

班級	103
填報同學座號	31
填報同學姓名	蔡豪祐
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 準備 13:10~13:25 小組討論 13:25~14:20 上台小組報告 14:20~14:50 討論議題 14:50~14:55 收尾
同學推薦書籍當中，最令人印象深刻的5本書	白先勇《大臺北》 吉姆·莫瑞《我生命的最後一天 一個人的探索與療癒之旅》 力克·胡哲《人生不設限》 張文亮《電學之父：法拉第的故事》 林秋雲《有禮貌的亮亮》
請從書中摘錄3句名言佳句或精彩段落	《第八位偵探》：「說謊是這樣的，一旦開始就無法停止，無論謊言帶你到哪裡，你都只能跟隨……」 《人生不設限》：「你會失敗，因為你是人類；你會跌倒，因為道路崎嶇。但你要知道，失敗也是生命禮物的一部份，所以要把它們利用到極致。」 《羅生門》：「欲成事必能成之，能成之事必成之。」
問題討論（一）	Q: 當遭遇到感情失利時會如何解決？ A: 感情失利是一種挑戰，也是成長的機會。以下是我們討論出來的作法： 1. 允許自己感受情緒，不要壓抑或否認它們。這是治癒的第一步。 2. 和親密的朋友、家人或專業心理輔導師分享你的感受。分享可以幫助自己釋放情緒，並獲得支持和建議。 3. 花時間照顧自己，包括健康飲食、運動、睡眠和放鬆的活動。這些可以幫助人保持身心健康。 4. 回顧失敗的關係，從中學習，看看可以從中汲取的教訓，以幫助未來的感情發展。 5. 給自己時間來復原，不要急於投入新的感情關係。這是重建自己內在平衡的重要時期。 每個人面對感情失利的方式都不同，但重要的是去尋找適合自己的方式來處理和復原。
問題討論（二）	Q: 當生命只剩最後一天，你會想做什麼？ A: 如果只剩最後一天的話，我會與親朋好友共度時間，和家人、朋友在一起，表達愛和感激之情，分享美好時光。實現夢想或願望，嘗試實現自己一直想做的事情，或完成未完成的夢想。回顧人生，反思過去的經驗和教訓，並對未來無悔的離開。感謝生命中的一切，並放下過去的遺憾或怨恨。享受當下，全心投入，盡情享受最後一天的每一刻，感受生命的美好和珍貴。
問題討論（三）	Q: 人生的意義何在？該如何去探討自己的價值？ A: 人生的意義是一個個人深思熟慮、思索和追求的議題。對於每個人來說，這個意義是獨特而深刻的。 我們也許可以花時間獨處，深入反思你的生活和選擇。問問自己什麼讓你感到

快樂、充實和滿足？什麼樣的事情讓你感到有意義？確定你的生活目標和價值觀。這可以是個人成長、家庭、事業、社區參與或其他領域。這些目標反映了你內在最重要的價值。從生活中的經驗中學習。過去的成功和失敗都能幫助你更好地了解自己的價值觀和人生意義。與親朋好友或專業人士討論。透過與他人的交流，可以得到不同的觀點和想法，幫助你更清楚地了解自己。探索自己的興趣和熱情。追求那些讓你感到有意義和滿足的事情，這有助於你更清楚地定義自己的價值觀。探討人生的意義是一個持續的過程，隨著時間的推移，人的價值觀和人生意義也可能會發生變化。透過不斷的反思和探索，你會更了解自己，並找到生活中的真正意義。

贈書卡獲獎人姓名

吳宇軒

贈書卡獲獎的原因

他簡潔迅速的介紹了一本書的主旨與內容，並獲得同學們的熱烈反應與共鳴，為大家最有印象的介紹書籍者。

班級讀書會活動照片
上傳













書籍介紹與發表的形式

上台發表，介紹自己推薦的書