

# 3Q成長領袖培訓營

## ~ AQ、EQ、MQ 成長小團體 ~

這是一個以提升挫折容忍力、情緒管理能力、問題解決能力、生命體驗為主軸的研習營！透過探索課程開啟對自我的觀察能力，並挖掘自己的資源、提升自己的生命品質；培養足以於應變未來的軟實力。

期待您的加入~



時間	議程	主持人/主講人
09:00~09:30	報到	輔導室教師團隊
09:30~10:20	3Q 達人相見歡	「3Q 成長培訓營」輔導教師 分組進行課程
10:30~12:00	EQ 達人培訓班-【一】【二】	「3Q 成長培訓營」輔導教師 分組進行課程
12:00~13:00	中午休息	輔導室教師團隊
13:00~14:30	AQ、MQ 達人培訓班	「3Q 成長培訓營」輔導教師 分組進行課程
14:30~15:20	3Q 課程回顧	
15:20~16:10	結訓、頒發研習證書	輔導室教師團隊

- ★參加對象：本校全體學生。
- ★團體時間：108年3月9日(六)上午9:00~下午16:10
- ★活動地點：本校團輔室及各指定教室。
- ★成員人數：預計至多50人。
- ★報名日期：即日起，至2月18日(一)止。(名額有限，請把握機會喔！)
- ★報名方式：自由報名，有意願者填寫報名表後親自繳交至輔導室蔡政峰老師，分機256。
- ★附註：本活動『免費』，提供午餐，全程參與者給予研習證書及嘉獎二次；經帶領教師核定表現優異者給予研習證書及小功一次，以茲鼓勵。
- ★錄取通知：於3月01日(五)放學前，將以書面方式個別通知。【本校高關懷、融合教育學生、輔導股長及學友志工優先。】



(如遇相關突發事項，將順延至下禮拜3月16日星期六)



導師推薦簽名：\_\_\_\_\_

### 107 學年度第 2 學期「3Q 成長領袖培訓營」報名表暨家長同意書

【即日起，至 2 月 18 日（一）止前報名。】

姓名：	班級：	座號：	性別：
飲食： <input type="checkbox"/> 葷 <input type="checkbox"/> 素	聯絡手機：		
過去是否參加過本校「3Q 成長培訓營」： <input type="checkbox"/> 是，共參加過_____次。 <input type="checkbox"/> 否，第一次參加。			
1. 報名參加的原因？ 2. 有什麼期待或收穫？	（請務必填寫，作為錄取成員之參考。）		
說明	※ 「3Q 成長培訓營」活動期間為 108 年 3 月 9 日（六）上午 9:00~下午 16:10，研習營全程免費，提供午餐，活動地點：海青工商校內。 <b>（如遇相關突發事項，將順延至下禮拜 3 月 16 日星期六）</b> ※ 若同意貴子弟報名參加本次活動， <b>請簽妥並蓋章此同意書</b> ，謝謝您！ ※ 是否錄取將 <b>3 月 01 日（五）前</b> 將以書面方式個別通知。		
家長同意書	本人茲同意 _____ 參加由輔導室主辦之「3Q 成長培訓營」，並配合營隊期間所有活動。 家長簽名並蓋章： _____（請簽全名）  中華民國 108 年 月 日		

※本報名表暨家長同意書可影印使用，或上網至海青工商首頁最新消息->查詢輔導室公告下載，或至輔導室領取。

※請將報名表暨家長同意書填妥後送至輔導室 蔡政峰老師，謝謝！ 聯絡電話：5819155-256