

## 國立高師大附中 112 學年度班級 3Q 達人當選同學資料表

### 【高中部專用】

<p><b>一、達人類別</b></p>	<p><input type="checkbox"/>AQ 達人 (逆境智商)</p> <p><input type="checkbox"/>EQ 達人 (情緒智商)</p> <p><input type="checkbox"/>MQ 達人 (道德智商)</p>
<p><b>二、當選人班級/ 座號/姓名</b></p>	<p style="text-align: center;">_____年_____班_____號</p> <p>姓名 _____</p>
<p><b>三、當選人具體 優良表現或事蹟</b> (請列點簡述當選 同學與 AQ/EQ/MQ 主 題相關的正向特 質、優良事蹟或具 體行為表現 2~3 項)</p>	<p>1. _____</p> <p>2. _____</p> <p>3. _____</p>
<p><b>四、當選人照片</b> (請上傳個人生活 照，照片以橫式為 原則。請掃描右方 QRcode，找到自己 入選項目的資料夾 後點選上傳，個人 生活照檔名請更改 為「班級姓名」，例 如:高二仁王小明)</p>	 <p>個人生活照片上傳 QRcode</p>

導師簽名			
<b>導師推薦評語</b> (請師長勾選或另書寫推薦原因，可複選)	<u><b>AQ 達人 (逆境智商)</b></u> <input type="checkbox"/> 具有良好的挫折忍耐力，能以彈性態度面對逆境。 <input type="checkbox"/> 能積極接受困難的挑戰，發揮創意找出問題解決方案。 <input type="checkbox"/> 面對困境不屈不撓，愈挫愈勇，表現卓越。  <input type="checkbox"/> 其他 (請書寫)	<u><b>EQ 達人 (情緒智商)</b></u> <input type="checkbox"/> 具有良好情緒管理能力。 <input type="checkbox"/> 能設身處地為人著想。 <input type="checkbox"/> 具良好溝通能力及能建立良好人際關係。 <input type="checkbox"/> 具正向樂觀的生活態度且能影響別人。  <input type="checkbox"/> 其他 (請書寫)	<u><b>MQ 達人 (道德智商)</b></u> <input type="checkbox"/> 具有忠心誠實、守法重公德之良好修養。 <input type="checkbox"/> 具有禮貌之良好品德修養。 <input type="checkbox"/> 具有尊重寬恕之良好品德修養。 <input type="checkbox"/> 具有負責合作之良好品德修養。  <input type="checkbox"/> 其他 (請書寫)

### 說明事項：

1. 輔導室將依據本資料表內容製作各班班級 3Q 達人當選同學海報，於校園玄關等處公告張貼以茲獎勵。請填寫 2~3 項與 AQ、EQ 或 MQ 當選主題有關的正向特質、優良事蹟或具體行為表現。並請當選同學協助提供帥氣、美麗的個人生活照上傳 (為便於海報編輯，生活照請以橫式為原則。請掃描資料表 QR code 上傳雲端)。謝謝配合！
2. 本資料表請於 3 月 1 日前繳交至輔導室 (含上傳生活照)。
3. 3Q 達人各類別之優良特質與行為表現參考指標

3Q 達人類別	3Q 達人特質與行為表現說明
AQ (Adversity Quotient) 逆境智商達人	具有良好的挫折忍耐力，能以彈性的心態面對逆境，積極接受困難的挑戰，發揮創意找出問題解決方案，面對壓力困境不屈不撓，愈挫愈勇，表現卓越有具體事實者 (不限定身心障礙學生)。
EQ (Emotional Quotient) 情緒智商達人	具有良好的情緒管理能力，能對自己的情緒反應有良好覺察能力，能適切的表達，能設身處地為人著想，具備良好之溝通能力及人際關係，能正向樂觀的激勵或影響別人，有具體事實者。
MQ (Moral Quotient) 道德智商達人	具有守法重公德、有禮貌、自律的良好品德修養，具備尊重寬恕、忠心誠實、負責合作等良好品格情操，有具體事實者。