二课	青春叛逆期
第三课	自我形象和屏幕
第四课	第一次心碎
第五课	成长并改变观点
第六课	父母离婚了
第七课	仇恨
第八课	温柔
第九课	艺术
第十课	服从，反抗



版权已售出： 韩国

作者简介：

Caroline Goldman：儿童和青少年心理学家，在巴黎五大从事研究与教学，学习临床协会秘书长，曾出版《设定孩子的行为边界》、《回你的房间好好反省！》等书。被翻译到不同语种。

- **每本篇幅较小，可以三本套装出版**

Divas International 迪法国际版权代理
30 rue du Ranelagh - 75016 Paris – France
www.divas-books.com

陆琬羽 （Denise LU）
Mobile/手机 : 00-33-614665751
@ : denise.lu@divas.fr



«害羞小孩的内心世界» --- 解读他们的恐惧与障碍

法语：Dans la tête de l'enfant timide: Décodez ses peurs et ses blocages pour l'aider à s'épanouir

页数：192 页 / 开本：145*215 mm
出版：2026 年 2 月
语种：法语 / ISBN : 978-2501195997

在一些孩子身上，害羞只是一种短暂的小困扰；而在另一些孩子身上，它却成为了日常生活中真正的障碍，让每一次与他人的互动都变成难题。这种拘谨常常引发父母的担忧，他们不知该如何在不强迫孩子的前提下进行干预与帮助。

在本书中，身为心理运动治疗师和放松疗法专家的作者邀请我们走进害羞孩子的内心世界。这种性格背后往往隐藏着强烈的情感和自我设限的想法：害怕他人的眼光、恐惧失败、自我贬低、极度脆弱……只有理解这些机制，我们才能更好地陪伴孩子成长。

书中集合了角色扮演、小挑战等趣味游戏，让读者学会引导孩子克服恐惧，发挥他们身上的独特优势，比如善于倾听、观察、敏感……其实，**害羞绝不是需要纠正的缺点，而是一种有待发掘的财富！**

作者简介：

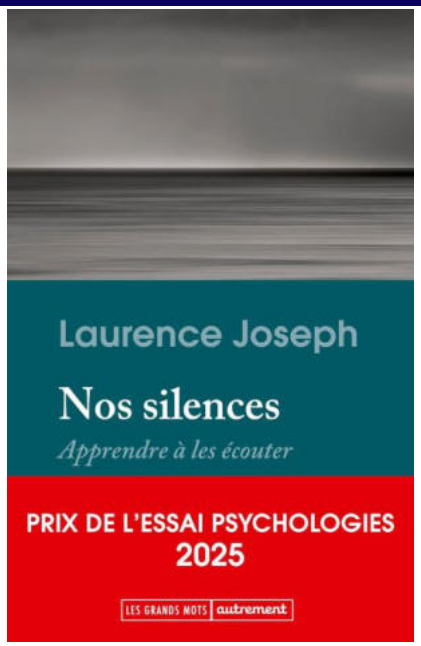
STEPHANIE COUTURIER：心理运动治疗师，放松疗法专家，帮助她的患者（包括儿童和成人）释放潜能，抚慰恐惧和愤怒，建立自信，安享宁静夜晚，并缓解内心的紧张。专注于儿童情感支持，曾出版《我的刺猬孩子》、《儿童情绪诊所系列》（“帮孩子管理情绪“、”帮孩子强建心智“、”帮孩子自由成长“、”帮孩子高效学习“）等儿童心理书籍，被翻译到多种语言。

下附目录初译供参考：

外壳的秘密……9
引言……11
第一章：谁是害羞的孩子？……13
第二章：害羞在儿童发育中的作用……31
第三章：害羞的孩子与他们的情绪……47
第四章：害羞的孩子与他们的身体……73
第五章：害羞的孩子在想什么……93
第六章：害羞的孩子与他们的行为……111
第七章：面对孩子的害羞，作为父母该如何做……131
第八章：害羞的青少年……139
第九章：害羞的宝藏……165
亲身经历……173
结论……187
参考文献……189
感谢词……191

