

國立臺中科技大學 111 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	安得烈食物銀行		
系 級	應用日語系	學號	1411142000	姓 名	蕭○勻

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)

在服務學習中，我覺得印象最深刻的是每週的午掃，我的部分是負責撿垃圾，在過程中都會夾到許多塑膠、飲料空瓶，還有同學們午餐留下來的塑膠袋和竹筷等垃圾，雖然一再的宣導，但經過了一週還是有不少垃圾，經由大家分工去完成屬於自己的部分讓教室以及學習環境變得更優質以及舒適是我覺得很棒的地方，因為有大家共同的維護才有這樣的空間！雖然會犧牲一點點午休及用餐的時間但我想這是很值得為系上貢獻的心力。

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？

在安得烈食物銀行的服務期間我們一同來到了校外，幫這些需要運送的物資分配裝箱，當天總共裝了150箱，藉由這個服務可以讓班上的同學更知道如何分工合作才能夠更迅速又有效率地完成裝箱，過程中因為許多物資像是罐頭比較重的部分就由男生來幫忙一箱一箱抱著女生接手後一個一個放進物資箱，還有在最後封箱的時候因為紙箱比較厚，所以兩人協力其實比自己慢慢做還加倍許多。我想這是我從來沒體驗過的服務所以很感謝安得烈食物銀行給我們這樣的機會去做不一樣的社會服務。

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)

對我來說因為一直相信著「能者多勞」所以當我們還有能力還有多餘的心力時可以去幫助人的機會我會用最大的努力去做，覺得這點是這學期心態改變最大的部分。過去可能不會這麼仔細去觀察周遭需要幫助的人、是、物，其實還有好多的地方和孩子等著我們去改變以及支援，相信大家所做的每個小舉動都是對環境對社會對世界很大的幫助！在未來，也希望自己能多參與不一樣的服務讓這樣的精神可以持續遠播。

國立臺中科技大學 111 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	安得烈食物銀行		
系 級	應用日語系	學號	1411142000	姓 名	莊○樂

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)

這次的服務與學習的課程內容是至安得烈慈善協會協助食物銀行的裝箱工作，要去安得烈慈善協會服務之前，學校有安排一位在安得烈服務多年的志工來學校演講，在那場演講當中，學習到不少知識，除了瞭解到浪費食物帶給地球負面的連環效應，還有教導我們該如何減少食物的浪費，間接減少地球的環境汙染和資源浪費，像是養殖黑水虻能夠吃廚餘，幫助人類減少我們吃不完產生的廚餘浪費。安得烈慈善協會服務的那天，一進到協會裡發現非常多疊得比人高的紙箱，真的可以用疊成山來形容，聽到在二十一世紀的台灣還有許多比較辛苦的家庭需要每天為了溫飽三餐而煩憂，再想想自己現在能無憂無慮的過大學生活，還能選擇自己喜歡的食物吃、自己喜歡的衣服穿，應該更加知足，把握現在擁有的一切。

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？

本次的服務學習，主要的內容是為需要的家庭準備年夜菜，雖然不認識服務的對象，但就像聖誕老人分裝禮物一樣，我也是帶著禮物的心情為他們服務。帶隊志工把所有人分成了三大組，分別在三大區域分裝食物，我們這組非常有默契，每個人都知道自己的工作，如果有需要填補的空位也會有人立刻挺身而出。因為本次的工作內容是要將裝在一箱一箱紙箱中的各類食物分裝在安得烈食物銀行專用的紙箱中，需要一直彎腰和蹲著。在服務的過程中，聽到志工說這些我們裝入紙箱中的那些糧食是那些需要幫助的家庭的年夜飯，說實話其實有些感傷，我想像的年夜飯應該是滿桌的珍饈，全雞全魚都不可少，但是這些家庭可能都還沒辦法品嚐到那些佳饈，對他們而言，安得烈食物銀行所提供的年夜菜可能已經是他們一年之中最豐富的菜色了。

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)

經過這次的安得烈慈善協會所提供的服務機會，以及本學期所有的服務，我發現服務是一件很開心的事情，雖然不一定會有人跟我道謝，但在過程中抱持著不求回報的心情，服務這件事自然也會變得簡單許多。服務和學習互相結合，就是為了讓目前還是學生的我們在服務的過程中獲得學習的效果，學校設計具有服務意涵的目標，注重學生的熱情和參與積極度，學生們會從中獲得專業的發展，讓我瞭解到服務學習的目的。除了讓我們能獲得實際胡務經驗的機會，達到真正的學以致用，藉由實際服務與知識技能的結合，得以促進自我成長。

國立臺中科技大學 111 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	安得烈食物銀行		
系 級	應用日語系	學號	1411142000	姓 名	劉○能

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 12/26 禮拜五蔗糖服務學習的其間我們去了安得烈食物銀行幫忙，區幫忙分裝食物給偏遠弱勢族群的孩子，去到那邊看到滿山滿穀的紙箱和食物，那邊的負責人跟我們說這些都是要給弱勢孩童們的禮物，這也讓我們的心情頓時產生了轉變，讓我們原本想說只是來幫忙的心情，變成了其實我們是來幫忙送禮物給這些人生遭遇與我們不同的孩子。讓我們頓時覺得心裡暖暖的，會希望他們打開箱子會露出開心且幸福的微笑，讓我們的心裡充滿了踏實感。

