

品智相長之「分齡成長量度」

(選自 EQ 小組設計及余德淳先生著作之「每天多麼好」)

各年歲對自尊素質的 A 級標準

自尊素質	四歲責任期	五歲聯繫期	六歲自決期	七、八歲玩伴期	九、十歲性別強化期	十一至十四歲才藝期
積極	自發舉手嘗試答題	自我介紹聲音響亮	分享個人實踐經驗	分組表現高參與	男勇敢女謙虛	負責勤練
改進	接受成人改善建議	接受朋黨改善建議	虛心請教人	研究改進方法	與同性建團結	深思熟慮
輕鬆	會面時姿態輕鬆	輕鬆介紹自己名字	輕鬆表達見解	說話快慢自如	對異性輕鬆有禮	發言時祥和
交友	友善點頭	擅記別人名字	尊重問好	能多謝及說對不起	尊重稱呼異性	欣賞別人強項
言行	能禮讓	拍手掌讚賞人	文雅語句	激勵參與士氣	包容異性的誤解	理性回答
歡樂	打招呼有笑容	聽講時有笑容	表達時有笑容	討論時有笑容	有興趣聽異性表達	說話幽默