

# 國立臺中科技大學 110 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	服務地點	惠華日照、自主社區打掃		
系級	護理一 2	學號	1411051○○○	姓名	蕭○煜

【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？)

這學期眼看疫情有趨緩的跡象，本來已經計畫好所有的活動內容要準備去機構帶著長輩一起參與了，沒想到要去機構的前幾個禮拜疫情再起，直接突破了這兩年來的紀錄，也讓我們無法如願去機構服務。其實一開始聽到這件事情的時候有點小難過，因為同組的同學們都很辛苦的把要去機構帶活動的道具做好了，也練好體操了，但後來換個想法覺得我們可以把學過的體操帶回家教家裡的長輩和鄰居們一起做，這樣不僅不會辜負當初練習的成果同時也可以幫助那些長輩們多活動身體。雖然我們這學期不能去機構很可惜，但我們還是每個人都寫了祝福卡片要轉交給機構的長輩們，這應該算是我第一次寫卡片給陌生人所以一開始其實有點無從下筆，坐在位子想了好一會兒，後來決定就把他們都當成我的爺爺奶奶來寫，決定之後便容易了許多雖然不知道那些長輩們看到會是什麼反應，但就希望他們在那邊不要太無聊太孤單，因為上學期去跟長輩們聊天時，就發現跟我聊天的張伯伯好像很希望可以跟孫子們待在一起一講到孫子他的眼睛就亮起來了，臉上的表情也開朗了許多，所以我還是希望以後如果還有機會可以去機構服務的話還想去多陪陪他們。

【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？

在課程中最大的學習收穫是學習和同組的同學們一起討論規畫活動，觀察大家在過程中所遇到的問題與衝突，可以看到班上同學們處理事情的方式，是很有條理也都考慮的很完善，這讓我發現原來自己跟他們差了一大截，在護理系裡不只一位老師跟我們強調過我們需要鍛鍊自己分析問題和解決問題的能力，所以我覺得在這學期因為有做活動規劃的報告，讓我能聽到老師評斷我們做的優缺點，讓我們有方向能去改變，這是這學期和上學期最大的差別，也是對我來說最大的收穫。而就上學期而言，讓我最需要多努力的部分是毅力和耐心，因為我們每個星期就必須早起早掃一次這對我來說真的需要意志力去告訴我自己要努力起床去完成自己該做的責任，慶幸的是我這兩個學期沒有缺掃過任何一次，而耐心的部分也不容小覷，因為在未來在臨床會遇到各式各樣的病人，我們都需要有耐心地 and 病人衛教或解說注意事項。

就我自己認為服務是藉由自己身體力行去回饋這個社會，從小我們都被呵護長大家長們都提供了很好的環境讓我們不愁吃穿，可是我們的社會並不是大家都過得如此安逸，還有很多弱勢族群每天在煩惱如何溫飽一餐，所以我覺得規劃服務學習的課程可以提醒我們要多回饋社會幫助別人，而不是把現在所得的視為理所當然，更不能想著要有回報才去幫助別人。

【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)

自主規劃服務:打掃社區環境

因為疫情不能去機構服務也沒辦法繼續早掃，根據老師提供的幾個替代方案中我選擇了打掃社區環境這一項，自從上了大學幾乎都不常在家裡就算回家也是天昏地暗的深夜了，而且平時也都沒有特別注意原來家裡附近的雜草已經長的那麼多了，便打算透過這一次的機會把他們全部都掃除，也一併把社區的街道都掃了一遍，但因為社區裡的居民都很有默契都會固定把自己家附近的環境整理乾淨，所以這次打掃並沒有掃到太多的垃圾，僅是把最近因為反覆下雨又曬太陽而出現的青苔灰塵打掃乾淨而已，具爺爺所說平時他只要看到有落葉和菸蒂他就會去把他掃起來，這才讓我發現原來社區可以一直保持乾淨是因為大家都很有意識的去維護他，只是我一直忽略了這件事情而已，藉由這次的機會提醒了我要多留意周遭的生活而不是一直活在自己的世界裡，生活中有太多因為我不感興趣而忽略的事情了，覺得自己也成年了不能再這麼對社會毫無關心了，而是要學著跨出一步去了解這個社會。

我認為在服務學習的課程中，帶給我最大的快樂是能夠去機構陪伴長輩們的那段時間，因為在機構能夠聽長輩們分享自己的故事還能跟他們一起做活動，看到他們開心的表情自己也會開心一整天，雖然他們講故事都會重新講同一段但看著他們講得那麼興奮就覺得算了，能夠陪在他們身邊說說話就很滿足了。而在課程中讓我最痛苦的事情就是每個禮拜要早起早掃，想說已經脫離高中需要很早起上課的日子，殊不知到了大學還是逃不過需要打掃的日子。



# 國立臺中科技大學 110 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	服務地點	惠華日照、自主社區打掃		
系級	護理一2	學號	1411051○○○	姓名	廖○貞

**【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？)

在本學期的服務與學習課程裡，我們大部分的時間都拿來規劃即將參訪惠華機構的活動，如何帶動老人一起健康的做運動、樂活身心，一想到可以藉此代替他們的親人，發揮一點陪伴的力量就覺得不管規劃活動需要多少演練、繁瑣的布置，都將是值得且富意義的事情。但人算不如天算，在日期將至之時，疫情的影響使我們打退堂鼓，被迫中止去參訪老人的活動。這個消息使我無比沮喪，人生能有多少次機會，可以與同學一同營造青春的氛圍去渲染社會的弱勢呢？

**【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？

不過在準備活動的過程中，還是有一些收穫的。例如學習到與不同意見、想法的人去討論事情，在甚麼情況必須主動發表意見，甚麼情況必須退一步包容與自己迥異的思維，拿捏分寸的力道變得非常有趣。我認為這堂服務與學習課程，就是想讓我們提早演練將來步入社會的銜接，自己除了投入工作、照顧家庭之餘，其實也可以將目光放遠到整個社會，生活周遭一定或多或少都充斥著比自己更需要幫助的人，各式各樣的問題困住他們導致無法正常生活，活的不快樂之外甚至因此喪失活著的希望，我們並不是每個人都必須立志當救世主，事實上我們也沒人有這能耐跟資格，但若可以盡自己最大的力量去關懷跟感同身受，將會發現改變社會這件事，其實不是自己所想的那麼複雜，一個簡單的慰問及關心，或許就可以使路邊的流浪漢感受到一絲希望的曙光等。

所以服務與學習這門課正是不斷的提醒我們「陪伴」是多麼重要的一件事，小小的舉動以及燒花心思的理解，就可以幫助社會的齒輪能正常且持久的運轉。我想，再也沒有比服務社會更能使自己快樂、滿足的事了吧！

**【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)

落實生活中的垃圾分類這件事，看似微不足道但實際的影響，小至改變生活周遭環境大至牽動整顆地球的氣候變遷，也正是聯合國的SDG的第13項目標，臺灣人口密集而資源短缺，過去數十年來，隨著經濟發展所衍生出來的廢棄物問題，已嚴重衝擊到環境品質與人民的舒適生活，在過去民眾環保意識尚未抬頭的70年代，甚至曾經爆發「垃圾大戰」，街道上堆滿未處理的垃圾。

近年隨著環保意識抬頭大眾才漸漸了解回收對生活的重要所以能夠從自身先做起正確的垃圾分類也是件回饋社會、又能令資源不浪費的再度被利用，減少地球的負擔延續未來繼續住在地球的時間。