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？

到了食物銀行我們有的人負責拆箱、有的人負責分裝食物。而我是負責幫忙拆箱的部分，這對平常在全家打工的我來說，平常在全家拆箱就是我們每天要做的工作，這也讓我在這次服務學習中拆箱的部分做的得心應手如魚得水。也因為大家分工合作、各司其職也讓我們原本目標五十箱的作業很快就做完了，這也體現出了人多團結力量大的表現，讓我們知道團結合作讓原本可能需要消耗很多時間的工作，在大家努力分工合作工作之下能夠大大的減少所需的時間。

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)

這次去安得烈食物銀行前其實我就有大概知道食物銀行是個什麼樣的地方，到了現場感受到那個地方的氛圍是多麼的溫暖。藉由送食物給那些人生遭遇跟我們不同的孩子，那些孩子不能選擇自己的家庭，從出生起就過著比我們一般人不同的更辛苦的生活，對我們來說吃飯是一件很平常的事，這次去安得烈食物銀行讓我們發揮自己一份小小的心力，回饋社會，讓我們的心裡感到非常充實且溫暖。

國立臺中科技大學 111 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	安得烈食物銀行		
系 級	應用日語系	學號	1411142000	姓 名	林○瑄

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)

對於每天都認為有熱騰騰的飯菜的我們，沒想到在這世界上還有許多的家庭每天為了三餐煩惱，甚至一天只有一、兩餐，聽完安得烈來分享後，除了認為自己應該要更珍惜食物外，買自己吃的完的份量即可，如多出來也不要輕易丟進廚餘，可以將它們捐贈給安得烈食物銀行，由他們去分配給弱勢家庭，讓他們不再為三餐煩惱。聽完講座但還沒去服務時，就非常期待這次的服務，不僅有趣、還能幫助他人，果然一進到協會時，已看到一箱一箱推在那的食物箱，等著我們去裝箱，我已經迫不及待想動手做完成這次的任務了。

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？

一個小小的箱子，讓有限空間宛如有哆啦 A 夢的二次元空間，排法非常重要，它將決定有多大的空間一個家庭能收到食物的量，除了排列法，彼此之間的分工也很重要，分工時別計較你我是我對合作時的自我要求，如每個人都計較自己做的多寡，永遠無法算的清，看到有我就會去幫忙，觀察四周主動幫助他人，我們這每個人都會互相幫助會主動去填補空缺，讓流程完整，使我們這很快就完這次的任務，這次雖然是服務，但我非常開心，很少有機會到這個地方服務，非常特別，希望下次還有機會再去並且有更多任務能完成。

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)

在這次服務學習，雖然時間短暫，但讓我瞭解到不能浪食物外，也要懂得分享，分享不僅限於食物，在分工合作也是，讓弱勢家庭能和我們一樣有熱騰騰的飯菜，不再為三餐單有。做任何事要學會分享自己能力，能者多勞，看到有需要，主動對對方提出幫助，為這世界增添溫暖。當你有幫助時，別人也幫助你，彼此互助，相輔彼此成長，在次的合作中，也能從中觀察到每個人的特質，以及他大多在團體中所擔任的角色，將他放於適合的位置上，他能發揮他的才能，讓整件事完成的更順利也更迅速。

國立臺中科技大學 111 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	安得烈食物銀行		
系 級	應用日語系	學號	1411148000	姓 名	袁○穎

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)

這個服務學習的活動前已經先聽過一次安得烈食物銀行的工作人員在學校的演講了，實地走訪服務地點後真的有被大批需要裝箱的食物震驚到。在包裝途中，安得烈的負責人員也告訴我們，要懷著服務的心情、懷著能讓他們飽餐一頓的善心去做裝箱。所以就連食物的包裝正反、放的順序都有所講究。我想這樣子的追求不只能讓這些食物比起救濟生活的物資更像令人幸福的禮物、也能將志工們、食物銀行的心意、祝福有所傳達。

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？

活動開始的時候我就被堆得像山一樣高的紙箱到，之前有聽說要裝很多的物資，但沒想到竟然這麼多，這也讓我不禁開始思考，原來看似人人豐衣足食的台灣其實也有這麼多家庭正在這個寒冷的冬天挨餓受凍。我們每天煩惱下一餐要吃什麼好的時候，這些家庭在想的卻是有沒有下一餐能吃身。身在福中不知福，也許就現在很多年輕人的寫照，成天買新衣服、吃香喝辣，卻永遠在抱怨錢不夠用。從沒想過這樣揮霍度日卻不懂知足的同時，世界上還有很多人身處飢餓和寒冷。

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)

這次的活動體驗，帶給我最多的大概就是懂得知足吧。世界上除了台灣，也有很多國家是這樣有吃不飽飯、穿不暖的人民，甚至有些處於戰火、乾旱或飢荒等天災人禍中。也許我們再怎麼努力都無法改變他們的人生，但至少身於安樂的我們可以好好珍惜自己美滿的生活。珍惜父母給我們溫暖的家庭，供我們讀書、讓我們吃飽穿暖，好好長大。珍惜自己的生活，再把產生的善意去給別人，為別人點一盞燈，照亮別人的同時也能照亮了自己。對自己的現況知足，再把愛分享出去溫暖別人，這是我在這次活動中收穫最多的。