

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	長青/惠華快樂學堂		
系級	護理—3	學號	1411151000	姓名	許O婷

【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？)

這次我們的主題以環保來貫穿，設計的活動方案有手工家事皂的製作及傘繩的製作，兩個主要活動，其中令我最印象深刻的是傘繩的製作，因為這個方案的主要流程及細節是由我組織安排的，在方案中我們先讓長者脫模上次做的手工家事皂、提醒他們家事皂的確切使用時間及如何保存等注意事項，再進行環保議題:塑膠的危害的課程，教予長者們四角形的塑膠袋折法，最後在協助長者們編織傘繩，在過程中我們主動的協助和陪伴長者們完成每一個活動，並在其中與他們談天、給予適當的鼓勵，談天中，可以拉近我們與長者之間的距離，也聽著我所陪伴的阿公訴說著他們年輕時的故事，比如以前的工作、學校等有趣的事，當時一知道阿公是台中一中畢業的然後以前在當警察，就覺得阿公很厲害，阿公也很可愛，會說一些笑話給我聽，把我逗得樂呵呵的。

【SoWhat】服務學習期間，學習到什麼？(成長、益處、收穫)

遇到哪些困難與問題？如何面對與解決？

有了上學期的服務經驗，對這一次的出對情況駕輕就熟，跟上學期比較不一樣的是，這次是由我和幾位同學一同擬定、安排團隊內的工作分配等事情，不再畏畏縮縮的等著同學或學姊們來決定自己要完成甚麼工作，而是更加大方的提出建議，雖然途中還是有一些溝通不良導致的小插曲，但幸好我們這組的同學們都很友善，也很願意配合、討論，這才迎刃而解。在這服務學習的過程中，我從我陪伴的阿公身上學到很多，在編織傘繩的時候，他一直跟我說怎麼這麼困難、我都學不會，但他仍然沒有放棄，讓我一步一步地帶著他做到最後，不達目的不放棄的精神，讓我非常敬佩，看著他拿著自己編織的傘繩，高興的樣子，也讓我非常開心，讓我體會到，如過我在平時做任何事情時，都像阿公一樣，遇到困難就一遍一遍的學、一步一步的慢慢做，就一定會成功、學會，這樣最後成功的果實才會是最鮮美的。

【NowWhat】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)

在團體方面希望我們可以掌控好各個活動進行的時間、更加主動地跟長者們聊天，在個人方面，我想提升自己對於做人處世的圓滑性、人際關係建立的主動性，這樣不僅能增廣自己的人脈、也會讓他人覺得自己是一個很會處理事情、很好相處的人，也在活動中發現長者們除了又肢體上的不便性之外，沒有甚麼太大的問題長者們對活動的參與性非常好、也很積極。而相較於上一學期出隊自己成長了不少，變得趕在大家面前說話、提出意見，因為發現其實這並沒有甚麼好害怕的，主動表達自己的建議，讓整個團體變得更好，相互磨合，讓大家更認識自己，也讓自己更認識他人、更融入團體之中。

【DoingWhat】從開始到服務期間，自己貢獻了什麼？(哪些事情是你做的？)

在第一次出隊時負責當好一個機動組，哪裡有需要就往哪裡去，而第二次出隊就負責做整體的流程簡報、教導長者如何將塑膠袋折成四角形、活動的團控。

【WhatElse】補充：我要講的話

在之前還完全不明白服務學習出隊是甚麼的時候，覺得要做企劃書做不好還要被老師退件，覺得很煩，很不喜歡，但是經過這一年的出隊，覺得十分有趣，還覺得這次是最後一次出隊，感到有些不捨，畢竟跟阿公阿嬤有了四次活動的相處，每一次的交流都是真情流露，總之這一年的服務學習收穫滿滿。

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	長青/惠華快樂學堂		
系級	護理一3	學號	1411151000	姓名	曾O葳

【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？)

