

國立臺中科技大學 111 學年度第一學期「服務與學習」講座反思心得

111 年 9 月 23

講座主題：職涯銀青講座

系 級

護理—1

學 號

1411151000

姓 名

王○

今天我在講座中聽到什麼？

「老吾老以及人之老，幼吾幼以及人之幼」情懷，使長輩對於第二青春有更好的藍圖，社區服務，關懷更體現「樂齡」的精神，即使年齡已過半百也能歌舞、表演，甚至是照顧同為長者卻不便於行之人，另外青少年和長輩共同活動、互動，能使長輩再有年少風流的想法也是十分有趣。

兩位「活圖書館」也展現何謂活到老學到老，也十分願意與人分享，是能事做榜樣來學習。

對於講座內容我有什麼想法或感覺？

對於長者們的終生學習感到敬佩，老化是一種正常的生理現象，但要克服必須有足夠的勇氣，眼睛看不清，記憶力不比從前都是需要克服的，如果沒有堅持下去的精神，我想很快便會放棄了。

看見長輩們分享自己的作品時，那種自信和眼神中的光亮，都使人忘卻面前是為八旬的先生或女士，希望自己老後也能與他們相同，對於熱愛或戶外，多接觸及走動，只有把身體養好才有本錢去玩樂，省得空倚床上茫然度日，抑或於療養院中獨自離去。

聽完講座後，發現自己有甚麼改變？(對自我、社會、人事務的看法)

首先，我十分佩服中華傳愛的精神，努力實現大同社會之老有所終、壯有所用、幼有所長之社會理想，理想之所以為理想，便是在現實推行中有一定難度，而中華傳愛的精神及宗旨都體現在諸多的活動上，甚至是獎盃上，官網上有許多成果，另外，參與協會的長者也都十分積極，是我未曾想過的，當看見簡報上快閃活動與出遊的影片及照片時，當下心生嚮往之，腦海浮現：「原來老後也能如此快活。」一句，也想替家中長輩介紹，能夠漢人多交流不僅能開闊視野學習新知，也能使負面情緒減少，擁有愉悅的身心是對長者很大的幫助，其中還有各式課程也很有趣，手作能療癒還有作品，我想這能使長輩降低焦慮，從「我甚麼都不能做」轉為「我能做什麼？」整場講座中印象最深刻為協會代長者們到療養院中，長者照顧長者，並且以志工的形式而非醫院中的無可奈何，是互動、友善、非枷鎖，改變了我對於長輩的看法，老了病不一定是壞事，而有可能是一個新的開始。

國立臺中科技大學 111 學年度第一學期「服務與學習」講座反思心得

111 年 10 月 14 日

講座主題：陪你走下去

系 級

護理一 1

學 號

1411151000

姓 名

陳○芬

今天我在講座中聽到什麼？

在這部電影中，女主角從小由奶奶帶大，直到有天奶奶不小心跌倒骨折，為了不讓後輩照顧和擔心，選擇住進養老院，女主角心中有一個願望就是希望奶奶能夠牽著自己的手陪伴自己走入婚婚的殿堂，通過女主角的鼓勵力讓奶奶有了努力的動力，持續復建最終陪伴著孫女走進教堂。

對於講座內容我有什麼想法或感覺？

看完這部電影，我覺得很感動也很溫馨，我認為親情是世界中最美好的一件事。若是沒有奶奶，女主從小可能沒有人能陪伴及教育如她，很有可能會走偏；而奶奶若是沒有孫女的陪伴及鼓支勵，或許一輩子也不願嘗試復建，一輩坐輪椅，我認為擁有家人是最幸福的事了。

聽完講座後，發現自己有甚麼改變？(對自我、社會、人事務的看法)

或許自己沒有發現時間真的過得很快，小的時候在父母身邊一點一點的長大，直到離家才真正的發覺我們好像成長了，爺爺奶奶爸爸媽媽的年紀也逐漸年長，能夠陪伴家人的時間好像也越來越少了。

或許在家習以為常的事，直到離開家後才知道在家的好，有家人的陪伴真的是一件很幸福的事。我們無法預測下一秒會發生什麼，而我們唯一能做的便是「把握當下」、「珍惜眼前」好的陪伴家人表達情感，輩我認為這就是我們現在能做的！