

桃園市113年度3Q達人成果專刊

發行人 | 張善政 總編輯 | 魏秀蓮 執行編輯 | 林瑄敏 · 陳駿 中華民國113年12月發行 第四期



AQ 達人國中組第一名

盧詒蔓／同德國中

1. 價值百萬的耳朵

首先介紹一下我自己，我叫做盧詒蔓，是個理財高手，在我2歲的時候，我就為自己賺進了第一桶金，那時候的我還不會說話，接著在我5歲的時候，我人生中的第二桶金就到手了，那時候的我還在牙牙學習「聽覺口語法」。當然，我不會跟您解釋什麼是法定的「極重度聽損」，因為只要您想知道，自然就會上網搜尋「人工電子耳」，如果您壓根不想了解，相信您也不會繼續看下去，唉……老人家給的梗就是老。

2. 一加一，我要爭取大於二

「人吃耳屎會變成啞巴」我是真的不知道，因為我從來沒有嘗試的勇氣，在此也奉勸各位忍一忍，別衝動！但我知道的是：人聽不到聲音就無法學習語言，並且無法與人進行正常的溝通交流。俗話說得好，「有錢能使鬼推磨」，然而自小學起，我就憑藉著兩桶金的加持，連續四年內，分別囊括了說故事與演講比賽的冠、亞、季、殿軍等四個獎項。雖然就算倚靠電子耳這專業輔具，也只能讓我的聽力達到正常人的八、九成不到（且還得是在絕對安靜的情況下測得的結果），同時也因為聽力不好，一般課堂學習自然也跟不上學校的教學進度，所幸我背後有一支強大的經營團隊為我全力打造學校環境。除了前述比賽外，我在小學期間幾乎年年都拿到學業的最佳進步獎，在此也要好好感謝一下我的經營團隊，也是大家口中的老師們，再次謝謝我的老師們。

3. 不要著急，最好的總會在不经意间出現——泰戈爾

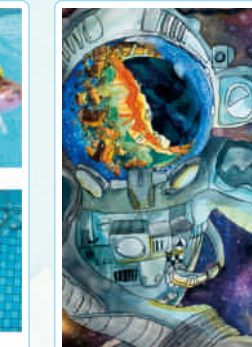
父母總會詳細地為孩子規劃未來，希望能活出他們期待中的樣子，出生在小康家庭的我，不免俗地自小就參加了多項才藝班，舉凡鋼琴，小提琴，繪畫……

是的，您沒看錯！他們讓一個先天聽不到的小孩去學習鋼琴與小提琴，不知道哪裡來的自信讓我去挑戰不可能的任務，雖然我的手指很長很巧又很靈活，但是最終還是敗給了弦樂器的第七把位，因為跟這個看得到、摸得到但聽不到的音頻無緣，至今我只保留學習繪畫以及類打擊樂器的鋼琴。有件事我也很自豪地想跟大家分享，就是今年暑假我已順利考過YAMAHA的鋼琴七級檢定，聽說五級就可以在山葉當鋼琴老師了，當然我也清楚未來我應該不會當音樂老師誤人子弟，我只是單純地想要證明「只要我努力，我就可以辦到」。

後來我又接觸了圍棋與游泳，悠遊在棋海當中，短短一年左右棋力已晉級到了丙組，目前朝取得段位繼續前進；另外在游泳方面，則是虎媽花了錢找教練來取代爸練之後才開始有了成績，且在民國112年時，代表學校參賽並獲得了人生中的首面金牌，而且還是同時拿到兩面，雖然這只是兩年一度的桃園身障盃，但我對而言已經是件可以證明自己付出的努力有所回報，一件可高興許久並自我滿足的榮耀。

4. 未來不是夢，因為我能聽見未來

沒錯！這是一篇高調的炫耀文，一個不希望自己因先天差異而落於人後，一個不希望把所有做不到的事情都歸咎於自己的耳朵，且是一個未來有無限可能的國中生對自我期許的文章。現在的我除了維持諸多興趣外，首要目標當然就是要對自己的課業負責，然後善用我的專業經營團隊以及自己的身障優勢，進入理想中的高中。然而各位也不要覺得加分不公平，因為這個世界本來就不是公平的。最後容我再自我介紹一下，我叫做盧詒蔓，詒是詒問的詒，蔓是滋生蔓延的蔓，未來的我會像我的名字一樣，永遠保持我的好奇心，所有不懂、不會、不清楚的事物，都靠我的學習探個究竟，並且一一把它問個清楚明白，實現自我價值，成為自己想要成為的樣子。



AQ 達人國小組第一名

郭采依／龍山國小

●學生的話

我是郭采依，2014年我出生了，當時全家上上下下都歡喜迎接我的到來，認為我的出現讓家裡湊足了一個「好」字。在嬰兒時期，爸爸媽媽並沒有察覺我的異狀，甚至覺得我的發育和一般孩子沒有兩樣，逗我我會笑，還能夠發出咿咿喔喔的兒語。直到我學會走路後，爸爸發現我有很多反應不夠靈敏，例如：在背後喚我我不會回頭、時不時會跌倒、到了一歲還沒辦法仿說出爸爸媽媽。

