

## 國立臺中科技大學 112 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	臺中女兒館		
系 級	應英— 1	學號	1411241○○○	姓 名	張○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)

我覺得整天下來令我印象最深刻的是，當天剛好其中一個展覽是來自一位自閉症患者的作品，我趁著吃完午餐的休息時間時自己進去參觀了一下，看了他的作品名稱和他所創作的作品。我發現在他的作品中我們可以看見許多大面積且相較之下較豪邁的繪畫風格，以簡單又生動的形容估計就是有點像是幼兒園小朋友們所創作出來的作品，會使你有一種奔放猜不透的感覺，但經由詳細閱讀他的作品介紹後，你又可以清楚明白地了解他想表達的，想表達的不難但又可以從中看見他對外界的想像。而除此之外，當天我還幫忙裁剪了桌遊的相關遊戲規則卡，並協助設計桌遊的擺設及規劃。我覺得是一件很酷的新體驗，畢竟我從來沒有幫忙安排遊戲設計過，所以這次的女兒館體驗讓我學到及體會到許多新事物，使我覺得那一整天下來非常充實。

### 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？

我覺得藉由此次的服務學習我學會了面對他人，這次的服務項目其中一項是要坐在櫃檯。而那項任務就是當民眾進來時，要大聲問好並詢問有甚麼是我可以幫助你的嗎？但是對於我這種不太擅於面對陌生人的人，這項任務真的好考驗自己。不過最終我還是跨出了自己心裡的那一大步，在下午有民眾進來時，成功跨過心魔的向他問好並詢問有甚麼需要幫忙。我想這就是此次我所成長最多的地方了。至於收穫的話我覺得是，幫忙排時程發臉書貼文。這次我一共幫忙發布排程了兩篇貼文，被指派的任務是確認文章是否有錯字加上幫忙增添一些表情符號使文章看起來不這麼無趣。藉由此次的任務我才知道原來臉書跟 Instagram 都可以提前排時間並要求自動於那個時間將我們所編輯好的文章發布至網路上。若是沒有此次的幫忙及女兒館裡面人員的細心教學，我可能會一直都不知道這項便利的功能。

### 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)

藉由此次的服務學習課程我覺得自己充實了不少，除了在幫忙時有去參觀當周所展覽的主題展外，在打掃的期間我也藉此仔細參觀了一下女兒館，發現女兒館真的是一間非常具有人性化及如同館名所提倡的注重女性權益。在我幫忙收拾廁所衛生時，我發現館內竟然會提供衛生棉給臨時有需要的民眾使用，雖然說這件事在某些人眼裡並不怎麼樣，不過在我眼裡我卻覺得這是一件非常貼心的行為。這也藉此讓我領悟到了即便是一件在微不足道的事情，只要肯去做絕對會有人發現你的努力，所以永遠不要否定自己，反而要更加積極向上。也從這次的服務學習中，學到了該如何更加有效率的安排議程，如同我上述所說的我藉由幫忙發布臉書貼文，我學到了原來這些東西都是可以提前安排好的，不一定要等到當天在抽空發布，只要幾步驟先將想要系統幫忙發布的時間點設置出來，它將會自動幫忙完成一切。我覺得這一天裡我所做的事好像一切看起來都很平凡、簡單，但其實背後學習到及領悟到的東西，卻是遠遠超出我所想像的多，也因此我覺得此次的服務學習很有意義。

## 國立臺中科技大學 112 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	臺中美術園道		
系 級	應英—1	學號	1411241○○○	姓 名	廖○淇

### 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)

服務學習期間，我覺得印象深刻的是有很多家長帶著自己的小孩來參加女兒館辦的活動，接觸到了很多大人與小孩，活動還沒開始之前就有很多人好奇這個活動的內容，很有興趣的詢問我們與活動相關的資訊，還有青少年創意插畫投票，有些很有特色，投票的觀眾也都很認真的看待，再投出自己的票。

