



臺灣學術電子書暨資料庫聯盟

Taiwan Academic E-Book & Database Consortium

109年度跨校電子書推廣活動

【e起Fun心讀·數碼保平安】

活動成果

編號	書名	閱讀感想或啟發
16	黑暗中的真相:挑戰推理能力的50個偵探故事	這本書內容有趣又能讓人去思考，在閱讀的過程中，一邊欣賞故事的內容，一邊去思考如何找出隱藏在其中的謎題答案，運用故事中提供的線索，去做分析、推理，進而找出合理的答案，每一個篇章的難度是慢慢的提升，從一開始的簡單的故事推理，一直到後面較困難的邏輯思考，整個閱讀的過程中，可以慢慢去跟隨故事思考，享受智力的漫步，與一般的偵探小說不同，此本書篇幅沒有很長，可以每個小故事分開欣賞閱讀，就算對偵探小說沒興趣的也可以來讀讀看，有趣又能訓練邏輯思考，滿不錯的一本書。
19	劉墉生活Cafe:8分鐘打造自我大未來	我看的部分是以年輕人該不該吃苦為題，我認為年輕人吃苦是為了能夠培養未來遇到困難或挑戰時的應對態度及能力。「不經一番寒徹骨，怎得梅花撲鼻香」亦或是「吃得苦中苦，方為人上人」，都告訴是人們，若是經歷過一些苦，便會嚐到甜美的果實。書裡我最喜歡的一句話是：「這就是人生。沒有人能替代！就算辛苦，也得自己去品嚐。」，讓我非常地有感觸，有些事情自己無法直接跳過，就像在地形艱困的地方，無法使用任何交通工具，只能靠自己的雙腳必須一步一步的走，雖然艱辛，但最後也會有所成就。
23	泰戈爾詩集	詩集是一個對於大多數人陌生而又熟悉的文學，在現今這個時代人人都可以順口來一句王之渙的登鸛雀樓「白日依山盡，黃河入海流。欲窮千里目，更上一層樓。」，然而又有多少人能感受到詩詞之美呢？ 本次會選擇此電子書為閱讀標的是因為在這個快速的時代，我想用一顆緩慢、細膩的心去慢慢解讀蘊含在文字中那纖細的情感。 這本書中，我最感到有氛圍的詩詞是位於本書第11頁第8小節的詩詞「你看不見你的真相，你所看見的，只是你的影子」，到底什麼是影子，是我們的缺點或者陰暗面嗎？真相又是什麼呢？我想每個人都有自己的想法，這很值得細細品味。



編號	書名	閱讀感想或啟發
24	Drug delivery systems	<p>藥物輸送系統的進步，對於疾病的治療會有很大的幫助，除了傳統的口服藥物經由腸胃道運送藥物外，隨著運送系統的改善，由鼻腔經由肺部給藥已經是經由腸胃道運送藥品的另一種途徑。</p> <p>我想藥物輸送系統之進步對於癌症病患使用標靶治療，是一大福音，能更精準的把藥物送到病灶，一舉將罹患癌症壞細胞一網打盡，對於患者是很好的消息。</p> <p>加入臺灣學術電子書聯盟後，查詢資料更方便了，對於進行研究的進行，或是研究專題的文獻找尋，真的方便很多。</p>
29	反派的力量:影史經典反派人物, 有你避不開的自己	<p>在許多影視作品裡，我常常喜歡裡頭的反派勝於主角，或許是裡頭的反派那令人特別著迷的個性魅力，也或許是反派那與主角相比起更讓人心疼的悲慘過去，也就是因為如此，在第一眼看到這本書的書名後便深深吸引了我去觀看，書裡列舉許多知名影劇的反派角色，由於我十分喜歡看電影，因此裡面舉出許多的反派我都認識，在看的過程也會因作者的解讀而有更深體會，那些當時在看這部劇時的心情也會有種重新回味的感覺，也因為作者的獨特見解與分析讓人對每個反派都有更深或是重新的了解。</p>
31	史上最讚的韓語速成班[有聲書]	<p>一直以來都對語言學習有興趣，受到韓流文化影響後更是決定自學韓文。在這網路資訊發達的時代，上網一搜尋便有許多學習資源可以使用，而這次使用電子書平台借閱了《史上最讚的韓語速成班〔有聲書〕》，內容循序漸進，從基礎語法句型、情境會話、必備單字，甚至是朗讀MP3等，都能讓讀者慢慢理解吸收，初級的聽、說、讀、寫都能有些基礎。</p> <p>當然，若要進行更深的學習光這一本還不夠，只是這本書我認為對初學者是一本滿不錯的語言學習書，有利於奠定韓文基礎，我自己在閱讀完這本書後也覺得更有動力深入學習韓文了。</p>



編號	書名	閱讀感想或啟發
35	領導者不要命令:激發成長,獨創性和協作能力	<p>本書看完後可以知道,領導力跟影響力是互相牽引的,因為有擔任過系會會長,讀完這本書讓我更有感觸,藉由此本書讓我了解好的領導者會影響者團體的,不論是團體的心態、想法,人不能或缺的就是團體,但或許我們不是永遠能成為領導者,可是我們都應該學習影響力是多麼重要,你的想法、你的心態,常常會影響到團體的思維,我想這就是所謂平常就要訓練好領導力,而領導力不是擔任才學習,在還沒擔任前就該訓練的,而且領導人其實就像書名所說的沒有命令的,能成為領導都是需要更好的溝通力,透過這本書,讓我更懂要怎麼跟團體溝通,學會說話的藝術,另外也謝謝臺灣學術電子書,讓我能有機會借線上的電子書。</p>
41	金色證書 [有聲書]:新制 TOEIC單字聽力大全	<p>本書是為了準備多益而看的,因為我的單字基礎不紮實,單字量不足,看本書真的幫助我很多,書裡面整理的單字都是常考的單字,還分別設有不同的星等,讓我可以清楚的了解的每個單字的重要程度,準備起來就可以先念單字星等高的先背完,再去把星等低的單字看過一次,這本書不像其他參考書,書裡的單字會標註字根字首字尾,了解其意義後,可以快速背大量的單字,還有精選的例句讓我可以學習單字的運用,最重要的是它還附有mp3可以聽音檔,讓我準備單字的同時也可以提升英語的能力。</p>
53	生活妙招偷吃步	<p>這本書也太神奇了吧,各種我們想不到的知識,有物理性質,也有化學性質,這本書的作者應該是科學家吧,為什麼他什麼東西都知道,看完這本書後,我發現這些小知識真的非常的重要,無論是省錢,還是日常生活,都可以改變自己的生活規劃,我相信最令人頭痛的問題一定是衣服沾到血跡或是泥土改如何解決的問題,其實解決方式真的很簡單,只要利用一些化學成分就可以把衣服的血跡輕鬆洗掉,這本書,我回家也一定會拿給媽媽看,因為這本書真的太厲害了!</p>