基於以上種種因素，爸爸決定帶我就醫，檢查結果迎來了我的「聽力永久喪失」的噩耗。對我的爸爸媽媽來說，這真是個晴天霹靂的消息，難以接受我是聾人的事實。爸爸開始變得迷信，到處求神拜佛、禱告祈願，聽到哪間宮廟問事神準、哪個廟宇化解冤親債主靈驗，他們就會馬不停蹄前去一試，甚至聯想到姓名影響運勢，我的本名是「思妍」，是阿公取的名字，但爸爸認為「思妍」諧音像「失言」，這有可能是造成我無法言語的原因，便將我改名采依。

但是當求助無形力量宣告無效後，爸爸才放棄，開始聽從醫師建議，執行昂貴電子耳手術，正式面對我的無聲世界。術後雖然我能夠聽到聲音，但依舊是冰冷的機械音而非人聲，加上錯過嬰兒八、九個月的認知學習，讓我出現發展遲緩的狀況，好像一隻鸚鵡，只會模仿，不會應答，也因此埋下和哥哥之間的隔閡。有人曾經問哥哥平常會不會和我玩，他真實又童言的說出「不會，她又不會講話。」短短幾個字卻鏗鏘有力的推進爸媽的心間。

面對我的學習障礙，爸爸開始找尋原因，支援聽障奧運時，他認識了一群聽障手譯員，他們告訴爸爸「聾人的世界，聲音是沒有意義的，聲音和語言沒有辦法幫助他們認識未知事物，然而肢體可以，透過手語圖像式思考，能夠協助聾人學習，因為手語才是我們的母語。」因此，爸爸帶著我一起學手語，不只有我，而是全家都要一起學，平日晚上請私人人家教到府授課，假日參與臺灣手語翻譯協會辦的團體課，爸爸認為這樣才能促進一家人溝通更無礙。

因為有這些經歷，我體會到：生命中的瑕疵，雖然讓我不完美，但是卻讓我學到該如何面對生活中的困境，更積極的衝破難關，不輕易放棄、退縮，反用同理心看待周遭的人，努力過好生命中的每一天。

●老師的話

（一）努力學習

采依雖然裝了電子耳，但若處在較吵雜的環境或是FM接收器沒有開啓的狀態，還是會聽不到或聽不懂。但她遇到沒聽到、不懂或是不明白的地方，都會主動舉手詢問，請我們大聲、慢慢的告訴她。她也愛閱讀、繪畫、運動及舞蹈，參加學校多項課後社團，多面向發展，因此不論是在課業、繪畫、體育等領域，都有很好的表現。甚至在今年的暑假，她還學會了游泳呢！

（二）正向樂觀

剛上三年級時，因為和同學不熟悉再加上聽損的關係，與同學之間似乎有道無形的牆。但她並沒有因此而氣餒，主動出擊把牆打破，下課找同學一起玩遊戲或是聊天，她也會告訴同學要怎樣說話她才可以聽到並明白同學的意思。也因為她個性活潑、友善、體貼，同學漸漸的也會主動找采依一起遊戲、打球，也因為自己身體的不便，采依比其他同學更具同理心，能更有耐心的與同學互動，她也結交了不少好朋友。此外，采依還創作了兩本繪本，用有趣詼諧的方式，畫出了該如何與她相處，得到了學校的親子繪本第一名。

（三）勇敢進取

采依因為聽損的關係，在學習上得比其他人更專注，付出更多的努力。上課時她認真聽講，勤抄筆記，課後複習及作業寫認真，作業及考卷錯誤，也總是在第一時間訂正好，因此比他人獲得更好的學習效果。除此之外，在參與分組討論活動時，她會主動要求當領導人，帶領同學完成每一次的任務，再加上她在繪畫方面很有天分，交出來的報告及成果總是內容豐富。

（四）社會服務

采依學習手語後，參加多項手語翻譯協會及聲暉協進會舉辦的活動及表演，並協助拍攝學齡前2至6歲教保服務人員手語手冊示範影片及兒童少年培力—做自己的主人，宣導兒童權利公約。希望以她自己為例，能藉此鼓舞更多的人。



公共電視「誰來晚餐」來拍攝采依的故事，還邀請特別來賓王曉雲分享自己的故事，鼓勵采依聽不見也可以活得有聲有色。



創作了兩本繪本，一本是以哥哥的口吻告訴大家該如何跟她相處及介紹她的FM接收器，另一本是介紹她的好朋友攝貓。



參加手語故事屋活動



參加師大特教系辦理手語繪本營



參加兒童聲音協會辦理的聽損兒童音樂班，在臺中辦理成果發表會。



參加聲暉協進會辦理兒童少年培力——做自己的主人，宣導兒童權利公約。



EQ 達人國中組第一名

朱上褚／文昌國中

(一) 自我介紹：

我認為EQ是人人都能養成的基本生存能力。是主宰情緒的智慧，也是自制力、熱忱、毅力與自我驅策的根源，讓你在人生的每個重大時刻，都能做出最好的選擇！以下為我所認知及實踐的面向：

