

高英高級工商職業學校 102 學年度第 1 學期三年級閱讀活動心得報告

班 級	廣設 3-2	學生姓名	郭芷吟		
研讀書名	脾氣沒了,福氣來了	書籍作者	林慶昭		
出版單位	哈林文化出版公司	出版年月	2010 年 07 月 10 日	版次	初版
班級導師	王雪蓮老師	國文老師	蔡慧美老師		

心 得 報 告 內 容

人與人之間,難免發生不愉快的爭吵,有時根本沒什麼大不了,偏偏有些人喜歡堅持己見,非弄到兩敗俱傷不可。如果你看不慣別人的無禮,就該時時躬自反省,問自己到底做到了多少?

作家吉布倫說:「待人親切溫和,並不表示軟弱與沒有信心,而是力量與果斷的標誌。」多一分禮貌,就多一分和諧,這樣,相處起來必然和和氣氣,還會減少不必要的摩擦和衝突。有理走遍天下,無禮寸步難行。別忘了把微笑掛在臉上,保證讓你人見人愛,成為最迷人和最受歡迎的人物,因為禮貌,讓你更迷人更有魅力。

很多爭端的源起,不在發生什麼事,而是我們的情緒反應以及個人對事情的解讀。如果一個人覺得原則或面子很重要,只要踩到地雷區,自然就是「轟」地一聲,爆炸!別問他堅持的「原則」或「面子」是什麼,反正老子就是這麼認為;當然,我們不必「長他人志氣,滅自己威風」,但也不能自視甚高而瞧不起人,尤其當對方真的比自己優秀的時候,絕對不能視而不見,反而要虛心檢討自己不如別人的地方。有人說「學習改進,從別人身上了解自己」,我倒認為:人應該從了解自己後,設身處地去寬恕別人。

如果可以開開心心地過每一天,有什麼不好呢?開心也是過一天,不開心也是過一天啊!有些人遇到事情就整天悶悶不樂。依我開朗的個性,我一定會受不了。就算我遇到挫折,也是中午睡一覺之後就放下了,下午又是開開心心過生活。

脾氣到底是什麼?!我以前的老師說:一個人發脾氣時,就是短暫的發瘋;生氣瞪人就是眼睛中風。為何不能深呼吸一下,舒緩情緒再來解決眼前所發生的事物呢?而且,常生氣對女生不好,會橫生一堆皺紋,看起來就很滄桑的樣子。所以不要常生氣,用笑臉面對事物,日子才會過得既充實又快樂唷!