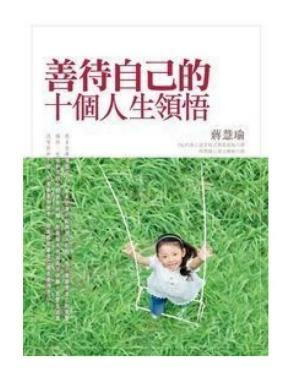
老師:趙素靜助理校長

書名:善待自己的十個人生領悟

作者:蔣慧如

出版社:青源出版社

蔣慧如是一位資深社工,擅 長透過小故事啟發讀者思考。多 年來從事輔導工作的她,善於運 用故事作為輔導工具,引導當事



人反思與成長。她深信,每個人都有能力成長得更好、活得更健康,只要願意換個角度看事情,就能找到新的出路。

我非常喜歡這本書中的故事。每一篇都像一面鏡子,讓我代入 角色,進行深刻反思。這些故事不僅富有娛樂性,更能幫助我們正 視問題、跳出困境,並學習以積極心態迎接挑戰,從而達致身心靈 的健康。

書中每一則故事都引導我們從不同角度看世界,尋找出路。透 過閱讀,我不僅學會以正向心態面對困難,也更有勇氣迎接生活中 的種種挑戰。

我鼓勵同學們細心閱讀這本書,領悟每一個故事背的意義。讓 我們學會以積極的態度面對困難,勇往直前,活出精彩人生。