1. EQ的養成－家庭

爸爸媽媽從我小時候就教導我「情緒管理」及「溝通能力」一遇到事情要先冷靜思考，溝通時要先接收他人想表達的，再表達自己的想法。

2. 如何控制好自己的情緒及有效溝通

- (1) 正向思考：轉換自己的注意力，去做會讓自己開心、放鬆的事。
- (2) 幫情緒按暫停：在傷心難過時，先試著幫自己按個暫停，想想看這件事的本質。
- (3) 情緒語調、身體語言：若想要達成「有效溝通」，那此項就非常重要，在溝通時語調不能過於激動，避免讓對方緊張；可以保持微笑、眼神交流，這些都可拉近雙方交流的距離。

3. 同理心及察覺他人情緒

「同理而非同情」同理是指要站在他人立場出發，而不是以一個旁觀者的角度去思考整件事。在日常生活中，人難免都會有低落的時候，這時，身旁的人就相當重要，要學會察覺情緒，並給予適當的鼓勵及安慰。

4. 善於建立及維護人際關係

我認為人與人之間的互動、關係要是「自然」的，相處起來輕鬆，而且是雙向的，如果只是單方面的付出，那這段關係便會維持不久。要懂得尊重，無論是尊重對方的觀點、感受，甚至是隱私及權益，都是維持一段良好人際關係的關鍵。

5. 對自己未來期許及創造影響力

希望未來的我能繼續用我的笑容、幽默以及快樂，感染身邊的同學以及大家。

(二) 師長推薦：

1. 文昌國中導師－林惟萱老師

七年級新生訓練見到上褚，對她的第一印象是炯炯有神和自信穩定的氣息。往後相處，漸漸發現上褚是一個學科、體育「能力皆好」，且「自我要求高」的孩子，作業、筆記與聯絡本都可以顯見自我要求，有別於同齡者的成熟。

學科方面，上褚和班上成績同樣頂尖的同學，總是主動「互相激勵、良性競爭」，讓他們彼此在整體成績上「不斷挑戰新自我」；在體育方面，她是女生中體育能力較佳者，在七年級的拔河上，她做為隊長，細心縝密的規劃訓練與熱身，不時看見上褚「主動陪伴並指導」較為落後的孩子，讓全隊在賽場上有最好的表現，場上最後的拼搏，讓女生隊順利取得冠軍，那「堅持到底」與「相互打氣」的身影，令人感動。

有著原住民的身分，上褚深知自己對於文化傳承的使命，總是「勇於接受挑戰」，認真準備族語檢定，即便沒有師長硬性要求，也願意主動報名族語演講比賽。年邁的族語課老師，原已不願再到學校講課，但上褚「優異且持續進步的表現」和「良好積極的學習態度」讓族語老師讚不絕口，也提到能教到這樣的學生，非常的開心。

同學們總是「最喜歡跟上褚一組」，對同學們來說上褚是「零負評」女孩，雖然各方面能力好卻不會輕易批判他人，總是給他們溫暖、無距離的包容和支持，能有這樣的女孩在班上，作為導師，也感覺十分幸運。上褚就是同學們最好的「典範學習」對象，也是班上能持續正向成長的力量。

2. 快樂國小教務主任－蘇柏仁主任

朱上褚同學在國小時期，不僅擔任司儀及學生服務隊的重要職務，還能夠認真執行各項勤務工作，成為學校不可或缺的成員。

在司儀這一角色中，他展現出高度的責任感與專業能力，無論是校內的早會或大型典禮，他總能夠冷靜自信地在司令臺上發揮專長，確保典禮順利進行。面對突發狀況，他能夠迅速反應，保持沉著應對，展現出與同齡人不凡的穩定性與領導能力。此外，作為學生服務隊的一員，他在日常工作中規勸同學遵守校規，處事公正並富有同理心，能夠有效處理人際關係，不引發衝突，維護校園秩序。

除了日常的責任，他還積極參與學校的各類競賽，展現出不畏艱難、全力以赴的精神。他在準備與比賽過程中，總是勤奮不懈，克服各種挑戰，並不因一時挫折而退縮，不會因此情緒失控，而是以更大的決心持續努力，直至最終獲得榮譽。他的毅力與專注，值得所有人學習。總結來說，他是一位具有高度責任感、卓越領導力與穩定情緒商數的學生，我相信他將在未來的學習與生活中持續發光發熱，創造更多卓越的成就。

