

# 國立臺中科技大學 111 學年度第 2 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	惠華日間照顧服務中心		
系級	護理—2	學號	1411151000	姓名	莊 O 螢

## 一、服務/課程內容：

第一次服務，我們進行了吸球比賽及因應節日製作了衛生紙康乃馨。在吸球比賽中，有些瓶子不太好吸，所以需要請長輩有耐心地鑽研其中技巧。其中有一位將近 100 歲的爺爺，掌握到技巧後吸了很多顆乒乓球，玩得開心之餘，還教其他長輩吸球的技巧。也有長輩因為掌握不到訣竅，失去了一些小耐心，快把寶特瓶捏扁了。另外則是衛生紙康乃馨，因為服務時間恰好接近母親節，活動進行時，有一位爺爺在製作中紅了眼眶，爺爺說他想到了自己沒有孝順到的母親。安慰之餘，爺爺也和我們分享，當孩子要記得孝順，當來不及的時候就真的來不及了。

而第二次服務，我們的活動難度提高許多，長輩們也和配合參與。像是手眼耳遊戲，長輩們不僅能夠配合活動用手掌壓住顏色，還能按需求說出自己喜歡的水果名稱與顏色，代表大部分的長輩邏輯還是很清晰的。還有紙扇繪畫，長輩們發揮自己的創意，畫了很多好看的圖案，連我都超喜歡長輩們創作的紙扇。



▲吸球遊戲



▲衛生紙康乃馨



▲紙扇繪圖



▲手眼耳遊戲

## 二、學習要點：

在這次的服務學習中，我擔任的是小組組長。整個過程，其實我並不覺得太辛苦，因為組員們都很積極地參與小組活動。例如活動發想、活動內容細項討論、道具採買與製作等.....其中，對我而言比較困難的地方應該是和大家進行交流和領導。因為我不是一個特別喜歡說話的人，所以我除了要試著向大家開口以外，還需要有組長領導大家的樣子，讓我覺得開口難上加難了。所以我更多採用的方式是在群組裡用文字和大家溝通，所幸組員都會給予回應，有問題也會私下詢問我，讓我膽怯的心好了許多。也因這樣，讓我在大家的面前有比較多說話的勇氣，因為我知道他們會給予我回應。

服務的過程中，我是擔任開場、攝影與結尾。開場對我而言也是訓練說話的一種方式，所以我努力讓自己看起來不那麼緊張。攝影的過程，我時常走來走去觀看每一位長輩遊玩，可以看到每位長輩對活動的反應不同，而我們的小橘人陪伴長輩的方式也會不同。我從我們小橘人身上發現，大家會先學會觀察長輩的反應，在選擇自己該如何陪伴長輩遊玩是一件心細但不容易的事。或許有些長輩本就不太說話，但我也能看到我們的小橘人會好好地陪伴在身邊，依舊會和長輩說話、玩遊戲，即便無法從長輩身上得到回應，小橘人們還是很盡責的陪伴著，我很欣賞這樣的精神。

## 三、執行/參與省思：

先是對長照機構，因為上學期指服務了一次，一切都還在熟悉與摸索，所以沒辦法太特別的觀察到長照機構。而這學期服務了兩次，不僅比較熟悉服務流程，也有了更多時間可以觀察機構與機構裡的長輩，對我而言，更是人生經歷裡第一次進入長照。

過程中，改變比較多的是對長輩的印象和想法。原先以為高齡的長輩或許身體、邏輯、理解和表達都會退化，但長輩們進行活動時反而能理解指令與玩法，甚至抓到訣竅後主動教導其他長輩。對長輩也有一些古板、固執的刻板印象，但機構裡的長輩卻讓我時常覺得他們的行為很可愛，像是畫完作品，主動找到我要求攝影，也會很開心的露出笑容比 ya。不僅改變了我對長輩的印象，長輩們參與活動和給予的回應，讓我感受到我們精心準備的活動是有回報的，而回報就是長輩們的樂於參與的反應。

另外，在我自身上的改變還有領導這件事。我一直認為好的領導人或是組長，除了要對事情果決，也要能接受大家的想法意見，更要在組員需要幫助或指導時給於回應及方向，或是一起想辦法。原先膽怯得不到回應而不敢開口說話的我，很感謝組員的積極參與，增加我的勇氣，讓我願意漸漸開口說話、分配工作、指引大家。也謝謝組員會接納和參考我的意見，讓我感受到自己是被重視的組長。因為有他們給的回應，才能讓我漸漸往自己理想的領導方式前進。我很感謝組員，因為他們是促進我進步和改變的重要推力。