Divas International 迪法国际版权代理
30 rue du Ranelagh - 75016 Paris – France
www.divas-books.com

陆琬羽 （Denise LU）
Mobile/手机 : 00-33-614665751
@ : denise.lu@divas.fr



«沉默：学会聆听不曾说出口的话»

法语：Nos silences: Apprendre à les écouter

页数：192 页
开本：136*211mm
出版：2025 年 3 月
语种：法语
ISBN : 9782080474643

***本书荣获 2025 年最佳心理学随笔**

我们每个人心底，都积攒着许多只属于自己的沉默时刻，是那些我们选择咽下的言语，亦是那些我们渴望听到的回应。沉默既能提供庇护与安抚，也是禁锢与羞辱的源头。

在这本细腻而富有诗意的随笔中，作者邀请我们一同审视沉默在生命中扮演的角色。
无论是倾听、专注、守密、哀悼、诀别，抑或是创伤与羞耻，每位读者都能在字里行间窥见自己的经历。作者用优雅的文笔，融汇文学、艺术、哲学、神话与普世的生命体验，带我们深入“沉默”这一命题，领略它的罪与美。

版权已售出：韩国

作者简介：
Laurence Joseph：临床心理医生、精神分析师，任职于巴黎圣安娜医院精神分析临床学会，曾出版《私密的坠落》等书。

下附目录初译供参考：

引言
第一部分
相信沉默还是选择沉默
沉默法则
保护
第二部分
冒险
打扰
第三部分
沉默的坏处：塔西塔
结论：文字被抹去的国度
感谢词

Divas International 迪法国际版权代理
30 rue du Ranelagh - 75016 Paris – France
www.divas-books.com

陆琬羽 （Denise LU）
Mobile/手机 : 00-33-614665751
@ : denise.lu@divas.fr



«成瘾者»

法语：Les assoiffés

页数：240 页 / 开本：205*140mm
出版：2026 年 1 月
语种：法语 / ISBN : 978-2246842200

“我在成瘾治疗中心工作。在那儿的大拱门下，纹身打孔的年轻人与家庭主妇擦肩而过。曾经的囚犯与西装革履的男士共享一支烟。多种语言交织，各种体型、性别和风格的人混杂。在我所陪伴的患者中，有的身份体面但酗酒吸毒，有的沉迷色情影片，还有的来自巴黎贫民区。在我的诊室里，人们常谈论快感，但更多的是羞耻、焦虑和孤独。在医院里，我不断目睹他们为活下去而努力，有时甚至是绝望地挣扎。”

本书作者是一名精神科医生。在书中她以第一人称的叙事方式，通过不同患者的故事，揭示了成瘾现象不能再被视作一种简单的行为障碍或脑部疾病。成瘾的表现形式多种多样：可能是对快感的疯狂追逐，也可能是应对社会生活的支撑手段；既可能是试图忍受自我的努力，也可能是缓解内心痛苦的“药物”；既可被视作一种极限体验，也可能是面对内心崩溃时的遮蔽物……。为了理解这一现象，作者既关注心理学的奖励机制，也深入研究古代哲学；既探讨童年创伤，也分析现代社会对优绩的强制要求，以及人类对人际关系的深层需求。

“我在这里发现的是一幅无比丰富的人性画卷：患者的经历或混乱或精彩，照护者个性鲜明，他们的故事颠覆了我们以往的认知。透过他们，我看到成瘾不仅是一种疾病，更是一面镜子。它映照出心理的痛苦，也映照出我们这个时代的种种弊端、否认和集体的缺陷。或许，成瘾正是这个时代最真切的病症。“成瘾者”的性格——过于极端、不知满足、饥渴且难以抑制——正是当今社会的写照。 ”

