

班級	216
填報同學座號	35
填報同學姓名	鄭欣佑
班級讀書會舉辦方式	拼書會(同學帶一本自己認為最值得推薦的書來交流)
讀書會流程與活動說明	13:00-13:10 整理討論 13:10-13:50 討論書 13:50-14:40 各組發表 14:40-14:50 投票頒獎
同學推薦書籍當中，最令人印象深刻的5本書	Adan grant 《逆思維》 仲谷鳩 《終將成為你》 植西聰 《遺忘的勇氣》 James Clear 《原子習慣》
請從書中摘錄3句名言佳句或精彩段落	《遺忘的勇氣》:「只有放下執念，才能贏得徹底」 《逆思維》:「真正的「知道」，就是承認」 《原子習慣》:「每天都進步1%，一年後，你會進步37倍；你的一點小改變、一個好習慣，將會產生複利效應，如滾雪球般，為你帶來豐碩的人生成果！」
問題討論(一)	已經過去的過去早已消逝，存在的只有現在這一刻。想要幸福？還是繼續負面的情緒？
問題討論(二)	若想要突破自我限制，就必須建立「科學家」的「逆思維」，打破成規，大膽反思。不同於信仰堅定的「牧師」，或是巧舌如簧的「政客」，「科學家」不會讓自己的想法成為意識形態，也不會妄下定論，而是會讓問題帶領我們前進，關鍵不在於誰對誰錯，而是明白自己的欠缺與不足。
問題討論(三)	雖然知道習慣很重要，但你經常為了自己的壞習慣苦惱，想要戒除卻力不從心？或者，你想養成好習慣，卻老是半途而廢？其實，問題不在你身上，而是你遵循的行為改變系統出了問題！
贈書卡獲獎人姓名	組長鄭祖亦
贈書卡獲獎的原因	該組演講最生動，獲得最多票

班級讀書會活動照片上傳



書籍介紹與發表的形式 當組長的可以拿到贈書卷，以此激勵同學踴躍發表