(三) 生活具體事蹟：

1. 家庭生活

積極參與原住民活動，重視文化的參與及傳承。每年都返鄉參與豐年祭慶典，對於自我族群的認同與肯定。

2. 校園生活

上褚自小在面對各種活動時都能全力以赴，不論是品格表現、學業成績、科技競賽、語文或體育競賽，都可以看到上褚努力的身影和漂亮的成績，因為上褚在面對這些競賽時，都能夠平穩自己的心情，踏實的去面對每一種不同的挑戰。其中，上褚也能將自己這些優秀的能量，感染給身邊的同學，讓班級上總是能有很好的互助合作精神。

國小期間，品格與綜合表現優良，曾榮獲多次模範兒童，在學業表現優良，科技與英文類特別突出，體育項目也熱中參與，全方面的努力付出與自我投入，因而得到各項比賽與評審的肯定。

國中階段，連續考取「噶瑪蘭族語」初級與中級認證，七年級被推選為模範生，八年級當選為班長一職。

上褚擔任班長職務，能盡責地完成學校或師長交辦事項，協助推動許多班級活動或事物。在班上人緣極佳，備受同學喜愛與敬重。作為女生拔河隊隊長，帶領班級在班際拔河比賽奪冠。展現懂得感恩與知足溫暖的內在特質，及自我的期許、學習與生活態度的反思。

上褚獲得班上同學大力支持與推薦，代表班上參加全校3Q達人甄選，並榮獲全校同學與師長支持，得到EQ組第一名的成績。



EQ 達人國小組第一名

周蔡哲顯／大勇國小

(一) 自己的話：

我是大勇國小六年級的周蔡哲顯，一直以身為排灣族裔的平地原住民為榮，也很榮幸高票當選本屆自治市長。當班導看到3Q達人徵選活動時，他開心地和爸媽的討論並推薦我參與EQ達人的報名。

雖然我是個小學生，但是對於兩起社會新聞還是心有餘悸，一個是去年底新北市土城區的國中生居然拿刀刺向隔壁班同學，造成喧騰一時的割喉案；還有今年五月在臺中捷運上發生轟動全國的隨機傷人事件，讓我印象深刻。每當有校園歧視、霸凌等新聞時，師長都會藉此告訴我們這些問題有可能是起因於「情緒控管不當」，讓我了解到如何控管情緒是人生的一門大功課。

在競選自治市長期間，感謝同學陪伴我在每一節下課至各班走廊或操場，在吵雜又炎熱的環境中辛苦拉票，考驗著我如何保持清醒的頭腦及流暢的表達。每當壓力感瞬間上升，挫折感一併湧現時，我會告訴自己深呼吸並且集中注意力，調整心情，加上團隊成員相互鼓勵打氣：在無數次的鞠躬、無數次的自我介紹、無數次的政見發表中……用心的完成每一次拜票。

1、尊重差異，同理他人

在家庭中每個人的個性、脾氣與習慣都不會一樣，連生活在一起的家人都有獨特性，更何況在學校有這麼多來自各種不同生活背景的同學，不能因為與多數人不同就鄙視他，應該給予尊重並包容。

面對困難或比賽時，大家應該發揮所長互相協助達成共同目標，當同學情緒低落時，我會適時的安慰同學，傳遞關愛給對方；在學習上成績有不好的時候，我則會和同學互相討論，除了與同學間友誼愈來愈好外，全班同學的凝聚力也更強。

2、接受挫折，化為轉機

小一到小五期間擔任過班長、副班長、衛生股長及各科小老師等經歷，使我學習到如何領導同學及分配工作。從老師身上我看到領導者有更多能力協助其他同學，在被推選為自治市長候選人時，我選出自己的競選團隊，但團隊中會有意見分歧的時候，我必須顧慮隊員的心情及想法，兼顧對團隊最有利的方法。當中曾經歷很大的難關，包括出現其他同學負面訊息中傷我、班上同學意見不合的爭吵、校園中宣講政見的緊張感等，讓我的情緒很低落，後來我轉念想成每次的困難都是挑戰，透過運動及看書，也有效轉移我的注意力，減少負面情緒對我的影響。遇到挫折時，我也會和家人分享自己的感受，交換彼此的想法，提醒自己先把情緒控制好，保持樂觀的態度。

3、參加比賽，挑戰自己

參加比賽可以增廣我的視野，雖然不一定都會獲獎，但每次總讓我重拾信心的原因就是「還有比賽等著我」。獲獎記錄如下：

- 1.112學年度「閱讀人生系列競賽」3～5年級組演書比賽佳作。
- 2.112學年度協助身心障礙同學增進學習機會，獲得「小太陽」光照大地獎。
- 3.112學年度會長盃英語嘉年華比賽五年級讀者劇場第三名。
- 4.111年度小桃子樂園網路微文競賽第1期童詩創作組入選。
- 5.109～111年度桃園市大勇國小區模範兒童。
- 6.109～112學年榮獲優秀原住民獎學金。

