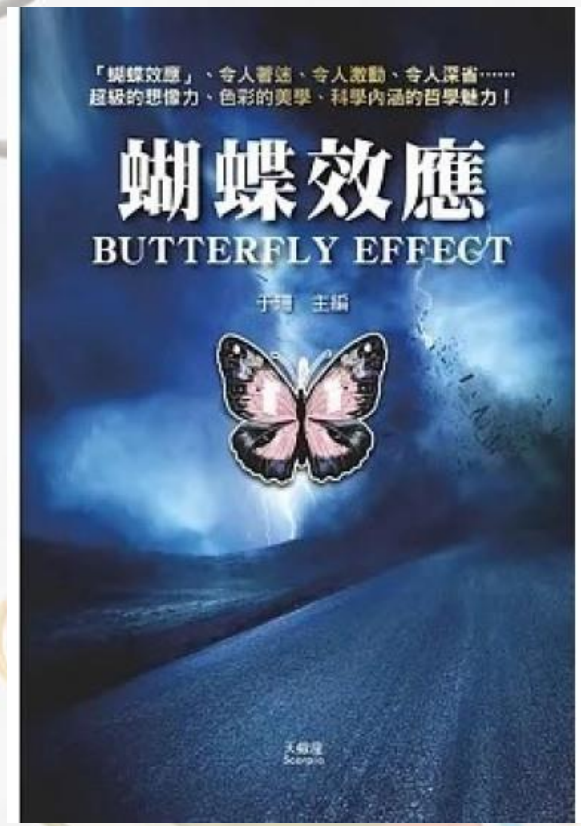
老師姓名	潘迎姬老師
書籍名稱	《蝴蝶效應》
作者/編者	志晶
分享感言 	書本的書脊寫着：蝴蝶效應——知微見著，影響我們生活的，往往是從小事開始！書本深入顯出地剖析了50條心理學效應，能應用到日常生活中，充滿趣味性。 其中一篇提到「半途效應」令我印象深刻。所謂半途效應，意指在積極邁向目標的途中，由於心理及環境因素的交互作用，進而對目標行為產生了負面影響。人的目標行為中止期大多發生在「半途」中。而半途效應發生的主要原因有二：一是目標選擇不合理，二是缺乏意志力。 因此，當我們想要達到某一目標時，首先要檢視目標的合理性，接着就是要鍛鍊意志力，一股作氣，不要輕易放棄。當大部分人在半途產生半途效應時，能堅持到最後的人才是最後的贏家。共勉之。