編號	書名	閱讀感想或啟發
61	改變一生的健康習慣	<p>在《改變一生的健康習慣》的電子書中，提到很多顛覆我過去對健康資訊的小常識，例如：在14章節-改掉飯後壞習慣，提到飯後立即刷牙是錯誤的，我才驚覺自己勤快刷牙，卻有蛀牙的困擾，原來是錯誤刷牙習慣造成的。在22章節-飲酒助眠不可取，發現睡前小酌利於睡眠品質的偏方是錯誤的。26章節-伏案午睡無益健康，得知我的伏案午休習慣是不正確的，而且有害健康。但很幸運能透過圖書資源共享服務平台以及臺灣學術電子書暨資料庫聯盟-109年度跨校推廣活動，讓我找到這本提供正確健康習慣的好書，謝謝。</p>
62	研究生完全求生手冊	<p>彭教授用很有條理的方式，言簡意賅寫出研究生每個階段任務，讓剛邁入一個新階段的研究生不會手足無措，也少了一點對於新生活的不安感。一開始就寫明碩士生到底是要培養什麼樣的能力與如何培養，從找指導教授開始該注意什麼事情以及指導教授能怎麼幫助研究生，研究工作該怎麼進行、文獻回顧要怎麼系統性回顧等等，整篇論文寫作中需要注意的事項都整理在這本書內，每章節也都有最精華的重點整理，若是能與同儕一起精讀此書，相信對寫論文、完成碩士學位是非常有幫助的！</p>
63	會計學	<p>這本陳永煌老師所編的會計學書，之前曾聽任課老師推薦過，這次閱讀內容後，觀念的引導和題目是以循序漸進的方式，可加強印象，在我們考試前，有效整理觀念，提升讀書效率，書中有些提到的概念，我在讀會計時，常會忽略或遺忘，電子書可以更利用時間，隨時都可翻閱，多增加複習的次數，覺得此書由淺入深的順序很好，基礎的理論和簡短的敘述，使我們讀者在考國營事業前的考試，短時間內掌握重點整理和應用，增強自己觀念不足的地方。</p>



編號	書名	閱讀感想或啟發
84	你的思考方向決定了你解決問題的方法:用思考擊敗你所有の難題	透過讀這本書，我深深的領悟到我們思考問題的方式或者說我們想問題的高度，往往會決定我們方向、解決問題的效率和有效性。在生活中的體驗中就很常經歷過當不同人遇到同一件事情的處理方式完全不同，我們要學的並不是解決問題的具體方法，這涉及不同環境下的不同情況，往往不會存在那種普適的方法，而是如何培養我們解決問題的能力，為的是轉換思考問題的方式，形成我們自己的思維方式，從而幫助解決大多數問題。在讀完這本書後，在開始轉換我的思考的角度，發現很多以前覺得天塌下來的事情，也沒那麼嚴重了。
94	命運咖啡館	這個活動對我有很大的幫助。一直都很想試試看閱讀電子書，我覺得這是個很好的契機。我熱愛閱讀，學校有這麼棒的電子書資源實在是太棒了！我想今後我會好好運用學校電子書的資源。也謝謝你們舉辦這個活動，讓我正式初次地接觸了電子書。我很喜歡參加圖書館辦的活動，除了有很棒的獎品可以拿之外，還能學習使用圖書館的資源，抽獎品的同時也可以充實自己，真好！最近手機滑得很頻繁，是時候找回閱讀的習慣了。和銘傳圖書館一起看書，找回對閱讀的熱情吧！
146	按下快門前的60項修煉:胡毓豪攝影心法	如果說上次借閱的電子書是偏向軟體修圖技巧，那這本書就是偏向構圖技巧。在接觸攝影前後我們都會習慣去觀察別人如何拍出這張照片，甚至會去模仿他人的拍攝角度。人都是從模仿開始學習的，即使如此，我們不能一味的模仿他人，因此才要創造出自己獨一無二的拍攝風格。此本書除了構圖技巧外還有介紹到器材的使用、風格及光線的運用等。攝影風格這一塊我還在摸索，因此我截圖的那一頁碼正好是關於風格的敘述，覺得看了後有稍微知道該如何去實踐。這次借的幾本關於攝影方面的書都蠻推薦給攝影入門者學習，身邊朋友有需要我也會推薦給他們閱讀，好書就應該要被大家知道。



編號	書名	閱讀感想或啟發
153	Deep work深度工作力	<p>在現在通訊發達的年代生活，很多時候工作會被不停的打斷，然後再重新回想上次進度才能再著手進行，這一來一回總是浪費很多時間。</p> <p>我很喜歡這本書《Deep work深度工作力:淺薄時代,個人成功的關鍵能力》中推薦的工作模式，找到自己可以專注工作的時間帶，然後全神貫注的衝刺工作，那種感覺我想很像是，衝刺百米抵達終點的快感吧！但在目前的時空下，很多事情都講求即時回覆，如果訊息拖個一兩小時，就會被貼上工作效率差的標籤，實在很不公平，其實每個人習慣的工作狀態不同，老是在回答別人的問題，一直打亂自己的工作節奏。</p> <p>我覺得，現在我可以從這本書學到並實踐的，應該是給自己來個「啟動儀式」，至少可以在儀式後，我會有一段時間是很專注且避免外界干擾，認認真真的寫文案，或者處理複雜的核銷問題，而我為這狀態想到最佳的理由是「會議中」，除非天塌下來，任何公務事情都晚點回覆！我發現這樣的工作方式，其實提高效率很多，做起事情來順心許多。</p>
155	說話心理學	<p>看完此書之後，我發現“說話”真的是一門藝術。說話也許會帶給對方力量，但同時也有可能帶給別人傷害，所以每次開口都需要謹慎。在實際演練之後，我意外地察覺到生活中人與人之間小細節的變化，其實都包涵著智慧的運用，也從中發覺到自己的不足與可以增進的空間。像是...我有一位朋友，她非常地不自信，時常鬱鬱寡歡，心情起起伏伏，有時卻又好像沒事了一樣，作為朋友很想要給她一點動力。我知道“加油”這2個字有時是敷衍，且說明她正處於低谷中的意味，所以我反而使用一些故事來激勵她向前邁進，所有成功背後都是艱辛的背影，沒有人一直都在天上翱翔，有時會墜落，所以失敗並不可恥，我們要學會重新定義自我，再一次的朝光明前行。</p>



