NEW 新書報到

成功者的特質在於擁有「自驅力／自律」和「正確有效的學習法／學習力」，這兩大關鍵正是《自律學習力》的核心！每個人都可以做到「自律學習力」，跟著嘉嘉老師的「七大步驟＋策略表格」，將從心法到方法，全面建構最好版本的自己。

本書將依據七大步驟，幫您打造成功的學習模式：

第一步驟：從零開始建立自律學習力

第二步驟：?動自律學習力的關鍵思考

第三步驟：目標｜選擇比努力重要，設定目標與行動計畫

第四步驟：專注｜學習精力管理，訓練深度專注力

第五步驟：效率｜提高學習效率，成為自己的學習策略專家

第六步驟：成功｜情緒決定一切，建立正向穩定的情緒系統

第七步驟：學習路也是人生路：從懂事到奮發向上

首次公開的機智學霸生活，超乎想像的有趣、熱血！讓建北學霸成為你的陪跑員，化解焦慮，勇氣向前！

原來，學霸生活跟我們想的不一樣！

在象徵菁英的制服下，18歲的他們跟所有學生一樣，喜歡電動、醉心社團、衝刺期要花8小時讀書！其實，會念書、很自律，就像是天生飛毛腿一樣，是種天賦。聰明人≠沒挫折，沒有人可以拿著滿分成績單，向老天討幸福！看這群學霸如何保持樂觀，善用天賦，執行學習計劃；發揮網路世代的優勢，將興趣與個人特質變成升學助力；就算課業壓力山大，依然可以又瘋又鬧享受校園生活；如何用成熟又負責的態度，走出高中校園後依然無懼前行。

在這裡，你的眼淚會被收納，你的煩惱會獲得理解。在這裡，是世界僅存的安全之地。在這裡，可以讓你的願望成真……

對國中生活充滿期待的「小心」安西心，才過了一個月就感到徹底絕望，因為她受到班上同學真田美織的欺負，但更讓她心寒的是，原本無話不說的好友小萌竟然也加入了排擠她的行列。恐懼與不安緊緊糾纏著小心，只要一想到上學，她就渾身不對勁。小心開始足不出戶，將「心」封閉在自己的房間裡。

直到那一天，房間的大鏡子突然放射出七彩光芒，小心好奇地伸手一摸，整個人就被吸了進去！鏡子的彼端聳立著一座孤獨的城堡，小心不敢相信自己的眼睛，以為一切是在作夢，此時一位戴著狼面具的女孩乍然出現「安西心同學！恭喜妳被選為這座城堡的特別嘉賓！」

「這是哪裡？」「為什麼她會知道我的名字？」小心還來不及回神，城堡少女不疾不徐地向大家宣布：這裡藏著一把鑰匙，找出來的那個生人，就可以實現自己的願望……

牽繫著現在、過去，與未來，鈴芽的關門之旅　就此展開——

從遇見尋找著「門」的青年那一刻起，踏上不可思議的神祕旅程。

十七歲的少女鈴芽和阿姨住在九州靜謐的海港城鎮。某天上學途中，鈴芽與一名俊美的青年擦身而過。想要前往「廢墟」的青年，說著他在「尋找門」。鈴芽追著他，來到了山中的廢墟，在那裡的只有一扇陳舊的白門，彷彿遭逢崩壞，而被獨自遺留下來。

彷彿被某種東西吸引般，鈴芽朝著門伸出手——

熱血書室