台灣女孩日活動中，我深刻地感受到了勇氣和自信，活動現場彷彿散發著一種獨特的能量，女孩們從她們自信而明亮的笑容中展現出自己的驕傲與尊重，整體活動呈現了多元的文化，每一位女孩都像是一本獨特的書籍，散發著屬於自己的光芒，從圖畫中，每一個細節都展現了獨立思考和創造力，更令人印象深刻的是，在這個活動中我見證到了女孩們間的互相支持和鼓勵，她們彼此之間形成了堅固的一體，共同追求夢想、分享成就，並且無懼於挑戰。這種團結和友誼的氛圍讓整個活動更加溫馨和令人難忘。總而言之，台灣女孩日活動是一場展現女性力量和多元魅力的盛宴，她們不僅在舞臺上綻放光芒，更在生活中展現出自己獨特的風采，讓我對台灣女性充滿敬意與驕傲。

### 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？

在服務學習期間，我面臨了一個顯著的困難，即處理人潮眾多的情況，讓我感到忙得無法應付，當大量人群湧入服務場所時，我發現自己在做事情上有些手忙腳亂，難以有效地滿足所有需求，這種情況不僅考驗了我的組織和時間管理能力，還使我面臨與人互動的挑戰。

為了應對這個困難，我首先學會了優先處理任務，確保首要的事務得到及時處理，同時，我主動尋求同事的協助，建立起良好的協作機制，以應對高峰時段的壓力，此外，我學會了更有效地溝通，清晰地表達自己的需求，以確保每位志工都能有效地參與協作，形成團隊合作的局面。

透過這樣的應對方法，我逐漸克服了在繁忙時期的困難，也提高了自己在忙碌環境中的應變能力，這段經歷讓我更加了解如何在挑戰面前冷靜應對，同時也培養了我協調合作的能力，成為一個更有成效的服務學習參與者。

### 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)

在服務學習的歷程中，我深刻體悟到自己發生了一系列的改變，首先，對自我的認識上升到一個新的層次。透過參與服務學習，我更清晰地了解到自己的價值觀和目標，強化了對自己的自信。我也更加意識到個體在社會中的影響力，體認到每一個人的參與都能構建更美好的社會。

在小組合作中，我學到了與不同背景和觀點的人共事的重要性，原本對小組期待主要集中在任務的完成上，但透過與成員的互動，我發現了更深層次的合作價值，我對小組期待的改變在於，不僅僅是完成任務，更是通過互相學習和支持，共同成長。

對個人準備進步的方向則更加明確，我深感需要不斷學習和提升技能，以更好地回應社會的需求，我對未來許多事情的看法也發生了轉變，更關心社會議題，希望能夠參與到解決社會問題的行動中，這段時間的體驗讓我更加開放，接納不同的觀點，同時也激發了我對社會公義的疑惑，讓我更加關心社會的不平等現象。

總而言之，服務學習期間帶給我豐富的心靈收穫，使我在自我認識、社會關懷、小組協作等方面都有了深刻的轉變和提升，這個過程讓我更堅信個體的成長和社會的進步是相互交融不可分割的。

## 國立臺中科技大學 112 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	臺中女兒館		
系 級	應英一 1	學號	1411241○○○	姓 名	賴○喻

### 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)

因為服務學習的課程需要做滿 6 個小時，所以在清單列的工作我選擇分兩次聽 3 個小時的講座，而因為課程要與服務學習相關，所以在我們聽講座前有先布置場地，之後還清理了廁所的垃圾，最後還幫忙講座的拍照。兩個講座分別是「女力創業分享-你所不知道的密室逃脫經營學」和「亮麗跨入科技業-文組轉職秘辛大公開」，選擇聽這兩場講座是因為在普遍認知裡，女性在職場上是比較落勢的，但這兩者卻是屬於女性在職場上成功闖出一片天的相關經歷，這也成為吸引我去聆聽這兩場講座的原因。

### 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？

在第一場講座「女力創業分享-你所不知道的密室逃脫經營學」裡，講師有說因為自己很喜歡玩密室逃脫，所以在創業時也選擇了與自己興趣相關的職業，她有告訴我們如果選擇一個自己沒有興趣或熱忱的工作，那只會讓自己越來越疲憊和厭倦，所以我學到在選擇工作時一定要先了解自己喜歡什麼、想要什麼再去投履歷。她也有分享創業需要勇氣與信心，而這也是我需要去學習的，因為自己比較膽小對很多事都猶豫不決，導致錯過了很多機會，希望未來自己可以把握那些得來不易的機會。