編號	書名	閱讀感想或啟發
183	極限野外生存知識	<p>最近看了許多野外求生的影集，以及不同youtuber去挑戰野外求生的一些影片，好像點燃了我對野外求生的熱情，實在想躍躍欲試，但也因看太多求生影片的關係，所以看到了有經驗、無經驗以及有求生知識、無求生知識，在野外求生的處境是大不同的，才促使我來看此書，裡頭深入淺出的帶出了許多野外求生必備知識，如在荒郊野嶺如何辨別方位、在叢林中如何尋找食物、如何生火、如何急救等都有很清楚的解釋，且又有範例、小故事讓人可以很輕易地進入作者所要描繪的叢林圖像，更能身歷其境的體會到野外求生應該注意的事項，所以我覺得《極限野外生存知識》這本書是一本很適合想嘗試野外求生的新手在出發前可以閱讀的「行前須知」。</p>
201	飯局裡的錢途:12招潛規則吃出職場一片天	<p>今年我正式跨出學生身分，找了一份實習，深刻感受到職場上不能總是一人單打獨鬥，做任何事都需要人脈。職場關係的維繫真的相當不容易。原先不太懂經營公司人脈、不懂跟主管去飯局時注意事項的我，在閱讀完這本書後，讓我學到非常多小技巧，從服裝打扮、話題開啟到餐桌禮儀。雖然在飯局中大家往往是冠冕堂皇，但我非常認同作者所說，只有大家在化解尷尬溝通上舒暢輕鬆，才能讓雙方有一個良好的溝通平台。書中教授的小技巧，我認為也可以運用在其他的社交場合，不只是飯局，極力推薦此書！</p>



編號	書名	閱讀感想或啟發
205	少爺	<p>非常欣賞作者夏目漱石在描繪人性、世間醜陋百態的文筆。少爺的一路歷程，看見人生的無奈與不甘，但在閱讀中不自覺又會揚起嘴角。書中有句話非常有趣，『社會上絕大多數的人彷彿都在鼓勵學壞，他們似乎相信，不學壞就無法在社會上成功。偶爾發現正直而純潔的人，就對其吹毛求疵，還蔑稱人家「哥兒」或「少爺」。』現在的年輕人常會被批判不識世道，但我可以在他們身上看見與上一輩不同的人生態度。身為老師我期待透過教育能持續引導莘莘學子，不論到了幾歲都能為人正直，永保善良本性。</p>
225	日本回遊:食+宿+遊+買+逛,日本旅遊回頭客私藏的60個定番提案,關東篇	<p>藉由這本書，能夠讓想要去日本遊玩的人提前做功課，內容包含食、住、遊等，相當的多元，出門旅遊一定最怕的就是踩雷，或者是完全不知道要去哪裡，作者用經驗提出了許多景點與玩法，讓讀者們參考，行前可以先看這本書來規劃自己的旅行，裡面有一些攻略，也可以讓第一次去的人不會茫然。</p> <p>書本內容圖片也很豐富，可以讓不能出國的人經過這本書瞭解日本美麗的景點。甚至有可能有人會因為看了這本書而對日本產生興趣，我雖然沒去過日本，但從小其實一直想去一次，看了這本旅遊書之後越來越期待未來的日本之旅。</p>
235	上大學一定要知道的10件事:是你上了大學,還是大學上了你	<p>文章的口吻親切有趣，每一句話都帶給我許多啟發，作者以自身讀大學的經歷帶領讀者，探討許多身為大學生的我們所不了解的問題，推翻了許多我們以為的定論，用幽默的文字讓整本書讀起來饒富趣味，從愛情到學業，從入學到畢業，多方面的剖析精闢且又有趣，每段內容都會特別用粗體字標出許多讓人感同身受的言語，像是「我們習慣把上學等同於讀書，其實二者相差十萬八千里，上學大家都會，讀書卻未必各個都能掌握其中之要領」，這句話真的是寫出許多學生的心聲，讀完整本書後我對於大學生活更加了解，也明白了人生的方向。</p>



編號	書名	閱讀感想或啟發
248	黑道想學白道在用的最強溝通術:讓你30秒就能打破僵局	<p>我對於溝通表達主題類的書籍產生興趣，是因為業務性質的工作所需，因為我目前半工半讀的工作職務就是業務員，常常需要拜訪陌生客戶，而且不管是對內在公司或者對外在客戶那邊，我大多數溝通對象的年紀、經驗和知識都比我資深和豐富，因此我常常覺得自己不知道該怎樣表達好自己的想法，或者提出雙方都認可的方案來說服對方。</p> <p>我覺得這本書厲害的地方在於作者的觀點是先破除大部分人以為「說話＝溝通」這件事，後者其實更重要的是「是否達成你溝通背後的主要目標」，不管是想說服他人相信自己、鼓舞他人去行動，又或者想讓對方理解自己的感受和想法，而能夠達成這些目標的溝通才算是好溝通。因此我發現並不是人人都懂得溝通，它是需要長時間練習和培養才有辦法學會的技巧，若希望在職場工作有好的表現，或想在日常生活的人際往來過的更加順暢的話，就一定要好好學會溝通術。</p>
255	別讓情緒待在憂慮裡:快速擺脫憂慮,重拾好情緒的方法	<p>這本書與我最近在學校上的通識課非常相關，最近在學校上的情緒與壓力管理，教導我們要如何面對情緒與壓力，並非排除它們，而是與之相處，將負面的能量轉化為動力，像是我自己很容易因為焦慮而陷入情緒迴圈之中，這時候我就不能放任自己沉溺於情緒中，而是要拉出來，看見自己的壓力來源是甚麼，再用好的方式來面對壓力，我認為此書講的就是同樣的道理，要如何有效地克服內心的憂鬱，或許有憂鬱都是我們對這個世界的反擊，那要如何化憂鬱為動力，就是我們每個人的課題了。</p>



編號	書名	閱讀感想或啟發
264	5分鐘學會旅遊泰語 [有聲書]	<p>雖然現在全球都受武漢肺炎的病毒影響，泰國現在還處於緊急狀況下封國防疫，對於泰國文化和泰國旅遊常客的我，在這段時間雖然沒辦法到當地觀光，但是我萌生起一個下次能在泰國流利用泰文跟本地人對話的想法。而這本書跟其他不同之處有很多喔～首先，我喜歡它有清晰地標好羅馬拼音跟聲調，我在閱讀時能一邊聽讀音一邊能清楚地記拼音。另外就是它的內容很合適我的需求，它是針對了一般人旅遊期間會有用的內容，如在餐館用的句子、在飯店有用的對話等。總括來說，這本五分鐘學會旅遊泰語很合適語言新手旅行老鳥閱讀，始終學一門語言不是一天就能成功的事情，但學識了一生受用。</p>
276	日檢單字+文法一本搞 N4(+MP3)	<p>之前讀日文的時候都沒辦法想讀就讀，自從有了電子書之後，不管身在何處，無聊時就能拿起手機背日文單字，這本書中單字的例句寫得很詳細，還附有mp3，隨時隨地想聽發音馬上就能播出，也不用一個一個字查閱字典，很方便呢！之前都要帶厚厚的一本日文單字書，有時候出門一天可能還沒看到10頁，背著就覺得重，現在不但不重，還能邊讀邊用雙視窗寫筆記，這本書的內容和編排很適合要考日檢的讀者閱讀，透過這本書，我學習到了很多單字，其中也包括N5單字，可以順便復習呦～</p>
296	我在阿塋壺,深呼吸:從地理的「阿塋壺古道」,見證歷史的「瑯嶠卑南古道」	<p>前幾天正有人推薦我去阿朗壺這個美麗的名勝去逛逛，接著不久後便在電子書網站看見了介紹此地的旅遊書。看著書裡頭的內容，心情也漸漸平靜，我是個喜歡大自然的人，看到這些壯觀的風景照，也讓我有了動力去規劃這趟旅程。我一直對台東抱有著特別的情感，雖然從未踏上這塊土地上，但也因如此，對於它的期待是更甚的。大自然的力量可畏且令人感動，倘若然後完成了這趟旅途，相信我也能更加明白作者所想表達給我們的用意，而我也將會推薦身邊的友人到這美麗的世外桃源一探究竟。</p>



