

國立臺中科技大學113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	服務活動	傳愛新興		
系級	保金一2	學號	1411303〇〇〇	姓名	范〇柏

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)

我印象最深刻的是我隔壁的阿婆和我們班的同學同一天生日，而且就是在我們服務他們的那一天。那時我們還一起為他們唱生日快樂歌，還有台語版的，這是我第一次唱台語版，覺得非常的特殊。之後還和阿婆聊天，在聊的過程中發現，雖然是同一天生日，但年紀相差懸殊，差了整整68歲！阿婆還給我看她家族的聊天紀錄，也都獻上祝福。阿婆那時笑得很開心，我也突然感受到原來快樂也可以這麼簡單。

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？

在服務阿公阿婆的時候，我學習到了非常多，與他們交流時要多一點耐心，因為年紀大了，各項生理機能也不會像從前一樣這麼好，可能講話的時候需要多重複幾遍，聲音也要放大。

在做手作DIY時，我們這組出現了一點小爭執，好像在分配小貼紙的時候沒有分配均勻，導致有位阿婆不太開心。我立刻就做出反應，馬上跟那位阿婆說明，並跟提供素材的同學說明原因後，多拿了一些給了那位阿婆。

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)

在這次的學習當中，其實更多的是感慨，就算他們已經老了，但還是非常有活力，沒有說老了就不想動了。我們這組有一個老玩童，他非常搞笑，還會做口技，超級厲害的。

如果我們對待別人的阿公阿婆可以這麼有耐心，那對待自己的呢？有些人因為習慣了，所以對自己的親人比對待外人還要嚴格，這一點在我這次的服務中深有體會。

國立臺中科技大學113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	服務活動	傳愛新興-不老舵手-銀青湖心亭划船		
系級	保金一2	學號	1411303000	姓名	張○淳

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)

之前沒有划過船的經驗，所以在和老人一起划船的活動前，我的心情非常興奮。在還沒輪到我們划船之前，我和阿嬤邊散步邊聊天，跟她聊了很多才發現她已經79歲了，她的樣貌很年輕，而且走路也很快，聽到她的年紀真的是震驚到我了。她也聊到她的老公以前是街頭藝人，會很多特技，像是吹口哨、變魔術等，一邊散步她還一邊做各種雜耍表演給我們看，真是個很有趣的人。

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？

一邊散步一邊聊天，聊著聊著很快就到了我們划船的時候。我和一個男生一起划，阿嬤坐在中間，我們繞了湖心亭一圈，中間還經過兩座橋。我發現在划船的時候，不僅要出力氣來划，還要控制船的方向。我覺得很累，但又覺得很好玩。沿途看到趴在石頭上曬太陽的烏龜，在河面上飄浮的鴨子，還有在天空翱翔的群鳥，就覺得這一切的努力很值得。

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 and 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)

接近活動尾聲，阿嬤跟我加LINE，因為這是最後一次見面，我很珍惜我們在一起的時光。跟我加LINE的阿嬤最後還跟我抱抱，溫暖的擁抱讓我覺得很窩心。在這個科技冷漠的時代，我透過關懷老人從中獲得很多快樂，我學到關懷會讓這個社會變得溫暖，變得充滿人情味。總結來說，老人家們都很可愛，也很喜歡跟他們互動，希望他們都能健健康康，長命百歲！

國立臺中科技大學113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	服務活動	傳愛新興		
系級	保金一2	學號	1411303000	姓名	何○濶

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)

我與長輩們一起做了DIY，過程中大家互相交流，不僅增進了彼此的感情，也學到了不少新技能。過程中，我發現長輩們其實有很多幽默的一面，比如某位阿公邊做DIY邊哼著老歌，還不忘調侃其他人手藝不行，現場笑聲不斷。當然，他們也沒忘記給我們傳授一些人生道理，從為人處世到生活智慧，感覺像是在聽一場特別的講座。活動的另一個亮點是，我們設計了翻翻樂這個簡單的小遊戲，既能讓長輩們動腦又不會太難。過程中，有位長輩竟然記憶力超強，連續翻中了好幾組，讓大家驚呼不已。除此之外，我也接觸到了許多以前從未接觸過的事物，比如一些長輩親手做的小物件，蘊含著許多傳統智慧，讓我大開眼界。

