

光武國中 115 年 3Q 達人徵文活動辦法

1. AQ (Adversity Quotient) 逆境智商達人：

具有良好的挫折忍受力，能以彈性面對逆境，積極樂觀，接受困難的挑戰，發揮創意找出解決方案，不屈不撓，愈挫愈勇，表現卓越有具體事實者。

2. EQ (Emotional Quotient) 情緒智商達人：

具有良好的情緒管理的能力，激勵自己愈挫愈勇，能設身處地為人著想，良好之溝通能力及人際關係，克服困難，積極樂觀影響別人，有具體事實者。

3. MQ (Moral Quotient) 道德智商達人：

具有良好的品德，並有禮貌體貼、尊重寬恕、忠心誠實、負責合作等良好情操美德，且能實踐有具體事實者。

同學們，生活中難免會遇到挑戰，有時候是課業或其他方面的自我突破壓力，有時候是人際相處，有時候則是要做出正確的選擇。面對這些挑戰，你是怎麼克服的呢？

也許你在困難中不放棄，展現了 AQ(逆境智商)的勇氣；

你能夠照顧別人的感受，展現了 EQ(情緒智商)的溫暖；

你誠實守信、負責合作，展現了 MQ(道德智商)的品格。

輔導處邀請大家一起參加「3Q 達人徵文活動」，把你自己真實的故事、學習經驗寫下來，讓更多人看見 3Q 精神在生活中是如何閃閃發光！

➤參加對象：七八九年級學生

➤主題方向：AQ/EQ/MQ 三擇一，以故事方式撰寫

➤字數限制：1500-2000 字

➤繳交期限：115/9/30(三)前將報名表(word 檔)上傳 google 表

單 <https://reurl.cc/W07mlx> 請登入光武國中學生帳號繳件

➤獎勵辦法：1. 投稿字數符合規定者-嘉獎乙支

2. 各類別最優作品將代表學校參加市賽

➤附則：

(一) 三年內曾參加 3Q 達人市賽獲獎者請勿再以相同故事參加投稿。

(二) 未於規定期限內送件者，不予審查。

(三) 參賽者如有涉及侵害著作權或其他法律情事，由參賽人員自行負責。

(四) 得獎作品經檢舉有抄襲之嫌，經查證屬實，學校得取消獎勵，若有市賽名次，市府將取消名次並追回獎項。

(五) 參賽作品主辦單位具智慧財產使用權。

