**新 书 推 荐**

**中文书名：****《大学成长指南：校园心理健康浮沉录》**

**英文书名：HOW TO THRIVE AT COLLEGE: A Guide to the Ups and Downs of Mental Health on Campus**

**作 者：Mathilde Ross, MD**

**出 版 社：Diversion Books**

**代理公司：DeFiore/ANA/Jessica**

**页 数：288页**

**出版时间：2026年4月**

**代理地区：中国大陆、台湾**

**审读资料：电子稿**

**类 型：心灵励志**

**内容简介：**

一位大学精神科医生为学生与家庭提供识别、应对及预防大学常见心理困境的知识、技能与信心。

马蒂尔德·罗斯博士通过《纽约时报》专栏文章中以接地气的视角、赋能式信息与睿智幽默征服了众多家长。在《大学成长指南》中，她浓缩二十年校园心理健康工作经验，澄清公众对大学心理健康的认知迷雾。

通过邀请读者走进她在波士顿大学的诊室——陪伴学生经历一整年的咨询历程，本书将：

* 揭示影响年轻人心理健康的潜在力量（有些显而易见，有些隐而不显，有些令人捧腹，多数被媒体忽视）
* 重塑正确育儿观家长的信心：若你已尽责养育十八载，终将见证成年子女从容应对人生风雨
* 推动公共讨论朝向更有益方向：通过增进理解与提供务实方案，而非煽动焦虑

大学是学习与成长成人的黄金时期。《大学成长指南》将成为开启"人生最美四年"的学子与家中忧心父母常备的智慧指南。

**作者简介：**

**马蒂尔德·罗斯博士（Mathilde Ross, MD）**曾求学于哈佛大学、哥伦比亚大学及加州大学旧金山分校，以制作节日糖果见长却执教足球平平。与结缡二十六载的丈夫、三个假装与她毫无血缘的青少年、一只假装与她亲密无间的澳牧共同生活，2008年加入波士顿大学心理咨询中心。

**媒体评价：**

“《大学成长指南》必将引发大学心理健康讨论的必要变革。这就是同事们眼中的罗斯博士——在休息室翘脚闲聊，耳后别着铅笔，讲述引人共鸣的故事，让人甘愿为倾听而迟到下一场会议。”

——波士顿大学学生健康服务首席医疗官，朱蒂·T·普拉特博士

“充满创见与清新视角，对即将入学或遭遇困境的学子，以及一路支持他们的成年人而言，都是无价读物。”

——波士顿大学学生健康服务精神科副主任，莎伦·雅各布斯博士

**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