(二) 師長的推薦：

1、高年級導師林聖欽

第一次看到這孩子時就深為他沉穩的眼神和性格所吸引，日後也成為我班級經營的好助手。其實本班有一位情緒障礙生，較易與其他孩子衝突，學校也為這孩子開過多場個案會議及家長協調會議……感謝固莖同學總能適時前往該生旁邊協助他降低周圍情境的刺激，甚至在他情緒爆發時，還能協助老師一起引導同學暫時疏散而回頭帶領該生……這是超乎年齡的成熟和能力。在參選自治市長期間，周蔡同學發揮他良好教養和EQ，從競選日到投票日他堅持帶領同學宣講政策並逐班拉票，最終以兩倍差距高票成為自治市長，身為見證者的導師我實在與有榮焉。

2、中年級導師黃奕彰

哲顯在中年級時期擔任班長，在同學前面喊起口令架式十足，儼然是個天生的領導者，在班上與同學互動佳，做事敏捷勤快，總會適時地向老師反映班上的各項突發狀況。與同學共同討論解決策略，哲顯即展現出良好的溝通互動能力，另在上課時學習態度主動積極，面對自己不會的問題都會提問，也虛心求教；對於老師的指導，也樂觀積極地面對，擁有很好的情緒管理能力，不會因為別人的批評或不同的意見及看法而生氣或難過，反倒會認真並正向的面對自己的問題，甚至進而去理解對方，並幫助彼此解決問題，對於別人的意見也會虛心接受，並審慎地思考、去克服困難，在處理自己情緒上總是十分冷靜，超越同齡的孩子，甚少讓人操心，堪稱「品學兼優」的好學生。

3、低年級導師陳玉潔

周蔡哲顯在自治市團隊裡面擔任小市長的角色表現相當出色，具有個人領導特質。能夠依照老師給他的各項指示帶領團隊完成任務。哲顯情緒穩定善於與同學溝通，人際關係良好，協調能力強。例：學生朝會時均能有條理的敘述各項宣導及報告事項，並能一一協調各局長輪流擔任每周學生朝會主席。

4、訓育組長李昆謙

在學務處時常能主動幫忙學務處主任及組長們，是師長們眼中高EQ的得力助手。

5、校長謝繼仁推薦

哲顯是一個認真又踏實的孩子，每次在兒童升旗典禮上，看到他有條不紊地致詞，令人對他穩定的台風感到稱許；尤其在校務會議上，對全校老師和家長代表侃侃而談，毫不怯場，甚至能幽默以對，在場的大人們都對這位新任小市長的高EQ給予掌聲和肯定。





MQ達人國中組第一名

李亮堇／中壢國中

自我敘述：

（一）品學兼優，熱心服務及公益

我從小患有罕病——「脊髓性肌肉萎縮症」，依靠電動輪椅移行代步。雖然，我的肢體受到疾病的禁錮，生活自理上需要他人的協助，但是，我的思想和內心是不受限制的。從小接觸早療中心、罕病基金會及社福團體，參與活動時，看到這些社（志）工們熱心服務病友，啟發我除了接受協助，我也可以思考如何幫助他人。從小學起，在班上曾擔任過風紀股長及衛生股長和小老師，願意與同學一起為班級服務。我知道除了精進學業外，品德也很重要，所以我能做到循規蹈矩，並善用我成績良好的優勢，協助同儕學習，尤其是我的好朋友們經常來詢問我數學題目。另外，遇過有許多小朋友好奇為什麼我要坐電動輪椅，每當被問起，我不會因此感到被冒犯而厭煩，反而會跟他講：「我是肌肉萎縮症，是一種天生的疾病，讓我無法走路，不過，我也能大家一樣完成許多事。」

雖然我行動不方便，也會想為社會盡一份心力，我曾經去馮潮關懷協會協助分裝愛心關懷物資，方便協會後續的發放；在學校園遊會活動時，進行義賣並將所得捐贈罕病基金會；另於榮獲總統教育獎後，更願意捐贈部分獎金，想盡回饋之心並讓善延續。

（二）獲得AQ達人，參與生命教育

國小6年級時，班級的自然老師是學校的輔導組長，詢問我有沒有意願參加本市的「3Q達人故事甄選活動」，覺得我很適合參加這個活動。我覺得這是有意義的活動，可以傳遞正向能量，便將自己不因疾病限制而表現優異的事蹟撰寫成故事文章，代表學校參選桃園市「3Q達人故事甄選活動」，獲選國小組AQ（逆境智商）達人第2名。很榮幸能因為這個活動成為生命教育的分享者，可以藉由我的故事鼓勵身處逆境的小朋友，接受困難的挑戰，奮發向上，勇於追逐自己的夢想。未來我要用透過寫作和演講積極參與生命教育的工作，希望能讓幫助和鼓勵到更多的人。