編號	書名	閱讀感想或啟發
298	換個角度看世界	<p>我們經常在這世界受到挫折，因而自卑而失去熱情，但正因有這些彎曲的路，我們才能挫出鋒芒，變得更加閃耀。我身邊也有許多因在人生中所遇到的困難而失去對生命的期待，我過去也曾面臨到這種狀況，而也是經過了長達三年多的時間才成功從這泥淖中攀爬出來，現在的我覺得世界十分美好，甚至每天起床都覺得自己非常幸福，做每件小事都覺得活著真好。或許是經過了困難，所以看到事物及世界的角度也不同了，所以才能得到更多感慨，也能更盡全力去享受能在這世界所能做的一切美好。</p>
325	每天十分鐘,瞭解「億萬富翁」的賺錢計劃	<p>我是從今年初才開始學習理財的，股票、基金、定存、債券都是在網路上自己找資源，自己學習，到現在快一年了，我已開了戶，但仍未開始投資。我的觀念是與其現在急著買，等時間滾利息，不如等到有一定本金後，再來著手。目前我也用股市大富翁等應用程式來熟悉股市的運作及變數，也常看投資理財相關書籍來充實知識。此本書也令我收獲良多，能有這次活動的契機，使我能接觸這本書並學習新觀念，實在是受益良多。書裡頭的概念我也仍在學習並運用上，希望最後能達到學以致用的程度。</p>
351	夢萍老師舞逆齡:生如夏花	<p>我自己特別喜歡跳舞，從小到大，我已經學了快十多年的芭蕾舞與現代舞。對我而言，跳舞可以讓我重新思考、讓我放下情緒、讓我能夠重新面對新的自己，因此我每次只要心情不好、壓力很大，就會去一個人放著音樂跳舞，放任自己的手腳身體，才能面對最真實的自我。因此看到書中夢萍老師她所訴說，從舞蹈中學會的所有故事，我能夠感同身受，因為我同樣相信身體是人類，甚至是生物最真實最毫不隱瞞的語言，所以舞蹈才能鼓舞人心，才能讓人感受力量，甚至創造出一個又一個美好的故事。</p>



編號	書名	閱讀感想或啟發
354	大數據分析Excel Power BI全方位應用	<p>讀完這本電子書後，我發現原來我以前用的Excel都只是一些非常基礎的應用，還有許多我不知道的工具等著我發掘，學好Excel不僅可以讓我們將凌亂的資料轉成可視化的圖表，未來出社會工作也將會是一項必備工具。而且這本書還有案例可以練習，看完一個章節後就可以自己試著操作看看，這樣就可以確認有把學到的知識轉為實作能力，而不只是在紙上談兵。</p> <p>有了這本電子書，我就可以不用每次帶著厚重的書到學校，也不用擔心自己忘記帶課本到學校了。</p>
360	教孩子,先教自己	<p>父母該如何教育孩子永遠都是個值得討論的問題。每一個孩子從出生來這個世界上開始，就不停的汲取新知學習著，就像是一顆顆待磨的寶石，打磨後的光澤將會是那麼耀眼。父母親們想必也是希望孩子成龍成鳳，或許會積極的送孩子去各種才藝班，深怕錯過任何一分一秒可以學習的時間。</p> <p>然而，閱讀完這本書，作者的想法帶給我很大的啟發與共鳴，論教養孩子，重點不在於才藝學得多或少，而是良好的人格特質培養，父母的態度絕對是影響孩子如何成長最關鍵的因素，父母可以說是孩子最親近的人了，而這也意味著孩子的行為與想法都會模仿著父母。</p> <p>鮮少有人是天生就會當父母的，大家也都需要學習，學習成為能夠陪伴孩子成長站在孩子角度給予同理心的父母。我期許自己在未來如果也為人家長，能夠用愛陪伴孩子長大，讓孩子喜歡自己的人生。</p>



編號	書名	閱讀感想或啟發
361	金錢心理學	<p>會知道這本書是因為我常常聽的Podcast節目主持人推薦的，這本書真的很棒，我也有把書推薦給朋友。之前花錢從來沒想過有心裡帳戶這回事，心理帳戶就是每個人都會在自己心中把錢分配給不同類別。我原本也是每個月會做支出預算的人，像是有飲食帳戶、娛樂帳戶、購物帳戶、存錢帳戶等等，以為有做好預算分配就是懂得花錢的人。但卻沒有想到這些所有花掉的、存起來的，全都是來自我們的錢這個總帳戶。所以常常會自己多建立幾個心理帳戶，像是犒賞自己帳戶，買個禮物給自己，然後卻不會發現自己超出預算。看完這本書後，我學到很多，像是特價品騙術、花錢購買免費使用的權利等等，未來使用金錢時，會更加注意機會成本，以及心理帳戶的問題，學會聰明花費。</p>
376	理財不必學,就能輕鬆賺	<p>本身對理財和投資的書籍相當有興趣，因為這次的活動剛好看到了這本書籍，覺得當中的內容蠻值得參考和思考的，是非常推薦的一本投資理財書籍。我認為這本書和其他投資理財的金融書籍不同之處在於，作者透過60篇他自身經驗所分享的短文，建立簡單且非常實用的觀念，讓新手們非常容易上手，且分享與投資理財相關的啟發和知識，讓我們不再被理財專家和股市那些複雜難懂的理论和專有名詞所綁架。</p> <p>閱讀此本書籍的過程當中，我很認同作者所提到的投資和投機定義的不同在於，投資是花錢以後自己對這件事情還有掌控權，投機則是不再具有掌控權，只是再找時間把它賣掉藉此來獲利而已。因此像我們這種零星的散戶，並不是真的實際了解公司的營運狀況，姑且只能算是在股票市場中，投機購買上市上櫃公司股票以賺取價差來獲利罷了，並不算是投資公司，我覺得這一個差別值得我們去省思和分辨判斷。</p>



