405邱泯翔 讀書報告

篇名：勇敢說不

作者：鄭謹瑜

閱讀時間：112年7月31日

出版社：企鵝創意出版有限公司

出版年月：2019年6月

內容簡介：

 茵茵和其他同學一起去戶外教學，到了目的地的時候，有三位同學不聽解說員介紹和解說，就爬到消防車上玩，果果甚至還要找茵茵一起上去玩，還好茵茵覺得太危險了，就跟果果說：「不要！」不久，那三位同學竟然從消防車上掉下來，他們都受傷了！老師知道這件事後，除了責備那三位不守規矩的同學外，也大大的讚美茵茵，因為他對於不對的事，能夠有勇氣跟好朋友說：「不！」

讀後心得：

 我覺得茵茵很懂事，因為他懂得拒絕去做錯的事，我要學習茵茵對不對的事，勇敢說「不」。例如別人邀我去抽菸，我要勇敢拒絕，還要跟他說抽菸是不對的，因為吸煙有害身體，所以不能抽煙。另外吸毒也是對身體不好的，所以不要學別人吸毒，就算親朋好友要找我一起吸毒，也要勇敢說「不」。學會說「不」是一種挑戰，我們會擔心拒絕他人所引起的不快，或者害怕被視為不合群。所以勇敢說「不」，是需要自信和了解自我價值，了解自己的價值並相信自己有權利拒絕那些不合理的請求，當我們學會說「不」時，我們就不再被壓力期望所左右。所以我們大家要懂得別人要邀我們做不對的事時，勇敢的拒絕他。