（三）榮獲總統教育獎，願為兒少盡一份心力

身為罹患罕見疾病之重度身心障礙者，在成長及求學過程中，深感學齡兒少於社會及校園資源有所匱乏不足之處，往往需經歷辛苦的爭取權益過程。所以，在我獲選總統教育獎後，思考除了分享我的生命故事外，還能如何為兒少盡一份心力，提升逆境兒少的的生活。我秉持熱誠的心，希望能夠為身心障礙或生活困苦之兒少朋友爭取權益及友善環境，有幸獲選代表桃園市提報至衛生福利部參與114年度「行政院及衛生福利部設置兒少代表」之遴選。期許自己能被遴選為兒少代表委員，未來能藉由相關培力活動及課程，提升相關素養，並能透過參與相關會議及提案建言，逐步實現健全權益及有愛無礙友善環境。

（四）獲頒品德教育實踐獎，持續提升品德心性

有幸今年能獲得本市教育局與台塑企業文物館所頒發的第十二屆（112學年度）「品德教育實踐獎」之「實踐獎」，是對我良好的品德修養的肯定。我不會因此而自滿，仍會持續提升品德心性，不論在課業或是品德上，期許我能追求卓越的表現和夢想。孟子曰：「故天將降大任於斯人也，必先苦其心志，勞其筋骨，餓其體膚，空乏其身，行拂亂其所為，所以動心忍性，曾益其所不能。」雖然我身體受到禁錮，未來走得也必定艱困，但歷經淬鍊後心性，卻比一般人更堅韌，更所謂：「逆風飛翔，反而飛得更高、飛得更遠。」我能更懂得尊重差異化和同理包容的重要性，推動關心弱勢群體，期許能夠用自身品德感染身旁之人，讓社會越來越友善。

導師徐宇瑩老師：

當學校完成7年級新生編班及導師編配後，我得知班上有位使用電動輪椅的特殊生——亮堇，而最「特殊」之處，亮堇是今年甫榮獲「總統教育獎」得主，除了想瞭解亮堇就學的協助需求外，也想瞭解這位學生「特殊」之處。開學前，於IEP會議中終於見到亮堇，外表斯文有著靦腆的笑容，感覺到是位彬彬有禮的學生。特別是不因自己行動不便，仍主動表示願意擔任小老師及班級幹部，認為自己不是只能接受協助，也能服務同學，這份良好的品德修養值得稱讚。

經過這段日子的互動，觀察到亮堇為人誠實正直，心地善良質樸，平時謹言慎行，實事求是。平時對師長能尊師重道，也會在重要節日寫小卡片感謝老師的辛勞，是位懂得感恩及貼心的學生。雖然身體受到疾病限制，仍擔任衛生股長為班級服務；另外，平常除了自己認真學習外，也願意協助程度較弱的同學，只要同學去詢問亮堇功課問題，皆能大方熱心的協助、教導同學，有如在瘦小的身體內住著良好品德的巨人。亮堇近期榮獲本市教育局與台塑企業文物館所頒發的第十二屆（112學年度）「品德教育實踐獎」，優良的品德堪為同學們的表率。

各項優良事蹟：



榮獲2024總統教育獎，總統教育獎頒獎典禮，品學兼優堪為楷模。



榮獲「品德教育實踐獎」之「實踐獎」，良好的品德修養備受肯定。



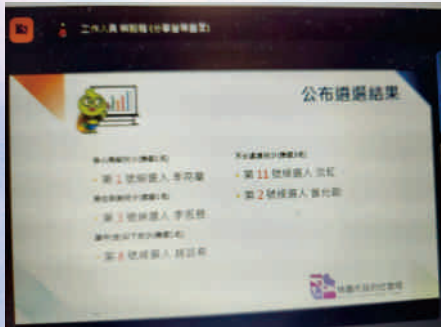
參與馮潮關懷協會整理社會大眾提供的資源，協助分裝愛心關懷物資，方便協會後續的發放，關懷需要支持的弱勢家庭。



園遊會愛心義賣，所得捐贈罕病基金會，提供才藝班經費。



捐贈部分總統教育獎獎金，將捐贈罕病基金會，回饋社會。



桃園市政府社會局提報行政院及衛生福利部遴選114年度兒少代表。



AQ達人及優秀學生獎學金獎狀



MQ達人國小組第一名

張媛涵／有得雙語中小學國小部

我時常想起媽媽常對我們孩子所提醒的「溫、良、恭、儉、讓」，這些意涵在我心中有著更具體的詮釋。「溫是敦厚和善、良是平和正直、恭是敬重有禮、儉是節制有度、讓是謙遜不爭」，覺得這番註解之於道德更能簡明易懂，並且也覺得日常之中，很值得引以為鑒，時刻自省有沒有實踐。其實無論古今或現在，在我們生活中，隨時會有用到「溫良恭儉讓」該有禮節的時候，深信人們皆可與生俱有向善的本能，所以對於我而言，期許落實每件大小事情，都應將德善放在首位，自勉「品格勝於知識」為體現，力行思想中正不偏激，與人交往時就會如春風拂面一樣舒適，願與大家共勉之。

