**新 书 推 荐**

**中文书名：《童年拒绝情感包袱：破旧立新；打破代际循环》**

**英文书名：Childhood without Emotional Baggage: HOW TO BREAK OUT OF OLD PATTERNS AND FORGE NEW PATHS WITH YOUR CHILD; INSTRUCTIONS FOR CYCLE-BREAKING**

**德文书名：Kindheit ohne Gepäck**

**作 者：Carina Thiemann**

**出 版 社：Kösel**

**代理公司：Penguin Random House Verlagsgruppe/ANA/ Winney**

**页 数：224页**

**出版时间：2025年6月**

**代理地区：中国大陆、台湾**

**审读资料：电子稿**

**类 型：家教育儿**

**内容简介：**

闪闪发光的你——父母如何摆脱原生家庭的负面影响

尤其在压力情境下，没有什么比养育子女更能让父母突然且强烈地直面原生家庭的冲突。系统家庭治疗师、Instagram博主及 “Weltvonunten” 公司创始人卡琳娜·蒂曼，致力于帮助父母打破代际循环，为孩子创造无忧无虑爱意融融的童年，使家庭能够识别并解决那些常被无意识重复的破坏性行为模式与烙印，如威胁、责骂、惩罚、羞辱、忽视。

本书包含大量案例研究、思维启发、实践练习及真实故事，激励父母探寻并理解自身与子女行为背后的根源，以更具同理心的方式为所有家庭成员探索共同生活的新路径。

• 本书包含可直接应用于日常家庭生活的案例分析、实践练习与建议

• 本书以整体视角审视育儿问题，而不是提供表面的解决方案

**作者简介：**

**卡琳娜·蒂曼（Carina Thiemann）**，教育工作者、社会创伤辅导师、系统家庭治疗师训练学员。她曾在日托中心、幼儿园、课后托管机构、儿童青少年精神科及青年福利部门担任教育工作者、社会教育学者及机构管理员。2021年创立“Weltvonunten”品牌，Instagram账号拥有近10万粉丝。她也是咨询师，为家庭与教育从业者提供专业支持。

**感谢您的阅读！**

**请将反馈信息发至：版权负责人**

**Email**：Rights@nurnberg.com.cn

安德鲁·纳伯格联合国际有限公司北京代表处

北京市海淀区中关村大街甲59号中国人民大学文化大厦1705室, 邮编：100872

电话：010-82504106, 传真：010-82504200

公司网址：[http://www.nurnberg.com.cn](http://www.nurnberg.com.cn/)

书目下载：<http://www.nurnberg.com.cn/booklist_zh/list.aspx>

书讯浏览：<http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx>

视频推荐：<http://www.nurnberg.com.cn/video/video.aspx>

豆瓣小站：<http://site.douban.com/110577/>

新浪微博：[安德鲁纳伯格公司的微博\_微博 (weibo.com)](https://weibo.com/1877653117/profile?topnav=1&wvr=6)

微信订阅号：ANABJ2002