很榮幸下學期有這個機會再次參與到「台中惠華快樂學堂」陪伴長者做活動，有了上學期的經驗後，在這兩次出隊我們順利許多，同學們互相交換想法的過程中，一起蹦出許多不一樣的點子，在進行服務活動時，對我來說最大的問題還是語言（台語）上的障礙！因此我們運用模擬的情境實際運用後，從中找出很多和高齡者相處、溝通的模式，雖然在溝通過程中還是有些不流暢，但惠華的爺爺、奶奶對我們都非常的熱絡，很開心長輩們耐著性子聽我說著不流利的台語，尤其是我們在解說操作時，他們要忍受聽著我們的破台語解說，甚至在我們唸不出來時，他們都會教導我們正確的唸法；而當我們在活動中遇到問題時，台下的爺爺、奶奶與志工、老師們都很幫助我們，讓我原本忐忑不安的心情放鬆了許多也溫暖了起來。其實，長輩們要的不多，只是需要有人陪伴，就是種莫大的幸福了！雖然在做服務學習活動分組中遇到些小狀況，以及台語不好真的會讓溝通產生很大的障礙。但我真的很開心可以跟很多阿公阿嬤互動玩遊戲、認識大家，感覺真的很棒！看到他們的笑容，對我而言就是最大、最大的鼓勵！

【SoWhat】服務學習期間，學習到什麼？(成長、益處、收穫)遇到哪些困難與問題？如何面對與解決？

這次陪伴長輩出對參與活動過後，讓我更有耐心，更知道如何陪伴長輩們。經過這次擔任志工的學習，我比較懂得老人家的需求，他們需要的是我的付出時間陪伴，聆聽他們內心的聲音，而不是子女給他們沒溫暖的金錢，再多的錢也買不到快樂。我想我們也需要好好地陪伴我們的爺爺奶奶，不可以因為他們現在健全，就不常去陪伴他們，他們都是一樣需要我們付出的時間！而在出隊前，在修改報告的過程中既緊張又挫折，但老師一步步耐心指導我們檢討修正後，提升了我們對老人知識、態度及服務意願。我們在剛開始對於進入日照中心服務學習十分緊張和陌生，小組成員需從無到有完成老人活動服務方案設計，並且實際帶領、觀察、修正活動內容，特別是使用台語帶領活動。實際帶領後，我們發現老人的認知、反應等能力退化問題，需要放慢速時備感壓力，因為我們對於冷場特別有感觸，對於老人沒有反應也會感到挫敗，除了反省自身台語的表達能力外，對於帶領活動也有些害怕、沒有信心。經過大家一起討論後，我們會互相給予正向的回饋和鼓勵，再一次磨練小組的臨場反應和團隊合作，整體而言，我們經過服務學習後，不單單有助於提升老人生活知識、手做能力，並且對於未來個人投入老人服務更具信心。其實我覺得在這兩次的出隊是互相學習，我們帶給機構的長者們年輕人的活力和生活上相關知識，他們讓我們學習到與人溝通、耐心。

【NowWhat】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)

從這次的機構服務使我對事情有了不一樣的想法，永遠不要因自身的力量太薄弱而不去做，而是要更積極的參與，因為他們所需要的正是我們的陪伴、協助，或許並非十分強大，但對他們而言這份利量、這份心意，便是使他們努力的動力啊！我依然相信這世間是充滿愛與關懷的。不要因自己太過匆忙，而忽略了身邊重要的人們，偶爾要放下匆忙的步調關心他們。透過機構服務，我產生了「就算自己力量非常薄弱，但我也可以為他人貢獻一己之力」的自我認知改變，就算我不能為他們做些專業的工作，但卻能使他們擁有更好的空間去學習、去生活。而現在我所能做的就是積極的參與一些志工服務，努力的服務人群。而這些思考，影響我更加關心服務學習、社會議題與社會正義這方面所需要改進的地方。

