

## 國立臺中科技大學112學年度第二學期「服務與學習」課程反思心得

課程名稱	服務與學習	服務活動	縫製布衛生棉		
系級	美容一1	學號	1411252000	姓名	林○君

### 一、服務/課程內容：

**【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？接觸到什麼？之前你們準備的過程?...等等)

最令我印象深刻的是在製作布衛生棉的時候，使用的布料非常的簡單，在市面上也都有在販售的，讓我覺得比較有挑戰性的是縫合的過程，一開始我先嘗試了手縫，但是相較於機縫來講沒有那麼的完美，耗費的時間也比較的久，所以之後就改用了機縫來完成布衛生棉的製作。

### 二、學習要點：

**【So What】** 服務學習期間，學習到什麼？(表現如何、成長、益處、收穫)

遇到哪些困難與問題？如何面對與解決？或者是所見所聞，給你帶來什麼思考與感想？對你的意義為何？

在了解有關布衛生棉後，我學習到在沒有衛生棉的情況下，如何解決月經的問題，製作材料也非常容易取得，製作完的布衛生棉也可以重複使用，非常的方便，也緩解了那些經濟困難的國家女性衛生棉的問題。

### 三、執行/參與省思：

**【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，例如對自己和小組期待與改善是什麼？個人準備進步的方向為何？未來對什麼事情的想法有何改變與影響？對自我的認識與存在又有什麼影響？有什麼疑惑？關心什麼社會議題..等)

了解到非洲地區許多女性對於購買衛生棉是非常的困難，也會因為月經來而不去上學，所以休學的機率也隨之增加，這些都讓我非常的同情，我現在所待的地方沒有這種問題，也不曾想過如果我沒有能力買衛生棉要怎麼辦，所以在能沒有這種煩惱的情況下應該要非常知足，學姐將自己所學到的布衛生棉製作方法帶到非洲，這讓我非常的敬佩，將自己所會的有能力的帶給那些需要的人，真的很厲害，不僅僅是幫助了一個人，而是好幾千人，這讓我萌生了想要去幫助別人的想法。

## 國立臺中科技大學112學年度第二學期「服務與學習」課程反思心得

課程名稱	服務與學習	服務活動	縫製布衛生棉		
系級	美容一1	學號	1411252000	姓名	鄭○馨

### 一、服務/課程內容：

**【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？接觸到什麼？之前你們準備的過程?...等等)

在得知台灣有教導國外偏鄉地方女性做布衛生棉的組織，讓我感到萬分的驚奇，真的是一個很偉大的行動，他們靠著自己的意念讓女性主義抬頭、具象化，其中最印象深刻的，是當地竟然有男性願意為了自己的妻子跟女兒要求能否一起參加這個活動，讓我更加的感動，想更進一步的了解這個組織，也想親自前往，付出自己的力量。

### 二、學習要點：

**【So What】** 服務學習期間，學習到什麼？(表現如何、成長、益處、收穫)

遇到哪些困難與問題？如何面對與解決？或者是所見所聞，給你帶來什麼思考與感想？對你的意義為何？

與非洲地區的國家相比，台灣是一個資源相較充沛的國家，所以我們根本沒見過布衛生棉，也不了解布衛生棉，但透過這次的學習，我認為我增加了一個新的知識和技能，同時也讓我體會到，即便我現在擁有完善的設備、環境、資源，但在世界上某些人可能正需要我的幫助，如何幫助他們，盡到自己的一份力，我覺得是這堂課讓我學習到的東西。

### 三、執行/參與省思：

**【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，例如對自己和小組期待與改善是什麼？個人準備進步的方向為何？未來對什麼事情的想法有何改變與影響？對自我的認識與存在又有什麼影響？有什麼疑惑？關心什麼社會議題..等)

我認為男性願意接觸和試著了解布衛生棉的製作方式，是我在整個課程當中最大的改觀，相信大部分的人會和我一樣，認為資源薄弱的地區還是有著父權至上的看法，可能會認為他們不需要了解女生的月經，或者認為那是不潔的東西，可是他們並沒有，而是願意一同參與課程和學習，這也是我最感動的地方，看見世界各地都在漸漸的和平。

## 國立臺中科技大學112學年度第二學期「服務與學習」課程反思心得

課程名稱	服務與學習	服務活動	縫製布衛生棉		
系級	美容一1	學號	1411252000	姓名	林○庭

### 一、服務/課程內容：

**【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？接觸到什麼？之前你們準備的過程?...等等)

這次的服務是在幫助非洲的女性製作布衛生棉和介紹他們實際到當地看的人、景色、當地文化及經歷到在台灣沒有的體驗等，在聽的時候真的懷著好奇心，目不轉睛的盯著。

印象最深刻是製作布衛生棉的過程，一想到自己親手做的可以提供給需要幫助人，在做時候我想著要做的精美牢固，有做禮物的感覺，做出來的作品都變得不一樣。

### 二、學習要點：

**【So What】** 服務學習期間，學習到什麼？(表現如何、成長、益處、收穫)

遇到哪些困難與問題？如何面對與解決？或者是所見所聞，給你帶來什麼思考與感想？對你的意義為何？

這次看到非洲實際的環境，覺得對他們女生來說非常不容易，天氣悶熱、水資源不乾淨，生理期很困難，也沒有拋棄式衛生棉能使用，老師帶領他們的團體去幫助、教導他們實際操作而不是直接給予，覺得透過自己有的能力去幫助他人，真的很可貴。在製作衛生棉的時候因為要牢固，所以要盡量在比較邊緣一點的位置縫製，因為是車縫而且在邊緣所以很常跑歪，嘗試多次才車出比較直且牢固的線。

### 三、執行/參與省思：

**【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，例如對自己和小組期待與改善是什麼？個人準備進步的方向為何？未來對什麼事情的想法有何改變與影響？對自我的認識與存在又有什麼影響？有什麼疑惑？關心什麼社會議題..等)

在幫助別人，我覺得自己更有了行動力，我未來很想透過自己有的技能去免費幫助需要的人，以實際教導為主，並不是持續供給而已，他們也許也能透過我教的技能再去幫助別人或是自己幫助自己，我覺得這樣比起我單純擁有這個能力來的好，也期望自己能夠保持這種想法可以從中獲得不一樣的體驗。