## 國立臺中科技大學 111 學年度第 2 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	惠華日間照顧服務中心		
系級	護理— 2	學號	1411151000	姓名	饒 O 雅

### 一、服務/課程內容：

在這兩次的服務中，最令我印象深刻的是我在機構服務中，被機構裡面的爺爺送獎品。明明獎品是送給他的，但他卻直接把小禮物送給我跟另外一位同學，我也是第一次遇到這樣子的情況，反而有點不好意思，但他卻好像把我們當成他們的孫子孫女一樣，有的東西就直接分送給我們。在活動轉場中，有稍微跟爺爺聊天一下，他也不吝嗇的關心我們是什麼科系的，在學校都學了些什麼，甚至問說我們身上的裝飾品之類的。也許是因為機構中比較少出門的機會，很少會遇到這麼開朗健談的長輩，他說他已經九十八歲了，但他的身體除了耳朵因為重聽戴助聽器，以及反應因為人的自然老化有點遲鈍，除此之外根本看不出來原來他已經年紀這麼大了，身心靈依舊很硬朗。除了聊我們，他有時候也會聊一聊自己的事，比如說活動講到水果的環節，他會跟我們分享說他沒吃過那麼多品種的水果、他吃過什麼樣的水果，也會聊他以前發生過的事情等等.....。所以我想說也許心胸放寬點，很多事情並沒有那麼嚴重，心裡豁達對身心健康也會有幫助。這位爺爺的人生態度很值得我去學習，這或許就是長輩累積起來的經驗，也是對後輩最直接有幫助的指導。

### 二、學習要點：

我在跟組員準備道具以及現場活動時，我認知到很多事並不是靠一個人就能完成的。從一開始討論活動時，我心態擺得不太對，消極地覺得說既然那麼多人在討論，少我一個人也沒有關係，在討論活動時只有當附和的角色，投完票就不會再去研究每個作品該如何製作，成品半成品該是長什麼樣子。直到我在跟組員們製作道具時，每個人都知道道具該怎麼做，也知道在要給長輩做作品前的半成品時該怎麼製作，我才知道原來並不是我認為自己不重要就可以放棄自己，每個人都有他自己能做且該做的事，也好險在製作道具的時候他們都很仔細的教大家該怎麼做，才不至於拖到組員的後腿。我更能體會不是每個人存在的意義都是沒有意義的，是我們本身就要給自己賦予意義，雖然別人也會給你賦予各式的意義，但只有自己是時時刻刻給自己待在世上的各種理由。

### 三、執行/參與省思：

我覺得我世界更寬闊了一些。以前因為比較忙，時間壓縮得比較緊張，所以常常就以我的刻板印象去認識大家，探索世界。但這樣是錯誤的。

像我以前其實不喜歡老人家，高中選科系的時候，想說寧願去私校或比較沒名氣的的護理系，也不想去中科的老服系。因為當時覺得長輩他們固執、不願意理解別人講的話、講話可能還很粗魯不講理。但其實那只是我的內心刻板印象讓我看到這些的，也是有好相處的老人家在我的身邊，但我的意念只讓我記得那些壞的事情，讓我只對「老人家難相處」這件事有印象而已，明明我們都遇過親切的長輩，一提到年紀大的人腦海中總是出現那幾個固定標籤。有這種想法才是最粗魯的。

所以當聽到服務學習要去長照機構的時候，我內心其實是十分不願意的。但為了滿足學校要求也只好硬著頭皮上。一開始的確不喜歡那種氛圍，覺得到處都是對不到頻率的人，認為我講東

他們一定會硬要走西。但事實上其實長輩都算蠻配合的，除非自己做不到，不然都會蠻用心投入活動中，這一改我之前對年長者的負面印象。從一開始的想說「終於結束了，為什麼下禮拜還要繼續去機構」轉變不會排斥去機構服務這件事。而之後一回生二回熟，比較了解該用什麼模式去跟陌生長輩們互動，也覺得去機構服務並不是件苦差事了。我時常因為人際關係苦惱，但機構中卻讓我跳脫了不自在的人際關係中。

比起淨灘或社區服務，我更喜歡這種與大家合作一起事前準備，接納各式各樣不同個性的人更有意思，而的確在這段時間學到了更多寶貴的經驗，在教科書上讀不到的經驗，更寬廣豁達的面對人生各種事情的態度，且一定要試到明白後才能下判斷，而不是用舊有的觀念去思考，我們的腦就這麼點空間，但能試的事情卻好比宇宙般廣袤。