編號	書名	閱讀感想或啟發
389	Mobile Information Retrieval	<p>透過Mobile Information Retrieval這本電子書，讓我了解到能夠有現今如此方便的科技設備，是怎麼一步一步誕生的，其中的前置步驟以及研究實驗摻雜了許多令人煩惱的問題，但偉大的研究團隊就這樣沒日沒夜的鑽研，直到Mobile IR的問世，又經過一番努力之後，終於可以應用在我們日常，不管是DVD、TV電視盒等等各種物品，有了紅外線感應之後，原本可能會有許多小事都需要自己動身去執行，而現在只要靠著科技的力量，就可以達到目的，這樣子偉大的發明肯定也有辛苦的人力才能實現，但願我未來也能夠成為這樣子有貢獻的人！</p>
391	偷吃步!用中文溜旅遊日語:會中文,就能瘋玩日本!	<p>這本書使用中文拼音、羅馬拼音與假名拼音三語對照讓人能輕鬆的學習日語，每個句子都很精簡概要又方便使用，我很佩服編撰出這本書的人，怎麼能想出這麼可愛有創意的學習方式。而且書上也寫了許多日本觀光景點、旅遊必知、文化與生活小知識，以及遇到麻煩和各種狀況的應對方式，是對於初學日文和想去日本旅遊的人來說很實用的書，就像考前大補帖一樣方便。未來如果有要前往日本自助旅遊會認真的多看幾次，並推薦我的親朋好友一起學習。</p>
409	概念思考模式:從醞釀概念到有意義的消費行動	<p>這本書讓我更懂得思考的重要，一個概念所附加的價值因人而異，所以找出核心價值就更為重要，不論是自身的核心價值、對議題評判的價值依據，其實生活真的無處不是價值的延伸，非常喜歡本書用實際企業上的案例，扣回本書重要的概念也就是醞釀、覺醒、行動的步驟，讓我們看到成功的大企業真的是與此環環相扣。相信自己未來在交際、求職、買房、創業等等，需要任何決策時都能想到這本書帶來的方法，對我一定大有幫助，能做出有意義又符合長遠效益的行動。</p>



編號	書名	閱讀感想或啟發
416	我的過動人生	<p>過動症在現在這個時代已經不再那麼陌生。班上總有幾個調皮搗蛋的學生，以前總覺得他們真的很可惡，自己不上課就算了，居然要剝奪其他人受教育的權利。也許他們因為過動症而導致他們難以靜下心情好好念書，但目前應該已經有藥物可以治療了，再加上如果平時有在跑步，發洩他們源源不絕的精神，應該能稍微緩解他們的症狀。</p> <p>雖然過動症的孩子可能會被異樣眼光看待，但作者倒是挺樂觀的，堅持做自己，並且找到自己的興趣，對昆蟲非常有興趣，再加上家人的支持，我倒是挺羨慕她的，能夠有份工作技能支持她熱愛的東西且能供她養活自己，期望未來也能像她一樣很成功、活得快樂自由。</p>
417	年輕時的巴菲特跟你有什麼不一樣	<p>講到股票，提到投資，我們一定會想到股神巴菲特。對他最初的印象就是眼光精準，買的股票必定會暴漲一波。但事實上，他也並不是單靠運氣，從小就很有投資概念的他，11歲就買進了人生中的第一張股票，甚至利用自己打工所賺取的金錢買入一塊土地，再分租給其他佃農，當起包租公來了呢！也因此，在他大學畢業時已經存到將近有10000美元。聽起來相當不可思議，但不可否認的是，從年輕時巴菲特就一直在金融市場中很有投資理財的觀念。</p> <p>深入閱讀此書後發現，書中有一句話令我印象深刻，內容寫道：「頻繁的出入股票市場並不是聰明的策略，更厲害的投資人會長線報股長期持有股票。」原因在於交易手續費算一算，或許也會是一筆不小的金額，也改變了我對股票市場的看法，我一直以為股票的最大用意就是要賺取價差，但事實上等待股票的配股配息也是一個可行的做法。</p>



編號	書名	閱讀感想或啟發
420	易經的人生64個感悟	<p>《易經》是中國非常重要的一本哲學著作，在高中時即有讀過其中的幾個篇章。神奇的是直至今日，我們生活中所面臨到的困境或是人生的疑惑，都可以從這本書中所提到的六十四卦，也就是宇宙萬物間運行的六十四個大哲理去了解。而其中我最喜歡也最有感悟的一篇是當中的第四篇，它的主題是《目標明確，果斷前行—戰勝疏懶》，因為我覺得這就是我最主要的問題點，有時候因為懶散而把原本的目標和理想拋諸腦後，裏頭有一段話讓我當頭棒喝，書中說到：「疏懶是阻礙人們思想最大的敵人，人一旦被疏懶給覆蓋，甚麼前途、光明、志向，將只會是空中樓閣」。希望在未來，這段話可以讓我在想要偷懶放鬆的時候，給我前進的動力，讓我不輕言放棄，繼續努力地前進，直到達成自己的目標和理想為止。這是易經教會我的人生道理，不僅適用於過去的古人們，亦適用於現代，共勉之。</p>
448	國家地理雜誌第214期-北極資源爭奪戰	<p>提供每週最新的區內及全球時事資訊和華人的價值觀報導和分析新聞，是全球華人的精神家園，了解社會、大自然。國家地理雜誌雖然裡面的內容都是簡單討論點到為止，但討論的內容相當多元，就像我看到這期雜誌裡面介紹了許多例如：音樂家的手指長度極為驚人、拍攝動物的專業攝影師專欄、利用科學方式保存藝術品、即將面臨絕種的生物、動物等等加上高清圖片，內容很多且富相當多的知識，感想會讓我想更深入的了解細查相關資訊，也能了解世界不一樣的風貌，讓人覺得哇！原來這世界還有這麼多奇特的故事、物種（動物），讓我更敬佩大自然。</p>



編號	書名	閱讀感想或啟發
485	丙級國貿業務學科題庫分類解析	沒想到“臺灣學術電子書資料庫聯盟”中，竟然有國際貿易丙級證照，學科跟術科的解析題本，先前我是借閱術科題本，沒想到也有學科，本來我是自己上網印題目，再去找答案寫在紙上，沒想到竟然有學科解析的電子書，這學科解析電子書除了題目答案外，也有將答案的解釋列在題目下方，這真的是幫助了我許多，以前用紙本看的時後，碰到不理解的題目還要上網查詢，再將結果用手寫在紙上，實在很耗時間，但有了這本就不用花時間查資料手寫，也不用隨身攜帶一本書，我只要打開手機，隨時想看就可以看，電子書的發明，讓我可以更隨時利用我的閒暇時間！！
495	讀癮者的告解	我覺得這本書講的非常好，因為以我為例子，我是一個小說迷，我每天起床後的第一件事是看小說，睡覺前的最後一件事也是看小說，假日的話...如果條件允許我會看一整天，平常日也就是禮拜一到禮拜五，如果沒有功課，我也會看上一整天，不想讀書，我有時候把小說看完了之後，我還會有一種莫名的恐慌與空虛，雖然我還有成千上萬的書籍，但不知道為什麼還會有恐慌，我想...可能是潛意識裡會怕沒有書可以看吧？我覺得我是一個讀癮者，因為我總是把大部分的時間花在看小說上面，所以雖然我想改，但是非常困難（曾經有這個想法），如今看到這本書，我覺得我又有鬥志對抗我的讀癮了！
502	小心,職場潛伏心理學	在職場其實就和做人一樣，都必須要先學會喜歡自己、接納自己，有自信覺得自己是最好的之後別人才會把你當成一個角色，不然如果連你都不喜歡自己甚至看輕自己，別人怎麼會打存心底的尊敬你，進而去感受你這個人的優點呢？我們常說，什麼都可以整都可以改，但氣質是整不出來的。氣質是一個人從內到外散發出來的，尤其有人的地方就有是非，而職場又是關係到利益的場所，如何能使自己在職場上站得住腳，而不是變成眾矢之的的箭靶，其實多多少少看了職場心理學這本之後，可能會更有幫助知道怎麼以合適的態度去面對其他人。



