

我的服務學習



服務單位：臺中女兒館、臺中家商女孩日服務
企管技優一1 余○竺 1411418○○○

壹、前言：

在進入大學之前，我在高中時曾參加志工服務的經驗，因此在升上大學後，原本以為課程內容會以專業為主，不再需要修與服務相關的課程。然而，在實際查看課表時，發現安排了一門名為「服務學習」的課程。起初上課時，我以為該課程主要是透過課堂講授，介紹全球所面臨的社會困境，並未預期需要實際去完成服務時數。

在了解課程實際要求後，我的內心一度產生排斥與抗拒的情緒。隨著課程進行，我實際前往女兒館參與服務，過程中也經歷了心態上的轉變。由於一開始對服務流程及志工角色不夠熟悉，我曾對部分服務內容產生誤解，甚至出現反感的情緒；然而，隨著服務時間的累積，逐漸意識到先前的負面想法多半源自於陌生與不了解。透過此次服務學習經驗，我開始重新看待服務的意義，也更加體會到社會中仍然有許多需要被關心與支持的人們。因此，本文將以本次服務學習經驗為基礎，進行整理與反思，探討服務學習對個人態度與價值觀所帶來的影響。

貳、正文：

(一) 大學時期服務經驗：女兒館志工

在大學階段，我的服務學習從女兒館開始，沒想到學校旁就有這麼一個提供免費、多功能空間的地方，可以讓學生享受烹飪、跳舞、唱歌、看電影、聚會等活動。起初，當老師說明需完成八小時服務時數，我內心充滿抗拒，認為又麻煩又浪費時間，並一度抱怨不想參與。最初還選擇先到臺中家商幫忙，因為可以抵更多時數，對女兒館抱持著「只是完成任務」的心態。

在第一次服務過程中，我與同學曾因時間緊湊而抱怨，擔心搭車會趕不上。然而幸運的是，那天老師讓我們提早出發，順利完成當日行程。服務期間，我因為工作分配沒有完全按照計畫進行，而受到志工姐姐小小的指責，當下感到有點被針對，也不確定是否只是自己的錯覺。當時我和另外兩位同學站在指定位置，引導活動方向，但原本安排的輪換沒有按時進行天氣又熱，其他的同學都在館內我們也不知道他們在做什麼，造成站在外面的我們有些困惑和不滿。而且，由於大部分來賓是從後方停車場進入，前方簽到處幾乎沒有人，我們站在那邊的感覺就像被「罰站」。

雖然當時覺得有些挫折，但活動結束後，我仍然感受到一種微小的成就感：即使過程中出現混亂和不順利，自己還是完成了幫忙的任務，並為服務帶來了實際貢獻。這次經驗讓我學會在面對突發狀況或分配不如預期時**保持冷靜**，也提醒自己要在團隊中要時時**調整心態和配合他人**，為之後的服務打下心理準備。

第二次到女兒館服務時，我完成了剩餘時數，發現女兒館的服務相對輕鬆舒時，主要工作包括掃地、清洗東西、幫植物換水、確認物品數量與碎紙等。透過這些細微而持續的服務，我逐漸調整心態，理解「服務的意義不在於強度或難度，而在於持續付出與協助他人的心態。」

此外，在女兒館服務期間，我與其他同學分工協作，學會如何在團隊中溝通與協調，理解他人的角色與工作安排，並共同完成任務。透過與同伴合作，我提升了人際互動技巧與團隊合作能力，也深刻體會到互相支援的重要性。

整個服務時數完成後，我與同學並未停止與女兒館的互動，至今仍然會利用空間進行各項活動。這讓我感到非常棒，也進一步體會到「服務不僅是完成任務，更能培養持續使用資源、享受並回饋社會的能力。」

整體而言，大學階段的服務學習讓我從一開始的排斥與抗拒，逐漸成長為能夠主動觀察、理解並協助他人的角色。我不僅學會了如何與不同人互動、如何面對挫折與拒絕，也加強了責任感、同理心、溝通協調能力與問題解決能力。「這段經驗不僅豐富了我的社會實踐經歷，也為未來持續參與服務與關懷他人奠定了良好的基礎。」

參、結論：

我從一開始的不熟悉和排斥，到後來逐漸理解服務的意義，也慢慢學會觀察、理解並協助他人。過程中遇到的挫折與困難，例如分工不順或面對陌生人訪問，都讓我學會冷靜應對、調整心態，也體會到團隊合作的重要性。完成服務時數後，我和同學還會持續使用女兒館的空間，享受學習與活動的機會，也更能理解「服務不只是完成任務，而是一種持續投入和回饋社會的態度。」透過這些經驗，我不只提升了能力，也對生命、對社會以及對自己都有更深的省思。未來，我希望能把在服務中學到的同理心、責任感和合作精神帶到更多生活場合，讓服務的精神成為日常的一部分。