在第二場講座「亮麗跨入科技業-文組轉職秘辛大公開」裡，講師雖然是英文系畢業，也曾做過補習班老師，但她喜歡具有挑戰性的工作，所以最後選擇跨領域到現在的職業-前端工程師，雖然她大學較少接觸到程式相關的課程，但她卻利用許多的線上課程自學，並在短短幾個月的時間便成功轉職到現在的工作，當中她有提到 PDCA 理論，首先設立一個目標然後執行，接著要檢查目標看哪裡需要修改，最後優化策略並再次執行，我覺得自己也可以學著利用這個理論，來幫助我確立自己的目標，才不會在執行目標時感到慌亂。

### 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)

聽完第一場講座「女力創業分享-你所不知道的密室逃脫經營學」後，雖然自己現在還沒有創業的想法，但卻可以對創業有初步的認知與了解，知道在創業時人脈也很重要，因為認識的人若都屬於不同的領域，或許在將來需要他們的時候可以節省一筆不小的開銷。我一開始也以為這個行業是屬於同業競爭相對較激烈的，直到講師分享她們反而屬於同業間互相幫忙後，這讓我非常震驚，也改變了我對產業的固有思維。

第二場講座「亮麗跨入科技業-文組轉職秘辛大公開」則改變了我對文組未來選擇職業的認知，因為一般都會覺得文組不外乎就是當老師或者家教等等，但這個講師卻轉職到與程式相關的職業，這也讓我覺得她很有毅力與決心，甚至因為她已經明確了自己的目標，所以在執行時也讓我覺得她很有自信，而她的毅力、決心、自信讓我也想改變自己，試著跨出現在的舒適圈，去嘗試各種不同的領域。

## 國立臺中科技大學 112 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	臺中女兒館		
系 級	應英一 1	學號	1411241○○○	姓 名	簡○霏

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)

這學期的服務學習採用的是分組的方式。我非常喜歡這種方式，因為可以和自己的朋友們一起努力的感覺非常好，遇到困難也可以更有默契地互相幫助。

我們參加了兩場的講座，我都非常印象深刻。第一場是女性創業的講座，非常剛好的是當天參加的大多都是女生，大家都非常專注。講師原先是戲劇系的，已到澳洲去讀書、工作，在一次機緣巧合下體驗到了密室逃脫這個遊戲，讓她嗅到了商機，再加上自身相當感興趣，她就與自己的姐姐和姊夫一起創辦了密室逃脫的工作室。創業的開始都是非常辛苦的，有很多不懂的地方，好險她們有認識的前輩指點，而後也開了第二間工作室。第一間比較大眾一點，是為了賺錢的，而第二間則是結合講師的興趣-編劇。我認為這是相當厲害的一件事，能在賺錢的同時做自己喜歡的事，我真的很佩服。

第二場講座則是文科轉理科的女性軟體工程師，講師原先大學是英文系的，剛開始工作卻發現讀英文系能做的工作她都不太喜歡，也是在機緣巧合下，她接觸到了軟體工程師，並下定決心努力研讀相關知識技能，現在已成了一名軟體工程師，擁有可觀的報酬與彈性的工作時間與環境。當時講師的演講方式也相當有趣，會有一些環節能讓我們寫下自己的想法或問題，我覺得這樣也可以讓講座聽到後面不會覺得很無趣。

每場講座結束後我們都會有各自需要打掃、整理的部分，結束之後也可以在女兒館中逛逛，我發現那裡提供的設施真的非常完善，可以感受到女兒館的用心，未來有機會我或許也會想主動參加她們舉辦的活動！

## 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？

在女兒館聽完兩場講座之後，我感覺我真的受益良多。在第一場講座中，我了解到了創業的艱辛，可是同時我也明白了，不要害怕失敗而不去做自己想做的事，要是不做，就完全不會有成功的機會了。我對創業也是有憧憬的，在想未來的計劃時，常常因為害怕做不成而放棄念頭，不過我之後會勇敢的追求自己的目標，要是真的失敗了就再繼續努力就行，我也想為自己努力，想品嚐辛勤過後的甜美果實。