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？

這次活動讓我深刻學習到如何去迎合長輩們的需求與想法。我和同學們逐漸摸索出一套與他們相處的方式。我們學會在溝通時避免過於直接地否定他們的觀點，而是以更婉轉的方式引導，找到讓他們開心且能接受的辦法。我發現即使改變自己的方式去配合長輩，並不意味著失去自我，反而是一種體現包容與尊重的成長。這份尊重不僅拉近了彼此的距離，也讓我們從他們的經驗中學到了很多生活智慧。經過這次活動，我覺得自己的身心靈都進步了一點。學會用更有耐心和包容的心態去面對不同的意見，也明白了如何在多元的想法中找到平衡點，這將對未來與人相處有很大的幫助。

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)

1.你從協助他人中獲得什麼？

從協助他人中，我獲得了成就感和滿足感，同時也學到了如何更有耐心和解決問題的能力。

2.他人如何因你的協助而獲益？

我的協助能讓他們完成一些原本難以達成的事情，減輕他們的負擔，或者讓他們感受到被支持和尊重。

3.什麼或誰讓你變得不一樣？

我的家人、朋友和一些重要的經歷讓我變得更堅強、更善於體諒他人。

4.什麼價值和信念在服務他人時最重要？

尊重、真誠和耐心最重要，因為這些能建立信任，也能讓協助更有效果。

國立臺中科技大學113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	服務活動	傳愛新興-不老舵手-銀青湖心亭划船		
系級	保金一2	學號	1411303000	姓名	何○濤

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)

在服務學習期間，我們陪伴長輩一起划船，協助他們穿戴救生衣，並在湖面上進行划船活動。此外，我們也陪伴長輩沿著台中公園的步道散步，一邊聊天一邊欣賞公園的美景。看著長輩們臉上洋溢著愉悅的笑容，特別是在划船及散步時，他們露出了像孩子般純真的開心神情，並聽到了長輩們的歡笑聲、感謝的話語，還有分享與同學間創造的點滴，這讓整個過程充滿了溫馨與活力。與長輩相處時，我感受到他們的真摯和善意。雖然我們組分配到的長輩比較不會使用手機拍照，拍出的照片也比較不符合需求，但他們願意幫我們一同紀錄生活，這讓我明白陪伴的意義是相互的。這次服務學習讓我體會到陪伴的價值，長輩們的歡笑和感謝深深觸動了我，這也是一段難忘的經驗。

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？

在服務學習的過程中，我學習到如何更有耐心地傾聽長輩的需求，並用適當的方式與他們交流，讓互動更自然融洽。過程中，我展現了積極主動的態度，無論是協助長輩穿戴救生衣還是陪他們散步，我都盡力營造輕鬆愉快的氛圍。這段經驗讓我在人際互動與團隊合作上有了顯著成長，並強化了我的同理心與溝通能力。看著長輩在划船與散步時露出的笑容，聽到他們的歡笑聲與感謝，讓我深刻體會到陪伴的重要性。陪伴不僅是行動上的支持，還包含了心靈上的交流與共鳴。這次服務學習提醒我，傾聽與關懷可以帶給人極大的溫暖與力量。這段經驗對我來說是一份珍貴的成長。它讓我更了解如何站在他人立場思考，也教會我用心觀察與適應不同情境。在未來，不論是面對家人、朋友，或是在職場服務他人，我都會將這份耐心與愛心延續下去。

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)

我深刻體會到自己在耐心與應變能力方面的成長。與長輩們互動的過程讓我學會了如何更細心地觀察他們的需求，並且靈活地調整活動安排來適應他們的狀況。我學會了如何迅速應對並改變計劃，確保他們的安全與舒適。這不僅讓他們感受到關懷，也讓我對自己在應對突發情況上的能力有了更深的認識。此外，我發現自己在人際互動中變得更有同理心，特別是與不同性格的長輩相處時，我能夠根據他們的情況調整自己的溝通方式。這使我意識到團隊合作與分工的重要性，透過彼此協作，才能讓整個活動更加順利進行。對於未來，我希望能夠進一步提升自己在領導與協作上的能力。這次的服務學習也讓我更加關注高齡化社會中長者的需求，對於如何在日常生活中提供更多關懷與支持有了更深入的思考。這段經歷不僅讓我認識到自我成長的重要性，也讓我明白如何用心去關懷他人。我將繼續運用這次學習中的經驗，提升自己的溝通與情緒管理能力，並在未來關注更多社會議題，特別是長者的福祉與需求，為社會貢獻我的力量。