編號	書名	閱讀感想或啟發
528	情緒勒索:那些在伴侶、親子、職場間,最讓人窒息的相處	<p>在華人社會,情緒勒索可以說是非常頻繁,看完本書後,我發現許多人其實每天都在對別人情緒勒索。舉凡你如果不幫我,我們就不是朋友,類似的話幾乎天天上演。情緒勒索的關鍵在於過度在乎他人情緒反應,情緒本來應該要自己照顧,要能分辨哪些情緒是自己的,哪些情緒是別人的。好比書中提到,如果到了一間餐廳吃飯,自己的小孩在哭鬧,多半的人都會覺得打擾到別人,但是被打擾屬於對方的情緒,應該優先安撫自己的小孩,而不是害怕他人眼光而教訓小孩。我認為對待別人具有同理心很重要,但也要能區分情緒界線,才不會落入被他人情緒勒索的漩渦當中。</p>
545	從頭到腳隨時隨地拉筋 讓你更健康:100式拉筋全圖解	<p>規律的運動習慣是讓身體健康最好的方式之一,而拉筋則是避免運動拉傷最重要的準備工作,這是我從自己路跑受傷的經驗中學到的,所以一看到這本書就很有興趣。過去我認為拉筋前須要讓身體暖和才能達到效果,這本書讓我讓我學到一個新的觀念是拉筋是隨時都可以進行的,重要的是持之以恆。而書中我最喜歡的是第二章的第二到第四節,現代生活經常久坐久站,長時間盯著電腦或手機螢幕導致肩頸肌肉僵硬,這幾小節的動作經果我的親身體驗,都有很好的放鬆效果,做完之後整個人直接年輕20歲的啦!推薦給大家。</p>
568	依然真摯與忠誠:談成人亞斯伯格症與自閉症	<p>身為一個亞斯伯格症患者,這本書算是入門聖經了,同時簡意玲醫師也算是我的偶像,在很早期就投入亞斯伯格症的診斷與治療,更寫了這本書推廣介紹亞斯伯格症的相關知識。對亞斯伯格症完全沒有概念,或是只從媒體上了解的人,我會很推薦這本書,從各方面去介紹亞斯伯格症,還舉了許多例子淺顯易懂。但是對於已經讀很多資料的人,這本書可能會略顯單薄。</p> <p>很喜歡裡面舉的各種可愛例子,常常會看完驚呼「沒錯!就是這樣!」,不管是根據自身經驗或是身邊同樣是亞斯的夥伴。</p> <p>希望能夠藉此有更多人真正認識亞斯,而不是僅從印象去猜測亞斯的樣貌吧!</p>



編號	書名	閱讀感想或啟發
570	大學不迷茫:願你的青春無所畏懼,亦不留遺憾。	<p>回想起剛錄取大學時，面對即將到來的大學生活，我的憂慮大於期待，擔心未知的校園生活、學校地處偏遠生活機能不便、能否習慣宿舍的生活與懷疑自己是否有能力平衡社交、活動、課業等...。九月開學直到現今，發現大學與家人、補習班老師所說的「大學輕鬆玩四年不一樣」，上大學後課業沒想像中的輕鬆，上課的內容轉為原文，閱讀更加吃力，還有活動參與、社交與打工等，對我來說大學與高中不一樣只是時間更加彈性，並沒有更加輕鬆。</p> <p>偶然在圖書館看到電子書活動，點開網頁，這本書的書名「大學不迷茫」，正好符合我的心情也吸引到我，讀完後也讓我獲益良多，裡頭提到很多大學生常見問題，像是同儕社交、課業與活動平衡、學習環境等，作者以舉例自身學生時期與身邊大學生作為例子一一解答，更貼近大學生的心聲。讀完這本書後我最大的收穫是了解身為大學生對於自身需要有所取捨，而不是一味跟隨他人，畢竟大學已經是半個成年人了。</p>
590	職場上最關心的20個話題	<p>在職場工作多年，尤其一直都在相對單純的圖書館環境中，很少去看在職場人際關係的經營或生存術之類的書籍，因為覺得不需要，大多都是閱讀圖資專業相關的資料，然而近幾年因為高教環境的迅速變化，人力經費資源的緊鎖，感覺到該關注職場生活了，因為需要這類的心靈雞湯了。</p> <p>這本書很好閱讀，以簡要的定律出發，讓人可以適時找到符合當下需求的主題章節，很容易切中需求！例如：「簡化工作，提升效率」這一則，真道盡了自己目前的狀態一忙不完的事，其中，作者建議「不必要有太多的顧慮」，這真是自己的寫照，常常顧慮很多細節與預想可能會有什麼漏洞而試圖要防堵，這往往拖延了完成工作的時間。這本書，值得好好閱讀！</p>



編號	書名	閱讀感想或啟發
599	Crime Statistics in the News	<p>Crime Statistics in the News這本書，對世界各地不同新聞編輯室的記者，在製作與犯罪有關的故事時，如何訪問和解釋統計數據進行了比較探索。由於這學期修習了統計相關的課程，所以看了這本書的簡介十分吸引我後便決定閱讀這本書，來參加此次的抽獎活動。這本書從觀察記者經常使用的新聞來源的性質，分析犯罪數字背後的奧妙。看完了這本書後，我也了解到我們應該對他人提供的資訊有更敏銳的覺察能力，審慎的懷疑與評估求證，可以讓我們具有更好的媒體識讀能力，避免受到當權者的操弄。</p>
604	Arduino 程式教學〈無線通訊篇〉	<p>我是電子工程系二年級的學生，這本Arduino 程式教學〈無線通訊篇〉帶給我許多有關於Arduino的各種開發板，讓我了解到我的需求以及目標，這本書提供了非常多的範例程式碼以及實際範例，提供我未來在實驗上一定會有很大的幫助，尤其是在通訊方面的各裝置連結上，近年來物聯網非常的熱門，我也對這方面也有興趣，這本書在nFR24L01 WiFi模組上做了很多的範例以及應用，這對於我來說，能夠快速理解其應用範例程式，好讓我學習其中的重點，讓我能更快的進入物聯網的世界。感謝臺灣學術電子書暨資料庫聯盟提供了這麼好的一個平台供眾人能夠在線上找好書，我非常的喜歡使用此系統，也希望未來能夠提供更多免費工程方面的書籍讓我們借閱。</p>
641	台南嗑小食100:你今天路邊攤了嗎?	<p>台南真的是個好吃好玩的好地方，我去過台南無數次，但當地的美食小吃卻永遠都吃不完，永遠都有更多新奇好吃的路邊小攤可以让你驚艷不已，看完這本書後我發現去台南千萬不要去那種看起來很冠冕堂皇的地方，要找就找那種很接地氣的那種店，但是真的不好找，一定要先事前做功課，像這本書就介紹了很多我連聽都沒聽過去都沒去過，但卻常常經過的小吃店，哇！原來我都一直在錯過它，沒有品嚐到原來它是這麼的好吃且受人推薦，看完我都想現在再衝一波台南把書上的推薦美食全都再吃過一次了。</p>