而第二場講座則讓我明白到了，要是不喜歡現在的工作，可以趕快換也沒關係，多去體驗各行各業，才會慢慢知道自己到底想要的是什麼，在這期間也可以累積許多豐富、寶貴的經驗。要是有了想了解的、追求的東西，就要積極的去學習、多問問題也可以幫助提升自己。我現在對股票有點感興趣，等到最近的事情都差不多穩定下來後，我也會開始努力的學習，也要謹慎一點小心被騙！

## 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）

服務學習過後，我認為我在面對自己想追求的事物時，能夠更加勇敢、堅定，畢竟有那麼多人可以做到，只要我堅持不懈、積極努力，我一定也能成功！同時我也相信我的組員跟我有一樣的正向想法，因為這兩場服務學習都非常的鼓舞、激勵人心，讓我們堅信我們一定也能做好，即便我們彼此要走的道路不同，我們也一定能互助成長，正是因為我們之間的差異性，才能在不同的方面互補。

而在打掃、善後的過程中，我有時會收到感謝的話語，這令我感到相當暖心。即便這是課程要求，但也讓我更加確信做好事所得到的快樂絕對是非常幸福、非常滿足的。我認為大家都應該心存善念，常常為他人伸出援手，會彼此互助的人們可以造就一個非常強大、幸福的社會環境！



## 國立臺中科技大學 112 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	臺中女兒館		
系 級	應英三 1	學號	1411041○○○	姓 名	蔡○毅

### 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)

在這次的服務學習課程當中，我選擇了台中女兒館作為我的服務據點，其實那時候也是有其他的服務地點，像是位於勤美誠品的美術綠園道、一中街的巷弄服務等等，也是我第一次接觸這個課程能有這麼多樣化的選擇，因為之前在原大學時所參與的服務學習課程其實沒有太多的服務機構做選擇，如果說可以到校外機構服務也是一個訓練自己的機會。在這次的女兒館服務當中，我參加了兩個演講，分別是 10/24 晚上的戲曲藝術女性意象展現以及 11/4 下午的跨域求職必修課-看見不一樣的資訊世界，我覺得這兩個講座對我來說印象非常深刻，因為在戲曲藝術的講座裡，我們從講師身上學到非常多舞蹈的動作，以及演出時聲音的控制，當實際自己下去做才知道原來他們在演不管是歌仔戲的過程或是其他戲劇的演出真的是不太容易，必須要花時間不斷的練習才能有完美的表現，這也是我第一次接觸到如此特別的文化傳承。

### 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？

在這段期間我也有聆聽另一場演講，是關於未來就業時所面臨的選擇以及決定你會活出什麼樣的人生，在這當中一定會遇到前所未有的挑戰，但這都是必須要去克服的!不過說到資訊，很多人可能會認為是有關於科技之類的領域，但其實這位講師他不是讀資訊工程相關的科系，卻也能從中學到許多意想不到的事情，像是她也有積極發展自己的斜槓人生，投入街頭藝人的生活，她也有說到本身有彈奏樂器的興趣，我想除了在自己所屬的專長裡，若是可以衡量自己經濟能力能不能負擔、時間的控管等等，不妨可以試試看。我從中也學到他的人生態度，像是當你擁有一個好的機會，保持積極學習的態度，我想這不管在做什麼事情都一樣，身為學生的我們也是。另外我覺得值得一提的就是我們在這段期間擔任服務志工時與其他同學合作都能很順利，協調每個人該做的事情，服務過程當中其實也沒有遇到特別困難的事，我們都是聽從女兒館的工作人員指示並且配合他們，我想比較棘手的應該就是電視以及其他設備的安裝吧!

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)

我覺得在這次的服務期間不僅學到了許多關於講座帶給我們的知識，也可以增加自己的一些工作經驗。因為在這當中你會和其他人合作，我想這也是一種團隊合作的精神，我們主要的服務項目包含會場的佈置、電器的安裝、拍照以及攝影等等，其中能從講座中吸收不管是未來的你，或是有專業技術的你，都能把這些老師的成就作為我們的人生指標。過程也是非常重要，取決於你用什麼態度去面對，我想在這次的服務課程裡讓我領悟到學習一項事物並不是那麼容易，需要長時間的培養以及不斷的練習，才會有精彩的人生，也讓我與其他人訓練共事的能力，努力成為自己夢想中的那個人。