「溫，敦厚和善」同學眼中的我——欣欣向學、善於欣賞、尊重寬恕

從低年時直至現在升上高年級後的班級，時常在班上同學眼裡，都會開玩笑的稱我為「學霸」。在他們心中，總是我課後還有許多的校外學習活動，偶有大小賽事忙碌，以不耽誤功課為優先，課業進度依舊全力以赴，不禁聲聲佩服。我聽了非常欣喜，原來在我開心充實每項不同學習，進而積累了一些成果，在同學的眼中，我竟然是個厲害的學霸。

話說，在我們活潑可愛的班裡，其實各個都是臥虎藏龍，各自兼備許多學有所精的特長，我很欣賞大家，也喜歡同學之間相互幫助，常熱情主動的發出討論，分享學習所遇的瓶頸以及互勉突破，並肩積極向上，大家是一個整體，團結一心，每個人都發揮出色的所學，有著想為班級爭光的榮譽心。我很享受跟同學們一起玩樂的時光，盡興融入大家，一起歡樂大笑，儘管有時候看到調皮同學打鬧也會見義勇為良性勸導，不免產生小磨合，但溝通之後很快大家都能一解矛盾，仍覺得在校園的時光開心快樂。在同學們眼中的我，概括總評大概就是「認真學習、樂於助人、時常歡笑」。

「良，平和正直」團體活動中的我——歌聲悠揚、團結合作、積極正向

還記得當年學校音樂老師正在我們中年級生招募小隊員的時候，對唱歌十分感興趣的我在得知入選時感到超級開心。參加合唱團是我學習以來第一個團體大社團，且是為學校爭取榮譽而集體訓練的團隊，與選手們相處融洽，逐次把老師所糾正的歌唱缺點改正，那種感覺真的很好。

印象最深刻的一次比賽，在「桃園市鄉土歌謠比賽」初賽中榮獲入圍，取得「全國音樂比賽」總決賽資格，由於決選會場遠在臺東大學，面臨遠距離的比賽地點，學校以及音樂老師仍無畏萬難，堅定悉心培養，帶領我們全員赴賽的精神，令我非常難忘。雖然當日面對各校傑出的表現，以及專業評審的目光，還有上臺的緊張感，都讓我壓力發條拉緊，但卻又在全團精神抖擻大聲合唱中不知不覺的放鬆，專心展現出優於平時練習再更好的水平，把實力淋漓盡致的發揮出來，最終不負學校的鼓勵以及音樂老師辛勤指導，榮獲「優等」的優異成績，大家都非常開心。

有幸加入學校合唱團，是我備感榮譽的團體經驗，在合唱團裡大家一起高歌，回望每個訓練時光，那些如天籟之音的美妙歌聲、團結一致的氛圍，讓我學習到合作精神，這些經歷也對我學習生涯很有意義。

「恭，敬重有禮」師長眼中的我——禮貌體貼、負責合作、積極正向

在生活中，常有許多所作所為，我們都是在無意中向身旁的人學習而來，父母師長在日常生活中的以身作則，耳提面命的諄諄教誨，都會成為我們成長路上的重要模範，總會在不知不覺中去模仿和學習。在學校吵雜的聲音中，隱約總有一個理性又熟悉的聲音——那就是老師的聲音。老師們必須維持上課的秩序，且要平衡氣氛不能太過於枯燥乏味，必須適量的控制包容同學們的音量，但又不能完全禁止，這讓在臺下的我學到了許多，從師長身上學到了適度的包容，面對每位老師不同的教學風格，那些風格在無意中潛移默化，改變著我們的行為。

常看著老師為班級付出的辛勞，下課時如有空閒，我也樂當老師的小幫手，對於老師交付的任務，總是積極負責完成，從老師的肯定中讓我覺得很有成就感，善於助人，是我在學習之中另一個更大的快樂。

「儉，節制有度」爸媽心中的我——飲水思源、溫暖有愛、節制自律

在我家可愛的小窩裡，只有我與弟弟兩個小寶貝，共享著爸爸媽媽無盡的關愛，他們都是我生命最重要的人。尤其我可愛的弟弟，每天陪伴我在校園中的唯一親人，許多他還沒學習到或學習中所遇的困難，我都會盡力把我所學也教會他，爸爸說我就像是弟弟的小家教一樣，很省學費又很可靠，往往聽爸爸這麼一說，就是在讚美我的肯定句，我都好開心，感覺我自己也有能力開始為這個家付出微薄心力，能教會弟弟又能省下學費的雙向收穫，真的好值得呀！媽媽常說我是個穩重踏實的孩子，有著良好主動學習的習慣，即便在充滿許多玩樂誘因的时代，依然不為所動，可以節制玩心專注學習，是她心中很暖心的好孩子。

