

室內空間設計

104 學年度第 2 學期（第三次） 多媒體動畫 科讀書會 研讀紀錄

壹、會議時間：105 年 6 月 1 日(三) 下午五時

貳、參與人員：如附件一

參、會議地點：454 教室

紀錄：林書慧老師

肆、導 讀：洪紹恆老師

本次由科教學研究會，每位同仁彼此分享閱讀書籍的文章，請各位老師發表感想。

伍、心得分享：

郭小梅老師：練習，喜歡自己 作者：肆一 出版：三采

這本書是自我療癒的書，唯有喜歡自己，好好把握當下人生，才能活得精采。在忙碌生活中，經常為了很多事情，而左右自己的心思，將發現嘴角的笑容，漸漸流失，但有時候，自己拋開不愉快後，回到最初衷的自己，才會發現自己受影響，其實不要計較，不要生氣，換個心情轉變態度，這似乎就沒這麼難過與無奈。在教育的路上，常會忘記那個滿懷抱負的自己，或許累了，需要沉澱，與自我充實，看看一些書療癒自己也不錯，書中提到遇見每個人，都是一片風景，一堂學習，所以人生應該要往前看，好好練習喜歡自己，體驗生活的美好。

賴韻如老師：故事背後的心靈 作者：劉墉

這本書集結劉墉作品中最雋永而發人深省的「小小說」：包括類似「伊索寓言」、以動物反諷人生百態的故事，亦有東方佛學哲思、西方宗教文化之篇章，或論光明勵志、或談頓悟開通，或富政治意涵、或屬警世意味……無論題材為何，名作家劉墉的「天真筆觸」皆深入淺出、活潑易讀，搭配充滿幽默趣味之全新插畫，而藏在每則故事背後的深刻心靈，等待讀者去發掘體會。

林怡欣老師：天翻地覆：資本主義 vs. 氣候危機 作者：娜歐蜜·克萊恩

關於全球暖化我們知道的很多，但也知道的太少。許多人為了政治與商業利益，堅稱全球暖化不存在；還有一群人妄想市場經濟能主宰地球命運，癡望綠色科技能扭轉暖化的未來；而我們賴以期待的環保團體，很可能正和黑心財團聯手榨乾地球資源。地球持續暖化，逼我們不得不重新思考現有的制度，追根究底危機的源頭並加以根除。

在環保人士揭露當今過於妥協迂迴的環保中間路線、視災難為賺錢契機的資本主義、短視近利破壞生態的開發手段，以及各種粉飾太平的違心之論，接漏它們背後的真實目的，氣候危機是絕佳機會，奮力掙脫習以為常的世界觀，徹底改造將人類帶入災難場域的經濟制度，讓長久以來的歷史傷口得到癒合。唯有集結群眾力量，重建地方經濟，保障基本薪資，才能遏止天災發生，修復崩潰的民主制度，並帶來更公平正義的社會。

林書慧老師：蔡康永的說話之道 2 作者：蔡康永

好好說話，你才會過得好。

我們一生都在學說話，面試、交際、商務，說話的目的不管淺深，都存在其功能性，學會說話，說好說，讓對方開心，達成目的，是技巧，也是智慧。書中提及讀書就像吃東西，吞下去消化、吸收，以後說話自然有料，但蔡康永認為，有意思的書，應該像練詠春拳的人面前擺的木人樁，作你演練的對象，讓你體會每個動作的理由、每個動作的訣竅，以及每個動作的力量。

康永寫這本書的目的就是「讓讀者演練與人相處的方式」。若能讓對方好，我們自己才能過的更好，賣東西給我們的商人，都希望我們有錢，如何我們窮，哪有錢買他的東西；我們當老師的人，教學問給學生、輔導他成熟，如果學生不快樂、跟學生相處的時間急迫而緊張，學生對自己坐在教室裡這件事感到懷疑、沒認同感，學得自然心不甘願，也誠如馬斯洛的心理需求五層次一般，教養的自我實現，就在於他是被尊重的、有安全感的、不虞匱乏的。

林佩琪老師：孩子與惡：看見孩子使壞背後的訊息 作者：河合隼雄

河合隼雄發現，許多才華洋溢的人，年少時都是「壞孩子」——霸凌、偷竊、說謊、拒學……這讓他不禁開始思考：什麼是惡？上帝創造世界，為什麼把惡也放進來？「一個人為了成為他自己，必須破壞過去支撐他的支柱。」個人的成長與獨立、革命性的創造和進步，往往是從突破既有規範開始，而「破壞規矩」會讓一般人覺得孩子開始「變壞」了。

本書從日本許多名人青少年時的「壞行為」出發，直搗人心深處「害怕惡」又「想作惡」的矛盾心理，提出發人深省的建議。勇敢接納孩子天性裡的惡，並不意謂縱容孩子胡作非為，而是要拿出更大的耐心傾聽、不過早論斷是非，才能幫助孩子找到突破成長瓶頸的門道。

洪紹恆老師：爸爸的鬼點子：跟著心理博士學好玩的親子互動 作者：黃士鈞（哈克）

閱讀哈克的書，可以看到他如何善用不同的方法，幫助父母脫離舊有的高壓教養模式，學習如何在生氣的時候還能溫柔的對待孩子、如何化解家人之間的衝突、如何安撫哭鬧的孩子、如何讓不聽話的孩子願意學習反思和成長、如何讓孩子更懂得愛和尊重自己及他人、如何表達各種情緒等等。希望更多的父母能夠讀一讀這本好書，從中找到更好的教養方式，讓更多孩子得以在充滿溫暖和安全的環境中長大。

郭仲肯老師：生命的永恒價值 --連加恩 著

本書是在介紹作者去西非布吉納法西索的所見所聞。從小就擁有一顆憐憫之心，不怕吃苦的連加恩，長大之後才有勇氣到一般人不敢前往的西非，他在台灣發起舊衣回收的活動，希望協助偏遠落後的國家，因而引起許多人的迴響。當他募集到足夠的衣物之後，便開始展開他的終極任務—一趟艱辛的非洲之旅。在非洲觸目所及遍地都是垃圾，數不清的垃圾宛如成千上萬的烏鴉，髒亂的環境讓連加恩興起了以垃圾換舊衣的活動點子，這個活動的舉行，讓西非居民以垃圾換衣服的方式，一方面無形中將生活週遭的垃圾清理乾淨，另一方面也讓居民有了各種款式的服裝可以敝體，可說是一舉數得。看見西非的孩子們拿著領來的舊衣那種滿足的模樣，不禁讓人感嘆當今社會上貪得無厭，過著奢侈浪費的生活，不但不會珍惜自己所擁有的事物，更不懂感恩惜福，真是人在福中不知福。其實錢財乃身外之物，那些有財有勢的人真的快樂嗎？所謂「知足常樂」，看見西非居民一到午後，每個人都放下工作，拋棄所有的煩惱，盡情地歡唱，快樂與幸福洋溢在每個人的臉龐，這些都是錢財無法換取的。

王詩婷老師：設計心理學.4：未來設計 作者：（美）唐納德·A·諾曼 出版社：中信出版社

此書是《設計心理學》系列的第四本，前三本分別從日常生活、化繁為簡和情感化設計的大課題切入探討，這次集中在以人機交互為核心的產品設計領域上。書中看到唐納德·A·諾曼對未來產品設計中可能遇到的問題進行多角度分析，再來探討解決方法和思考問題的角度，讀者從閱讀中可增加思考方式和行為習慣的分享，以不同的角度來看待設計和生活層面。