

國立臺中科技大學 110 學年度第 1 學期「服務與學習」課程反思心得

課程名稱	服務與學習	服務地點	一中街、校園教室、錦平里（福音堂）		
系級	應中四一	學號	1410743○○○	姓名	賀○豪

【What】 服務學習期間，印象最深刻的是？（做了什麼？看見什麼？聽到什麼？）

最印象深刻的是安德烈食物銀行的講座，讓我意識到自己的行為有多浪費跟不知足。因為我是那種吃東西一次就要拿超多，然後吃不完的就放著，不會愧疚的那種，所以自從聽完安德烈食物銀行的講座後，我就一直在反省，這些吃不完的食物，對別人來說是多重要。

還有安德烈做的「培鷹計畫」，幫助弱勢孩童，我非常欽佩他們，這計畫不像一般那種只是我看你有困難，那我就給你物資就好，而是從頭到尾的去教你如何與這社會接軌，就算自己的起步點與別人有差，但是也能活得比別人更出色。

【So What】 服務學習期間，學習到什麼？（成長、益處、收穫）
遇到哪些困難與問題？如何面對與解決？

我認為我在這段時間內，學習到的是一種自我意識的改變、一種態度養成。在做任何事之前，都會去思考我做這件事的後果是什麼？吃不完剩下的食物、隨手就丟的吸管套或垃圾，即使當下覺得沒什麼或是根本沒有想那麼多，只圖方便，而沒有去思考到也許自己的這一個小小的動作，會造成別人多大的困擾，你那些吃不完的食物說不定是別人渴求都拿不到的。

雖然這種隨手就丟、有東西就吃的這種習慣可能沒有辦法那麼快改掉，但是我覺得只要在當下我又要這麼做的時候，能想起這些後果，能多為他人著想一點，我相信這個善良的因子是可以深根在我自己的內心裡面的，「意識到自己做的事情是不對的」這點很重要，從心裡認知了，自然行動上也跟著改變。

【Now What】 服務學習期間，發覺自己有什麼改變？（對自我、社會、人事物的看法）

我覺得最大的改變是發生在我自己一個人去一中撿垃圾的時候。因為我自己一開始對於那種在路邊撿垃圾的人是沒什麼想法的，就是我看到的當下，我不會覺得他在做一件有意義的事情，而是直接忽略他。

但是在我自己一個人去做這件事情時，我發現真的好多垃圾，有塑膠袋、煙蒂、菸盒、手搖杯，數個手搖杯，真的超多，一個垃圾袋都不夠我撿。而且一中商圈又離我們學校這麼近，原來這就是我平常生活的環境，每天行走經過，我卻都對它不聞不問。

有時候真的是得要自己親身體驗一次，才能知道其中的意義，看到自己沒看到的東西，注意到自己不曾意識到的東西。

讓我覺得很有趣的是，在我撿垃圾的時候，有好幾個人會把地上或者是手上的垃圾撿來給我，人是一種從眾動物，當看到別人在做的時候，自己也會覺得自己要做這件事情，所以當我看到這些人幫我撿垃圾的時候，我莫名覺得很欣慰，同時也為自己感到驕傲，因為我的一個小舉動，也能讓人一起動起來。頓時讓我信心大增，越做越開心。

國立臺中科技大學 110 學年度第一學期「服務與學習」課程反思心得

課程名稱	服務與學習	服務地點	安德烈食物銀行、錦平里環保小學堂		
系級	應中-1	學號	1411043○○○	姓名	陶○玟

【What】 服務學習期間，印象最深刻的是？(做了什麼？看見什麼？聽到什麼？)

在這學期的服務與學習課程中，我們總共有兩次校外服務的課程——安德烈食物銀行以及錦平里環保小學堂的回收油再製肥皂。其中，我最印象深刻的是安德烈機構的食物箱。我在這個食物裝箱的任務中，負責分派食物。我認為食物分派員是相當重要的一個角色，倘若沒有臨危不亂的意志以及穩健的節奏，幫忙裝箱的同學就會無法有效率地把食物依照指定順序放入箱子內。而這是團隊合作以及培養默契的大好時機。而這次的服務對我來說是相當特別的，也是我第一次接觸食物銀行這個機構，因此，這次的服務也深深烙印在我的大一回憶。