版权已售出：阿拉伯语，韩国

作者简介：

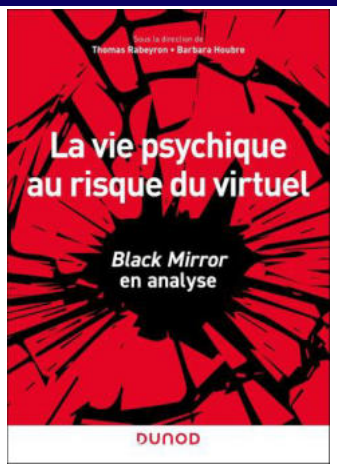
Camille Charvet：专攻成瘾症的精神科医生。她最初学习文学和哲学，之后才攻读医学。目前在巴黎马尔莫坦医院的成瘾科工作，同时也在自己的私人诊所为患者提供精神科和心理治疗服务。

下附目录初译供参考：

引言
1 不计代价的快乐
2 他人即地狱
3 找到自己的位置
4 自我治疗
5 焦虑年代
6 无边无际
7 与幽灵同行
8 继续生活
结论
参考书目
感谢词

Divas International 迪法国际版权代理
30 rue du Ranelagh - 75016 Paris – France
www.divas-books.com

陆琬羽 （Denise LU）
Mobile/手机 : 00-33-614665751
@ : denise.lu@divas.fr



«虚拟时代的精神生活»--- 英剧«黑镜»心理分析

法语：La vie psychique au risque du virtuel: Black Mirror en analyse

页数：240 页 / 开本：240*170mm
出版：2024 年 8 月
语种：法语 / ISBN : 978-2100866939

当技术开始进入人的记忆、情感、身体、身份和亲密关系之后，我们还是原来的“人”吗?

英国电视剧《黑镜》自 2011 年起在 Netflix 播出，以极端的黑色幽默讽刺和探讨了科技对人类生活产生的影响，在豆瓣获得了 9.4 的超高分。该剧为人类提供了一面“黑色的镜子（被关闭的屏幕）”，让我们得以凝视一个因植入式设备、内置摄像头、超互联、虚拟现实和全息技术的出现而走向反乌托邦的未来。剧中的每一集，都描绘了一种未来可能发生的图景：当新技术不断进入我们的生活，我们的心理、情感和自我认知也将随之发生变化。

如果可以通过技术永久保存一个人的意识，“活着”究竟意味着什么?
如果父母能够随时监控孩子看到的一切，保护和控制的边界在哪里?
如果人在互联网上拥有不同的身体和身份，真实的自我和虚拟的自我之间还有明确界限吗?
当约会软件的算法开始替我们决定“应该爱谁”，人的主体性会不会逐渐被技术接管?

全书由 10 位心理学学者和临床心理学家共同完成，共选择 7 集加以分析，讨论虚拟技术被广泛应用后，人类主体性可能发生的变化，同时提出了对相关心理变化的临床解读。

版权已售出：英语

作者简介：
Thomas Rabeyron：临床心理学家，法国洛林大学心理疾病与临床心理教授，Interpsy 实验室主任，爱丁堡大学荣誉研究员。
Barbara Houbre：法国洛林大学心理疾病与临床心理讲师，临床心理学家，精神分析师。

下附目录初译供参考：

引言 《黑镜》是我们的未来吗?
第一章 《记忆回溯》：从屏幕到记忆
第二章 《马上回来》：永远不死
第三章 《白如雪》：一键断联
第四章 《急转直下》：数字媒介与自恋
第五章 《圣·朱尼佩罗》：云端的永生与爱情
第六章 《方舟天使》：不可受伤的幻象与去人性化进程
第七章 《黑色博物馆》：新技术的阴影
第八章 《卡利斯特号》：傲慢与复仇女神之间的超人类主义寓言
第九章 《绞死 DJ》：关于当代主体及其关系的思考
第十章 《琼糟透了》：群体自恋与自我的衰败
结论 镜子之外
附录 网络心理疾病的 10 个临床案例



«抗癌，从日常小事做起»

法语：Les gestes qui changent tout !: Cancer, I.A., alimentation, la nouvelle donne

页数：368 页 / 开本：250*304mm
出版：2026 年 5 月
语种：法语 / ISBN : 978-2749950037

如果抗癌之战的关键在于我们日常的选择呢?