編號	書名	閱讀感想或啟發
643	坐輪椅也要旅行:旅行.繪畫.創作.逐夢.生活	<p>在大學，我逐漸地愛上旅行，嘗試過和朋友一起自助旅行，去到東南亞，那裡磅礴的遺跡讓我至今想起都還十分感動，就算遇到問題，也因為不是之身前往，在處理上也能更加勇敢。但是，一個人的旅途，想嘗試卻又時不時會卻步，擔心這個擔心那個，看到作者即便身體不便，卻仍能夠遊歷各個地方，的確增強了我的信心，似乎在人生的旅程上，我所缺少的那一點點勇氣正慢慢滋長，慢慢的讓我有足夠的信心去追逐夢想，去探訪世界，希望有一天我也能和作者一般有足夠的勇氣，離開舒適圈，勇於向外，向整個世界邁進。</p>
665	千里步道，環島慢行:一生一定要走一段的土地之旅	<p>平常喜歡閒晃散步，偶或聽到一曲村唱，看到一幅溫景，最能緩解現代人緊繃神經步調的，非走路莫屬。</p> <p>書中提到的地方多半是郊山，離我們不遠，環境賞心悅目，一個油門就跑過去，常是被我們忽視的好料。其中幾個地方我去過，台中東豐附近和富里羅山。我都用腳走過，一步一步踏過。東豐樹雖然有些嫌少，頭頂上的樹有時稀稀疏疏，烈日下的確很熱，但是一旁卻少不了風景。繁忙的鐵公路，挺立的大水壩，過台三線到東勢一路景色少不了。羅山則是優良的米產區，印象中有泥火山，交通方便但是遊客不多，有瀑布。</p> <p>能走的地方還有很多，書中提了不少，有空應該要多多爭取時間體會。</p>
701	有關電影的100部經典故事	<p>選擇這本書的原因，是因選修微電影製作課堂上老師有提到這本書，作為電影初學者來說，是一本很好建立劇情觀念的書，書中收錄非常多有名的作品，觀看這些有名作品，有助於我們在撰寫劇本，還有發想劇情角色背後的小推手，也透過這本書令人了解到許多有名著作，卻不曾觀賞過。而在看完這本書後，關於書中提到一些電影背後主軸或副軸，是在觀看中並未注意到的樣貌，在本書中有更完美的詮釋。第一次使用電子書也對我來說非常新穎，可以透過下面的頁面拉條來選擇想觀看的頁面，對於在翻書這件事上省了些找頁數的麻煩，未來希望圖書館有更多電子書可以選擇，讓我們出門在外，手機在手就可掌握。</p>



編號	書名	閱讀感想或啟發
703	不按牌理出牌的思考力	<p>「非凡的成就，始於不同的想法」，這是我讀完這本書最印象深刻的一句話，以往我們固執且不知變通的想法，可能在不知不覺中，限制著未來可能發生一切的可能性，只要換個念頭，除了可以增加人生的選項，也可以從不同方面去思考所有事物，看到不同於以往的面向，找出能夠完成自己願景的最佳辦法，這本書字字句句都提醒著人生有著無限的可能性，只是等著我們去發掘，人人都有不按常理出牌的機會，讓頭腦重新開機、思維轉向，便能看見別所看不見的，突破自己的框架，邁出新的第一步。</p>
711	3Q民法破題書幸(民總、債篇)	<p>我覺得這本書寫得很不錯，在念民法時，我時常會遇到一些困難，最常見的就是縱使我上課都認真的聽講，並且回家把教科書都讀完了，在遇到具體的問題時仍會不知如何下手，以致於發生有念等於沒念的現象，但有了這本書，雖然仍與實際解題有些落差，但可以令我有大致的解題方向和架構，並以此出發逐步融入自己的話語，慢慢的能夠在理解過後妥善的在解題時分配時間和答題的比例，令我在解決實例和寫題目上有很大的啟發和幫助。希望自己能因此擺脫因被當掉而重修的命運。一次就把民總和債總給它修過！</p>
724	跟老外聊天有這本就夠了[有聲書]	<p>從小到大，只要遇到需要和外國人講英語的情況，我總是會卻步，我害怕自己的英語實力不夠好致使講出來的語句文法或單字錯誤，臨場時也總是因為緊張而腦袋一片空白。</p> <p>但現在發現這本書讓我覺得很驚喜，它會依據各種情境做分類，都是日常生活中容易遇到的情況，包含工作場合、學習場合、交友場合，相當實用，而且最重要的是，它是一本有聲書，有了聲音的協助，對於語句唸法的印象也會更為深刻，對於學習的幫助相當大。</p> <p>只要先勤加練習，相信遇到外國人需要講英文的時候就能遊刃有餘。</p>



編號	書名	閱讀感想或啟發
796	生理學.解剖學:歷屆試題詳解(103-96年)	<p>看到這本書使我想以前念五專護理科的一堂「解剖」及「解剖生理學」課程，必須背身體的各種器官、骨頭、肌肉、各種生理知識……等，還有許多的基礎醫學知識，雖然念的很辛苦，後來並沒有從事臨床護理工作，但是學到了一些的基本護理及醫學知識，對於後來的自身及家人健康照護還是有些用處的，畢業後也考取護理師證照。儘管後來沒有繼續在護理領域發展，但後來插大念了食品，碩班念了生物，想想也是在五專時奠定了一些的基礎，有人問我既然會繼續念大學為甚麼當初要選擇五專，我說因為多了一段五專的護理科就學經歷，可以讓我的跟一般高中生有那麼一點不一樣，我從不後悔選擇走五專這條路。</p>
805	日本社會現狀100景 [有聲書]	<p>之前有看過這本書，也覺得這本書很棒。因為這本書不但可以學日文，還可以認識日本文化，裡面的內容寫得非常詳細，也可以利用本書來增進日文閱讀能力，適合想學日文的人使用本書，還有線上發音的功能，除此之外也可避免CD忘記還，還有避免可能造成書或CD的毀壞。</p> <p>這次因為電子書活動，又看到這本書，覺得利用電子書的形式，跟借實體書感覺不一樣，它的好處是變成電子書形式，可以放大也可以縮小，還有對常忘記還書的人來說是一大福音，可以避免借了沒還的問題，實在是很方便。</p>
821	沒有牆壁的教室:悠遊在大自然裏的小日子	<p>閱讀完這本書後更加深刻的體會到了學習不是只有在教室裡，大自然裡也是有許多事情等待著我們去體會，套用作者書裡的一段話，沒有親身體會，不會有深刻的學習，學習不夠深刻，就不會有情感的共鳴、態度的養成和行為的改變。學習不是等於知識的背誦和考試的煎熬，其實在大自然裡可以學到的東西也很多，就像生活中也不斷地在學習，只要做事有用心去體會，相信感悟到的東西都會變成自己的。作者做到帶著孩子在大自然學習，不僅可以增進親子關係，也讓孩子體驗更多3c產品以外的活動。</p>