【So What】 服務學習期間，學習到什麼？(成長、益處、收穫) 遇到哪些困難與問題？如何面對與解決？

在這學期的服務與學習課程中，我覺得最大的困難是在那時候安德烈食物銀行的志工服務。由於那時候是負責分派食物，所以要幫忙搬運物資以及拆箱。在最一開始因為箱子實在是太重了，因此速度稍微慢了一些，然而在和其他負責同樣職務的同學協調及合作下，我們越做越順暢，也讓裝箱的同學能夠更快速地完成任務。在這過程中，我覺得最有收穫的除了更加認識班上同學外，也學習到了如何有效地溝通以解決眼前所遇到的問題。此外，團隊的合作及配合，也是我此趟服務之旅最大的成長。

【Now What】 服務學習期間，發覺自己有什麼改變？(對自我、社會、人事物的看法)

在這學期服務與學習的活動中，我發現自己更能融入團體，也更能和團隊和諧的相處及配合。以前的我，習慣自己一個人處理事情，即使是團隊作業，也習慣全都攬在自己身上。但是在這些活動中，我發現擁有一個和諧的團隊能夠造就事半功倍的效果。我想，這樣的改變定能在團體報告及人際上有相當大的幫助。我想適時地與他人合作，也是在為了以後出社會做準備。因此，服務與學習這門課，對於我而言，是非常有幫助的課程。

國立臺中科技大學 110 學年度第一學期「服務與學習」課程反思心得

課程名稱	服務學習	服務地點	安德烈食物銀行，錦平里香皂製作。		
系級	應用中文系技優	學號	1411048○○○	姓名	王○安

【What】 服務學習期間，印象最深刻的是？(做了什麼？看見什麼？聽到什麼？)

在安德烈食物銀行擔任志工時，有需要包裝很多的物件，裏頭包含了許多的食物以及生活所需用品。本以為輕鬆的裝填食物就好，沒想到來來回回也耗費許多時間，也感受到裝箱其實有困難度，並不是想像中的輕鬆。

而錦平里的服務相對樸實，製作香皂的步驟也在以前完成過，所以有十足的把握做好，而使用一中街的廢油也是一個十分環保的概念。並且，做完的香皂並沒有想像中的油耗味，反而是充滿了香草精油的芬芳。

【So What】 服務學習期間，學習到什麼？(成長、益處、收穫)

遇到哪些困難與問題？如何面對與解決？

我學習到，世界上必定有比自己生活處境更加困難之人，需要懷抱同理心，以及實際作為，才能改善社會善良風俗。而在服務學習的過程中，有遇到很多手忙腳亂的情形，包括食物裝填的錯誤或香皂配方使用錯誤等等。不過在團隊的細心處理下，所有的問題都能迎刃而解，這也是為什麼需要團隊的原因而不是自己完成。

【Now What】 服務學習期間，發覺自己有什麼改變？(對自我、社會、人事物的看法)

我發現我更加能有同理心，也感受到所謂志工團體以及社服人員的辛苦，有些時候甚至是無償付出，確實令人敬佩。而我們也經過這短短的學習過程，發覺自己其實幫不上什麼忙，更多的是一個內心的茁壯以及體驗，透過活動讓我們了解社服的運作以及幫助的對象。

在社會中，屬於低層的人員並不能選擇自己生活的方式，所以我們其他階層的人能給予幫助是最好的。我也透過這次經驗，學習到奉獻的精神，偶爾捐發票或食物，甚至把舊衣以及能被妥善利用的舊物捐獻出去，是一件渺小卻偉大的動作。

希望以後的學弟妹，能經過之後的服務學習一起體會社會困難，並且也有所感悟，進而幫助社會且遠離紛爭與歧視。