法国肿瘤学领军人物大卫·哈亚特教授带来了一部开创性的著作，彻底颠覆了我们对癌症的认知。他将科学的希望与实用的建议相结合，揭示了人工智能如何革新癌症诊断，疫苗如何帮助某些癌症消退，以及另一些癌症为何悄无声息地发展。

本书的核心是告诉我们一个令人振奋的真相：**近 40%的癌症可以通过简单的行动来预防。**饮食、运动、肠道微生物群、环境污染——我们日常生活中的每一个决定都至关重要。在书中，作者澄清了常见的一些错误认知，揭露了超加工食品的潜在危害，并解释了为什么餐盘可以成为你最好的健康盟友。

带着温暖的人文关怀与严谨的科学精神，作者为我们指出了普罗大众都可以追随的癌症预防之路，帮助我们重新掌控健康，改变人生。

作者简介：

David Khayat：医科教授，世界级的癌症专家，一直奋斗在抗癌治疗的第一线，曾出版《门外汉也能看懂的抗癌宝典》、《治疗方案就在你的餐桌上》等书，其通俗易懂的风格广受读者好评。

下附目录初译供参考：

癌症不是世界末日
1 癌症与人工智能
2 发病率降低的癌症类型
3 发病率升高的癌症类型
4 抗癌饮食
5 诱发癌症的因素
结论 降低风险，预防癌症：总体策略
感谢词

Divas International 迪法国际版权代理
30 rue du Ranelagh - 75016 Paris – France
www.divas-books.com

陆琬羽 （Denise LU）
Mobile/手机 : 00-33-614665751
@ : denise.lu@divas.fr



«终极生育指南»

法语：Le grand guide de la fertilité: Anticiper et optimiser vos chances de concevoir

页数：288 页 / 开本：158*216mm
出版：2026 年 8 月
语种：法语 / ISBN : 978-2501195904

本书作者是人工生殖科室的助产士，在工作中面对无数女性及其伴侣，他们总是焦虑重重：备孕艰难；担忧未来的生育能力；担心无法受孕……她也因此有了一个惊人的发现：这些伴侣面临的最大障碍，其实是对身体运作机制的误解。

这本生育指南内容全面、深入浅出，包含了作者多年来积累的经验与知识，无论你是否处在备孕阶段，都将从中受益，真正改善妇科健康。

本书内容包含：

- 女性身体的关键指标（激素、月经周期、卵巢储备、排卵等）；
- 自然提升受孕几率的方案：生活方式、饮食营养、膳食补充剂、情绪管理、身体观察、排卵窗口期；
- 未来生育规划的关键指标（冻卵、影响生育力的各种因素等）；
- 男女不孕不育的主要原因及相关疾病（多囊卵巢综合征、子宫内膜异位症、精液异常等）；
- 遭遇不孕时的全程陪伴：身体检查；同性/异性伴侣/单身女性诊疗流程；初期医学解决方案。

一本集科学性、实用性与人文关怀于一体的科普指南，让你彻底读懂自己的生育力，重掌身体主导权，做出最明智的抉择。

作者简介：

Sophia Rakrouk：职业助产士，供职于一家辅助生殖机构，专门为面临生育困扰的夫妇提供诊疗与陪伴。面对自己观察到的相关知识匮乏现象，她创立了 Instagram 账号 @Mafertiliteam，致力于科普人体生理运作机制、妇科疾病以及辅助生殖的各种选择。