而當初服務學習是我最喜歡、期待的課程，它讓我學習到一些平時課本裡面學不到的知識以及社會經驗，我們在學習過程中不能都只有死記硬背課本裡面的知識，這樣就沒有辦法去真正了解在社會上真正用得到的知識。這些經驗讓我了解到這個世界還有許多人是需要被幫助的，而我們平時所擁有的東西，更應該去知足並且珍惜，因為這些東西都是得來不易的。例如在人與人之間的交談和應對、專業技術與技能，因為要去做服務學習，所以自己懂得也就相對的提升；而讓我改變的是，學習態度的改變，讓我珍惜每一分每一秒的學習機會，當我遇到困難的時候，可以找同學相互切磋，再者向老師請教，真是受益匪淺。未來如果有機會遇到服務學習的話，我依然會去，我覺得能夠藉由自己的能力去為大家服務，是一件很棒的事，不管服務完後會不會得到什麼的回饋這都是其次的，我相信只要在服務的過程中能夠享受在其中是最重要的。

【DoingWhat】從開始到服務期間，自己貢獻了什麼？(哪些事情是你做的？)

我曾負責過的工作有：製作PPT、主持活動、企劃案製作、發想活動、機動組。

「助人最樂，服務最榮」我認為我在服務貢獻其時間、知識、技能、參與、身體力行充滿服務熱忱、使命感與責任感貢獻社會付出愛心，服務工作雖然瑣碎，但要堅持著對服務的熱誠，就算在服務時遇到挫折也會化為力量持續下去，化危機為轉機，同時也增長各項學識知能，擴展生活的視野。當那些被服務的對象臉上露出燦爛的笑容，這就代表著我們服務受到肯定，所有的辛苦也就值得了。服務，雖然表面上是一堂必修課，但我覺得它更像是一個社會進步與互助的指標，我們把歡樂帶給社會與自己，有效的促進社會和諧、打造人文關懷。貢獻自己、服務他人所提供的溫暖力量，是拉進人與人之間彼此關懷的原動力，這個社會需要大量有愛心的人貢獻自己的力量，如果全民都能保持這樣的心態，那麼人與人之間存在的就是互惠互信的關係，這個社會相信會更加和諧進步，同時促進社會的溫馨與祥和。

【WhatElse】補充：我要講的話

我從不認為服務是一種高高在上的身分，也沒有神聖的光環，它其實就是一種「關愛自己，關愛世界，並付諸行動」的精神。我們都因為這些行動，獲得了比我們付出還更多更廣的學習，認識了不同的自己，也多看見了世界一點，最後發現收穫最多的，其實正是我們自己！在服務的過程中，我秉持著「服務別人」、「讓自己能力成長」與「學習新事物」為服務的三大主因。當我们用服務學習的概念來看，大學教育鼓勵我們運用課堂所學貢獻社區，強調服務與學習目標同等重要的「從做中學」歷程，且服務與被服務雙方是互惠的關係，就不難明白，我認為服務，具備利人也利己的雙重需求。當以學習歷程的角度重新設計服務內容，結伴吸取新知、與時俱進，還能養成新的興趣或嗜好，找到生活新重心。與此同時，當能運用所學娛樂自己與他人分享，從展示中獲得成就感，個人價值感的再造才算完成。以積極的熱誠與默默貢獻的精神陪伴長者，獻上赤忱與心力，相當令人器重與敬佩。也希望能以更多的民眾加入服務行列，一同奉獻時間與熱忱，讓這個社會因為無私的愛心付出而更加祥和溫暖與美麗！

在服務的學習中，其實就很單純的只是去吸收一些我們課堂上得不到的東西，去感受我們平時感受不到的感覺，但也因為服務，我自己也得到了許多的經驗與感受，或許服務的過程很辛苦，但是服務的過程我吸收到很多東西，當我看見長者們的笑容，自己也會莫名的開心，就好像我可以替別人帶來一些快樂。我想，這些是我們平常體會不到的。因此未來有時間的話，我希望自己未來能多爭取服務的機會，為社會也為自己增添不一樣的風采！