在我們小窩之外，幸福的成員還有慈愛的爺爺奶奶，假日最喜歡陪著他們，依偎奶奶，聽她細數著從前的故事。還記得奶奶曾對我說過：「在那個匱乏的年代，一切的生活條件窮困又勞苦！我們的童年，家家戶戶普遍貧苦沒有豐盛的食物，幾乎從來沒有飽足過，是個非常艱苦的歲月。」聽了過往故事，我對當時的生活環境感到非常驚訝，他們是承載了艱巨的風霜與磨難，非常不易的歷程才走過堅辛從無到有，撐起了整個家，養育出我優秀的爸爸，我和弟弟才得以出生在一個安定的家庭，享有現在的幸福生活，是他們教會了我們珍惜擁有，保持節儉的習慣！不可隨意揮霍浪費。有時候看著奶奶，線穿不到針眼裡去的時候，才發覺他們年紀愈來愈大，都正在漸漸變老，想到這個我就不禁感到不捨，很希望時光稍微慢一點點，我很敬愛他們，家人是我最堅強的後盾，希望可以永遠在一起。

「讓，謙遜不爭」用心學習中的我——勇於挑戰、勝不驕、敗不餒

學習的滋味是因入而異的，但是我相信「一分耕耘就會有一分收穫」，並且絕對不可抱有投機取巧的想法，不論學習什麼科目，要動真認真完成老師吩咐的作業。我立志當位可以全面發展的好學生，所以更需從德智體群美多方面學習，感謝我的父母總是全力支持我。也因為豐富的學習積累，目前為止我已參加過許多次比賽，每回比賽前的一個月，我通常就會緊鑼密鼓忙碌起來，也因為這些練習的機會，讓我不斷的提高自己的水平，令我對每個比賽都記憶猶新。

時間匆匆而過，有時候比賽就像似波濤起伏的海浪，有時激起許多獲勝的美好浪花，成功得獎的同時，像是完美達成強而有力的極限沖浪。然而，也偶有盪漾在我心頭一直久久不能忘懷的落敗。雖然參加比賽並不是每一次都一帆風順奪得好成績，但媽媽鼓勵我要學會珍惜過程更甚於結果，於是我明白了並不是付出都能收穫碩果，但我盡力而為的過程，已經為學習給譜出了一篇美麗的樂章，讓自己有了更大的勇氣和信心，相信在未來更多無限的比賽中，都能永保樂觀，欣然面對成敗，無懼挑戰。



受邀與同學一起報名校園藝術達人表演



與同學一起手繪孝親標語海報



110學年度全國學生鄉土歌謠比賽剪影



111學年度有得校園活動慶典開幕代表



當選模範生由校長頒獎之表揚典禮



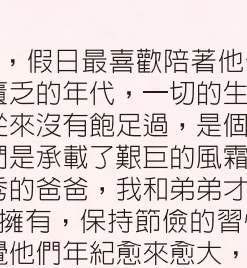
經常在放學後熱心協助消毒教室



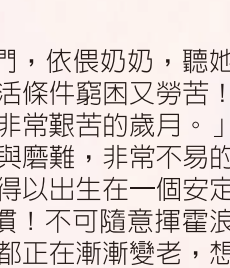
指導陪伴弟弟，攜手四手聯彈比賽第一名



親手為爺爺奶奶烘培無油減糖小茶點



指導陪伴弟弟，攜手四手聯彈比賽第一名



親手為爺爺奶奶烘培無油減糖小茶點



桃園市學生美術比賽第一名作品—創作過程



投稿國語日報—獲選小作家證書頒發

113年度友善校園學生事務與輔導工作計畫學生生命教育多元課程

3Q達人故事甄選活動獲獎學生

AQ達人國中組			EQ達人國中組			MQ達人國中組			AQ達人國小組			EQ達人國小組			MQ達人國小組		
獎項	校名	姓名	獎項	校名	姓名	獎項	校名	姓名	獎項	校名	姓名	獎項	校名	姓名	獎項	校名	姓名
第一名	同德國中	盧詒蔓	第一名	文昌國中	朱上褚	第一名	中壢國中	李亮堯	第一名	龍山國小	郭采依	第一名	大勇國小	周蔡哲顯	第一名	育得雙語中小學國小部	張媛涵
																	
第二名	八德國中	蔡昱濤	第二名	大崙國中	張悅	第二名	內壢國中	程冠維	第二名	新明國小	李奕霏	第二名	新屋國小	林楊子恩	第二名	瑞塘國小	李品恩
																	
第三名	新明國中	廖煒業	第三名	平南國中	喻靜茹	第三名	建國國中	孫瑜蔓	第三名	元生國小	黃柏凱	第三名	三坑國小	吳承翰	第三名	同德國小	吳柔瑾
																	

113年度3Q達人生命故事與生命教育主題研習

113年度生命教育3Q達人故事發表會暨頒獎典禮					
					
					