下附目录初译供参考：

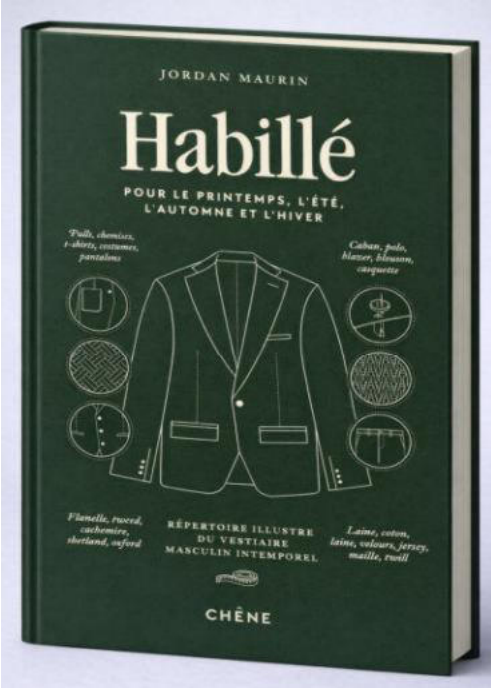
前言
谁适合读这本书？
1 学校欠我们的生理课

Divas International 迪法国际版权代理
30 rue du Ranelagh - 75016 Paris – France
www.divas-books.com

陆琬羽 （Denise LU）
Mobile/手机 : 00-33-614665751
@ : denise.lu@divas.fr

理解女性的生育机制
理解男性的生育机制
繁衍的魔法
2 生育力的保养
评估表
认识身体与周期
调整生活模式与环境
理解年龄的影响
流产
3 易孕，不孕……总结
什么是不孕
如何求诊
不孕检测
4 常见病
子宫内膜异位
子宫腺肌病
多囊卵巢综合症
性腺机能减退
卵巢早衰
5 辅助生殖是什么
人工授精
试管婴儿
结论
附录
注释
感谢词

陆琬羽 （Denise LU）
Mobile/手机 : 00-33-614665751
@ : denise.lu@divas.fr



«男人的衣橱»

法语：Habillé: Répertoire illustré du vestiaire masculin

页数：264 页 / 开本：170 x 240mm
出版：2026 年 10 月
语种：法语 / ISBN：978-2812322136

关注穿搭绝非浪费时间！
在着装规范不断变化且缺乏明确标准的当下，本书专为那些希望构建衣橱或自信展现个人风格的男士而打造。

本书不仅是一本时尚指南，更深入探讨了服饰的历史与内涵，同时提供实用且易于采纳的建议，助每位男士做出明智的穿搭选择：

- 男士衣橱必备单品：逐一解析各类单品的历史渊源、特点及用途。
- 实用建议：涵盖衣物保养、修改建议以及延长使用寿命的技巧。
- 多样化的穿搭方案：助您在各种场合（如求职面试、婚礼、商务研讨会、浪漫约会，以及应对早凉午暖的天气变化等）都能着装得体。
- 选购与搭配指南：对面料、剪裁、色彩及图案等要素进行清晰详尽的讲解。

★ 一位紧跟时代潮流的资深作家
★ 首部男士时尚综合指南：一本期待已久的男士时尚爱好者和精美画册收藏家的必备之作

作者简介：
Jordan Maurin：一位专注于男士时尚领域的创作者、文案撰稿人兼艺术总监。曾在 BonneGueule 工作，参与制作了包括视频、文章和资讯邮件在内的各类内容。
与此同时，他还运营着拥有超过 16 万粉丝的 Instagram 账号 @menswearplease，在上面分享自己对男士时尚的独到见解——风格质朴自然、不刻意造作——并鼓励男性享受穿搭的乐趣。

Divas International 迪法国际版权代理
30 rue du Ranelagh - 75016 Paris – France
www.divas-books.com

陆琬羽 （Denise LU）
Mobile/手机 : 00-33-614665751
@ : denise.lu@divas.fr