



書名	《討厭的人都跌倒吧》	
作者	吉竹伸介	
我的感受/ 推薦原因/ 書中金句/ 其他……	<p>每個人都總會遇到一些討厭的人，他們會令我們傷心、生氣、委屈……引起很多負面的情緒。有些人會選擇避開那些人，這的確是一個方法，但有時可能不是你自己去招惹他們，而是他們主動來找你麻煩，甚至有時都不禁懷疑自己到底是不是真的那麼「黑人憎」。而這本繪本用了一種生動的方式來告訴我們，其實遇到討厭的人是很正常的，小孩和大人都有機會遇到這個問題，但更重要的是我們應該怎樣去面對他們，怎樣去令自己不受他們影響。</p> <p>可能因為性格問題，我自小常常都會因為別人說過的話、做過的事而令自己不開心，其實可能只是很小事，但我都可以鬱悶好幾天。我不會說這本書完全改變了我，但現在每當我又再不開心時，都會重看這本書，提醒自己其實有時不一定是自己討人厭，而且有些方法是可以幫助自己走出陰霾的，所以每次看完後都會有一種被療癒的感覺，再振作起來。</p> <p>雖然這只是一本繪本，但其實大人都可以花時間看看，說不定它都可以在某些時候拉你一把。</p>	