服務單位：臺中女兒館

企管技優一1 陳○綺 1411418○○○

摘要

女兒館不僅是提供休閒的場域，更是青少年在家庭與學校體制之外，探索自我認同和獲取支持的關鍵空間。服務經驗讓我體悟到「賦權」的重要性，即透過提供資源與平臺，而非直接干預，協助青少年培養批判性思考與自我保護的能力。總結而言，本次服務學習經驗深化了我對社會性別議題的理解，並肯定了非營利組織在建構友善社會安全網中的不可取代性。

壹、服務歷程中的反思與學習

一、性別平權理解的深化

這次服務經驗讓我意識到，性別平權的實踐並非僅限於法律層面，更在於日常生活的細微處。女兒館存在的意義，便是透過營造一個無須證明自我價值、不被性別定型所框架的空間，來實踐「支持性別多元發展」的理念。我體悟到，許多青少年內化的性別刻板印象，需要長時間的陪伴與對話才能逐步鬆動，這對於我未來在校園或職場推動性別意識有極大的啟發。

二、專業能力的轉換與提升

在服務期間，我必須快速將課堂所學的「邏輯分析與資料彙整」概念，轉換為實際的溝通與報告技巧。行政文書的協助，提升了我的組織能力與細節管理能力；而與不同社工和專業人士的協作，這讓我對非營利組織的資源分配與運作模式有了更全面的認知。這是一堂將「課堂理論化為助人行動」的寶貴課程。

貳、結語

臺中女兒館的志工服務，不僅達成服務時數的要求，更是一次深刻的生命教育與自我反思。我最大的收穫是理解到「助人」的本質是賦予對方力量去幫助自己。女兒館在社會中扮演著關鍵的預防性角色，為青少年的健全發展提供了重要的社會資源。我將會持續關注性別議題的發展，並將在女兒館所學習到的同理心與非評判性溝通，應用於我的人際互動及專業領域。我期許自己未來能成為一位具備社會責任感，能主動關懷弱勢群體、致力於推動社會公平正義的公民。

服務單位：臺中女兒館、台中家商女孩日服務

企管技優一1 劉○婷 1411418○○○

前言：

我覺得這次的服務學習經驗非常有意義，在活動中，我主動擔任服務股長，負責帶領全班同學一同參與服務學習。本班服務地點為學校附近的女兒館，透過實際投入服務的過程，不僅增進了我與同學之間的合作與溝通能力，也讓我在服務中獲得許多寶貴的收穫與體會。

女兒館服務：

實際到女兒館進行服務後，我發現服務內容本身並不複雜，主要工作包括協助登記訪客資料並輸入 Excel 表單。對於已考取相關證照的我而言，這項工作能夠順利完成，也讓我感受到自身所學具備實際應用價值。此外，我們也協助館內環境整理、打掃清潔，以及剪裁紙張與進行護貝等行政支援工作。在服務過程中，我特別留意到館內各個角落張貼了許多關於女性平權的語錄，內容相當正向且具有激勵人心的力量，讓我深刻感受到女兒館對女性議題的重視與支持。此外，廁所內也貼心提供女性生理用品，這些細微卻重要的設計，展現了女兒館對女性需求的尊重與關懷。

台中家商女孩日：

很快地迎來了實際前往服務場所的日子，在本次服務學習活動中，我主要負責攝影組的工作，同時協助門口的接待服務。透過攝影記錄活動過程，我學習到如何觀察服務現場的重點與細節；而在接待服務中，則需要主動與民眾溝通並保持親切態度，確保活動流程順利進行。這樣的分工合作不僅提升了我的責任感，也讓我更深刻體會到團隊合作在服務學習中的重要性。

總結：

透過這次在女兒館的服務學習經驗，我不僅更深入了解性別平權的重要性，也重新思考公共空間在社會中所扮演的角色與價值。服務學習不只是完成被分配的任務，更是一個培養同理心、學習關懷他人，以及實際理解社會需求的過程。在參與服務的同時，我也反思自身所學如何與社會產生連結，並發現個人的專業能力若能被善加運用，便能為他人帶來實質幫助。未來若有機會，我希望能持續投入相關的服務活動，主動關注社會議題，將課堂所學轉化為實際行動，以更成熟且負責的態度回饋社會，成為對社會具有正向影響力的一份子。