**新 书 推 荐**

**中文书名：****《理解取代绝望：智能手机时代下的青春期急救指南》**

**英文书名：Understanding Instead of Despairing: FIRST-AID FOR SMART-PHONE PUBERTY**

**德文书名：Verstehen statt verlieren**

**作 者：Leonie Lutz, Mareike Brede**

**出 版 社：Kösel**

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

**页 数：256页**

**出版时间：2025年3月**

**代理地区：中国大陆、台湾**

**审读资料：电子稿**

**类 型：家教育儿/大众社科**

**\*\*面向“数字原住民”一代家长的实用养育指南**

**内容简介：**

当代青少年及其父母正经历着与上一代截然不同的青春期。大脑高速发育阶段恰逢智能手机全面渗透家庭生活，为亲子关系带来全新挑战。情绪失控摔坏手机？班级群聊惊现色情内容？社交媒体在线时间之争愈演愈烈？著名网络教育专家、《明镜周刊》畅销书作家莱奥妮·卢茨联袂知名性教育专家玛蕾克·布雷德，专门针对青春期与媒体使用时长问题，为家长和青少年提供深度认知与建设性解决方案，助力共同度过这段充满挑战的成长时期。

* 面向“数字原住民”一代家长的实用养育指南

当今青少年所经历的青春期与过去大相径庭，社交媒体、色情内容、电子游戏成瘾等问题层出不穷，本书为家长提供全面理解与应对新型青春期挑战的思路与工具。

* “陪伴式教育”与“数字素养”结合的先行者之作

继畅销书《陪伴而不是禁止（Begleiten statt verbieten）》后，数字专家莱奥妮·卢茨与性教育专家玛蕾克·布雷德强强联手，首次系统将“青春期”与“媒介使用”结合讨论，填补家庭教育空白。

* 极具实操性的家庭冲突“急救手册”

针对家长普遍困扰的问题（如：看不懂孩子沉迷游戏、性知识从网络得来、家庭矛盾激化等），提供具体应对策略、谈话技巧、危机干预方法，帮助父母冷静有效陪伴孩子。

* 结合前沿专家观点，专业权威，视角前瞻

书中汇集多位专家的访谈与实用建议，涵盖游戏沉迷、成瘾行为、焦虑、青少年性教育等关键议题，为父母提供可信、科学、可落地的养育建议。

* 作者具有广泛影响力与深厚媒体背景

作者Leonie Lutz是数字教育知名倡导者，其家庭教育平台拥有大量用户；她的前作已登上《明镜》畅销榜，并长期活跃于DAK健康与德国校园成功法则等公益平台，具备良好的媒体曝光基础与公信力。

**作者简介：**

**莱奥妮·卢茨（Leonie Lutz）**，编辑、社交媒体专家。其《明镜周刊》畅销书《引导而非禁止》于2022年出版，并开设在线育儿课程。Instagram账号@kinderdigitalbegleiten粉丝超33,000名。欢迎访问作者主页：

https://kinderdigitalbegleiten.coachy.net/lp/leonielutz

**玛蕾克·布雷德（Mareike Brede）**，于基尔大学主修教育学与社会学，专攻性教育方向。毕业后曾任职于咨询机构，在学校和托儿所开展讲座。现工作重心是为父母提供青春期及其性教育相关指导。Instagram账号@die.mamareiken粉丝逾96,000人。

**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/%22%20%5Ct%20%22_blank)

书目下载：[http://www.nurnberg.com.cn/booklist\_zh/list.aspx](http://www.nurnberg.com.cn/booklist_zh/list.aspx%22%20%5Ct%20%22_blank)

书讯浏览：[http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx](http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx%22%20%5Ct%20%22_blank)

视频推荐：[http://www.nurnberg.com.cn/video/video.aspx](http://www.nurnberg.com.cn/video/video.aspx%22%20%5Ct%20%22_blank)

豆瓣小站：[http://site.douban.com/110577/](http://site.douban.com/110577/%22%20%5Ct%20%22_blank)

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" \t "_blank)

微信订阅号：ANABJ2002

