

高英高級工商職業學校 102 學年度第 1 學期班級讀書會

閱讀心得報告

班 級	資處 2-2	學生姓名	陳萱柔		
研讀書名	親愛的公主，妳是值得被珍惜的！	書籍作者	張蒙恩		
出版單位	格子外面文化事業有限公司	出版年月	20011 年 03 月 01 日	版次	初版
班級導師	盧沛明老師	國文老師	吳涵潔老師		

心 得 報 告 內 容

一、圖書作者與內容簡介：

我們每一個女生都是特別的獨一無二的，只要相信自己是一個公主並先學會愛自己、珍惜自己和建立自信，都是值得被珍惜、值得被愛、值得擁有一個屬於自己的王子，雖然在戀愛的路上，會有很多的起起伏伏，作者也列出了在愛情這條路上會遇到的所有問題，在愛情中我們會哭會笑也會憤怒，他教我們怎麼從每一件事情去面對與學習，怎麼樣才能使傷害降到最低，怎麼當一個有智慧的公主，當我們能一步步努力地克服這些困難，幸福就不會很遠了！

二、內容摘錄：

在受害者的掙扎中，我掉入了地獄；但在天賦的愛與接納中，我的心終於找到了家！
〈p. 243〉

在垃圾筒中所能找到的，幾乎都是垃圾；在分手中時能聽到的原因，大多也只能使妳更不健康罷了 〈p. 214〉

親愛的公主，憤恨在哪裡，監牢就在那裡；寬恕在哪裡，自由就在那裡！饒恕他，釋放自己吧！ 〈p. 240〉

三、我的觀點：

在現在的社會中，有許多年輕人根本不懂得什麼是愛，只是為了想要有個男朋友或女朋友而在一起，沒有做好功課就急著談感情，反而出現了許多問題而在愛情裡迷失了自我，而作者向我們分享了這本書，這是一本父親寫給女兒的書，作者將自己比喻做「帥爸爸」，而身

為讀者的我，當然就是他的「公主女兒」，他教了我學校裡不會教的戀愛課程，書裡仔細的講述每一個戀愛過程，就像是叮嚀著自己的女兒，希望我們能珍惜著自己，在未來的感情路上能夠不受到很大的傷害，我想這是一本充滿真正「愛」的書。

「幸福，從相信妳是公主開始...」，出現在封面的短短幾個字就讓我有深深的感觸了，如果自己都沒有自信，怎麼能去吸引到別人的注意？如果自己都不愛惜自己，怎麼會有人想珍惜妳？如果不相信自己是個獨一無二的公主，又怎麼能遇見屬於自己的王子而得到幸福呢？

最讓我印象深刻的章節就是「關於分手」，對我來說，從極獨痛苦的深淵到最後能夠釋懷所有不快樂，從「心」面對新生活是一條很困難的過程，那時的我變得很沒自信變得不愛自己，常常把自己關在房裡面哭，因為內心有太多的不甘心又或是不想面對事實，所以「釋懷」跟「放手」是我最難去做到的，有時心裡還會出現很多的怨恨，也跟家人慢慢地疏遠了，一直把自己困在這黑暗的空間，逐漸的我也不再相信愛，但看完了這本書讓我有很大改變，作者在書裡提到他心中曾經也有許多的恨，他曾經也被痛苦困住，但他最後選擇了「饒恕」，他說：「選擇了饒恕是為能讓自己恢復自由」，看到這我也才漸漸地明白，以前的我太悲觀去想任何事情，原來自己一直遲遲無法邁向快樂新生活都是自己給了自己太多的痛苦，所以我也在學習著「饒恕」，慢慢地我發現自己比以前更快樂了，跟家人的關係也變好了，我不會再一直想著過去不愉快的回憶，我逐漸地恢復自信並且相信這個世界上還有愛存在！

看完這本書真的讓我學習到了很多，作者分享了很多他的經驗，他告訴我們當愛情來臨時會發生哪些事，而我們又該做些什麼，當這份愛情經不起考驗的倒塌了，我們會遇到什麼問題，又該怎麼勇敢的走出，他告訴我們不管我們受到了多少傷，曾經有多麼的不被珍惜，不管我們變得如何，都要相信還有一個帥爸爸是愛著我們的，要有自信懂得愛惜自己並且相信自己是個獨一無二的公主，果可以我想和全世界的女孩分享這本書，作者在書裡講了很多像是「妳可以因為要幸福而分手；但不要因為害怕分手而失去幸福」、「幸福不是因為完美，而是珍惜彼此的結果」.....等道理，改變了原本我對愛情的心態與價值觀，現在的我很愛自己也相信自己能夠邁向最終的幸福。

四、討論議題：

只要愛情中的兩人都很珍惜彼此，就能排除所有困難走向最後的幸福嗎？