編號	書名	閱讀感想或啟發
846	30個攝影秘訣大公開	<p>作為一個攝影的初學者，這本書並沒有苦澀的專有名詞，並淺顯易懂的將攝影理念傳遞給讀者。他還有教導在甚麼狀況下用甚麼功能比較合適，這對於我而言，是一大福音，我一直困擾於不知道到底要調甚麼，拍出來的照片都少了些甚麼。在品嚐完裡面的作品以後，有股衝動想要直接背起單眼相機往外衝。攝影對於我而言是放鬆也是紀錄，讓自己沉靜於快門聲短暫的喧囂與沉默；記錄這世上那不再重複的片刻。當按下快門的剎那，會有種世人皆睡我獨醒的感覺，而相片中的優清的風景、活潑的動物或歡樂的人們就像時間暫停般被保留在一張SD卡中。</p>
855	1分鐘KO對手:讓客戶同事都心服的微心理說話術	<p>本書提供許多在人際交往中實用的心理技巧，讓讀者能夠提升溝通能力，無論是在大學的分組報告、專題討論、幹部會議，或者將來出社會後的職場上都有許多幫助！書中讓我印象非常深刻的有兩部分，第四與第八部分。第四部提到說服力的重要，能言善辯的人對事業的進展影響很大，舉自己以前同學的例子，他當過班上風紀股長，風紀的位置很尷尬，因為班上有好朋友，但由於角色的不同，同時又需要管理班級秩序，一般人常常會面臨兩難，但他卻能夠掌握對方性格，達到兩邊都不得罪的局面。第八部分很有趣，“想要釣魚就要像魚一樣思考”，站在對方角度思考也能大大的增加使對方心服的可能，進一步製造雙贏的局面。我非常推薦想要提升自我溝通說服能力的朋友，閱讀這本電子書！</p>
891	從頭到腳隨時隨地拉筋 讓你更健康:100式拉筋全圖解	<p>在看這本書之前的我，是天天跑去市區的健身房運動，但長期下來會發現痠痛的情形漸漸地不容易快好，以前痠個2天就好，現在要痠痛一星期！看完這本書才發現，原來動跟靜要同時進行，重訓是動、瑜珈是靜，而瑜珈可以適時的幫助身體代謝肌肉累積的乳酸，使疲勞趕走！而且也發現像我經常使用電腦的人往往肩頸都會僵硬，但其實只要活絡肩胛骨、舒緩頸部，就能解決80%肩頸痠痛！現在的我，早上只要在房間鋪上瑜珈巾，就可以使身體得到舒緩，開啟有活力的一天！這是我看過最值得的一本書了！讚！</p>



編號	書名	閱讀感想或啟發
908	82年生的金智英	<p>隨著時間推演，幾乎所有的知識都在進步，但我們無意中卻還拖著舊社會的枝節前進，那是許多人都不曾發現的悲劇，如同父權社會下的女性。觀看金智英這個女人，她是一個好女兒、好妻子、好媽媽，她也覺得自己做得很好，達到標準，但那是社會給予的標準，許多人都忘記了金智英在做好這些角色時，早就把「自己」放在最後的位置，即使有愛她的家人和丈夫，做個人人稱羨的家庭主婦，但她終究是病了。</p> <p>許多人說在金智英上看到自己的影子，又或是透過金智英才發現自己社會觀的盲區，這些感悟大都來自社會框架下的性別刻板印象，我們應該視每個人為獨立個體，而不是以刻板的眼光來觀看別人的故事，也許金智英就想在工作上取得很高的成就呢？我們又怎麼能隨意誇獎她做家庭主婦做得很好很幸福？最可怕的不是大家沒有發現問題，而是知道問題後卻視而不見，綜上所述，我們應該要極力擺脫框架，讓每個個體都有為自己打算的空間，並且不要評論別的人生。</p>
945	天使工廠:每個人都可以成為別人的天使:新版	<p>我覺得這本繪本意外地貼近現代人，在網路迅速發展的時代，人與人之間的感情越來越冷淡，彼此也越來越陌生，主角諾門性格冷漠，他總是顧好自己就好，但在這樣的生活中，卻只有滿滿的煩悶。他發現自己是這麼的不快樂。在天使工廠的幫助下，諾門希望得到快樂，但剛開始的他卻誤以為所謂的快樂是膚淺而表面的事物。在與天使工廠來往幾次後，他仍舊是這麼的煩悶，於是他向天使工廠祈求能讓他真正快樂的事物。</p> <p>他得到了一面畫著翅膀的鏡子，當他看著鏡中的自己，才了解到，改變要從自己做起。他開始嘗試與他人互動，在這一來一往中，也得到了快樂的情感。而這或許正提醒著人們，情感是建立在互動之間的，如果失去橋梁，只會孤單又寂寞。</p>



編號	書名	閱讀感想或啟發
951	漫畫老子道德經	<p>我的心得是，老子的理論到了現在還是可以通用的。舉例來說，物理的發展便是如此，許多理論都是有例外的，也就表示其實並不完全正確，那麼為何物理還能發展下去呢，便是因為即使有例外，但是在撇除例外下的情況都是正確的，而目前人類還沒有寫出完美的物理定律過，我認為某種程度上其實印證了道可道，非常道的道理，因為我們知道有一個完美的定律是能解釋所有現象的，但是要把所有的事寫成一個定律實在太困難，我們只能根據不同的情況來寫出符合這個情況的公式。</p>
989	大學不迷茫:願你的青春無所畏懼,亦不留遺憾。	<p>這本是我一看到書名就很想看的書，果不其然，裡面有許多大學生常會遇到的問題，像是要不要打工、需不需要讀研究所、在課業生活社團時間該如何分配，作者針對“大學生”這個半出社會的人士作出許多建議，並希望我們不要為了眼前的利益去放棄雖然需要時間但可以成就遠大的事情，要秉持自己的夢想，並把眼光放大、放遠，才是真正對自己好的，很開心能夠發現這本書，當下就馬上看完，也覺得收穫滿滿，這本真的是一碗心靈雞湯的一本好書呢！</p>
992	與自己和好如初	<p>不朽的這本書告訴我們要學會溫柔的善待自己與他人，每個人一定會經過受傷的時候，不管是親情、友情、愛情，遇到讓自己不是預期中的那樣，可以盡情的將自己的情緒發洩，整理，雖然剛開始會很痛苦，但一定要讓自己走出來，去接受面對，轉為放下，唯有這樣才不會使自己無限的在悲傷的世界裡旋轉。我想在經過一連串的傷痕累累，人們才會開始愛自己、善待自己，開始尋找自我的價值是什麼，從不朽的書裡，可以深刻感受到她經歷的許多事，有酸甜苦辣，讓我不禁一番思考當我發生這樣的經歷，我會怎麼做，看完受益良多，也體悟很多。</p>

