

老師姓名	馮瑞明老師
書籍名稱	《練習好心情》
作者/編者	有川真由美
分享感言	<p>希望每日都能有好心情嗎？其實這不難做到。向大家推薦「練習好心情」這本書，書中提及一些簡單的小行為，一些簡單的話語，用稍作改變的方式和態度進行，就會讓人感覺你親切有禮，自己亦能保持心情愉快。</p> <p>快樂渡過每一天，不會因為無謂的事而心浮氣躁、悶悶不樂。讓自己變得迷人受歡迎，朋友和機會自然接踵而來，人亦會變得從容自信、心情愉快。</p> <p>不妨仔細閱讀這本書，常常練習，祝大家開心每一天！</p>

