

國立臺中科技大學112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	服務地點	台中市愛心家園		
系級	AI-1	學號	1411235000	姓名	江○瑋

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)

今天的服務學習，主要是陪伴身心障礙人士們一起去公園散步，我印象最深刻的是在玩攀岩結束準備——從溜滑梯下來時，突然有一位學員害怕不敢下來而哭鬧，此時上面還有一位老師要陪著下來卻還是不敢下來，最後，另外一位老師叫其他還想再玩第二次的學員上去陪同，讓他覺得比較不孤單後，在陪伴他一起下來。他們的老師跟我們說其實他們心裡認為自己是兩歲小朋友，所以在很多不同的事物中每個人都有自己會害怕、擔心或煩惱的點，此時就要安慰或解釋給他們聽，讓他們的情緒平和下來感到放心，自然而然地他們的情緒就會慢慢釋懷。

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？

在服務學習的時候，讓我發現到每一位身障人士都有自己的才能，像是有一位學員不僅很會畫畫也很會唱歌，在公園散步坐下來休息的時候，唱起了〈手牽手〉帶動了氣氛，同時也有一位學員在唱歌和跳舞，讓自己開心也讓大家開心，也安慰了因月餅訂購和老師爭執而忘了去打鼓表演考試的另一位學員。在公園散步時，他們的老師替我們各安排了一位學員，讓我們陪伴在他身邊，我陪伴的學員比起其他學員是比較話少的，不過我發現在陪他散步和完公園設施的時候，心情是感到愉快的，表示他們其實是需要大家的陪伴才會感到安心，也讓自己心中的煩惱消散。

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)

參加完這次的服務學習後，不僅讓我了解到「愛心家園」的重要性及服務內容，也讓我體會到情緒和心情都非常重要，如果短暫的情緒沒有得到釋放或宣洩，就會導致長時間的心情不佳，一直讓自己處在生活壓力之下，在我身邊的家人也是因為工作和身體而煩惱，使得躁鬱症發作，當症狀發作時和正常狀況下的表達方式會不太一樣，會一直不停說話或打電話給認識的人且情緒也會比較失控，因此我覺得當自己處在壓力或挫折下時，要靜下心來適時調適，放鬆心情，多與家人或朋友散步、談心，是最好的處方。

國立臺中科技大學112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	服務地點	台中市愛心家園		
系級	AI-1	學號	1411235000	姓名	莊○佑

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)

我看見了傳承的重要性，由其是將愛傳出去，看到影片裡面的莊醫師一路這樣走過來，震撼了我，即使這是相當困難的一件事情，但他還是堅持自己的信念，不停地去幫助需要幫助的人，看完這個影片，去製作月餅的餡料時，就有了和莊醫師一樣感覺及心情，即便當下有人秤重有人搓圓和切適當的大小，雖然很累但一想到這些流程就像傳愛一樣，用心把眼前的事情做好，然後傳給下一個人，就算不是以工作職場上的形式參與，大家都享受在那種氛圍下，熱心助人原來是件有趣的事。

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？

在服務學期期間，我學習到團隊合作的重要性，有時候可能會因為自己想要提升整體的效率，而用出一些別人不喜歡的強迫手段，一個弄不好會使大家都很不愉快，尤其是對自己帶來的影響更大，常常搞到脾氣很差或者沒心態，雖然我明白每個工作者都想達到事半功倍的境界，但也要清楚自己提出的建議不一定會被採納的事實，畢竟是在同一個環境下，不是什麼上對下的關係，我學到了怎麼適度調整當意見沒被採納時，自己的不甘心和一些負面念頭，我往另一個方面去學習，我想辦法去提自己的配合度盡快做完手邊的工作去支援其他人。

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)

我發覺自己變得更容易體諒別人了，對一些人事物更有耐心，這也非常的不容易，耐心是需要長時間培養，我只能說雖然本身就很認真對待每一件事，但還是有蠻多事情被我疏忽掉，沒辦法用 100%去解決，就像原本我在某壽司店打工，在高壓的環境下我突破了自己，但我少了體諒別人的心，忘記了隊友的重要，我覺得在學習的路上人難免都會有失誤有犯過錯，要從中領悟些道理真的不容易，想要當上領導者是必須經過磨練的，所以我想先以副手為目標，慢慢累積經驗不停的突破。

國立臺中科技大學112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	服務地點	惠明盲校		
系級	AI-1	學號	1411235000	姓名	莊○佑

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)

當我們參與掃地活動時，彎著腰掃地能感受到地面的不平坦，這對視障者來說是日常挑戰。我們學著使用觸覺，仔細辨認地上的物品，體會到他們如何依賴觸覺完成事情。

整個活動中，我看到老師和同學的溝通，包括他們互相之間的默契交流方式，這讓我認識到溝通不僅僅是語言，還有聲音的音調和節奏。

我們也接觸到他們使用的輔助工具，像是點字還有隨處可見的引導扶手，這些幫助他們更好地生活的工具，我從掃地的過程中，學習到如何尊重視障者的需求和空間，整體而言，這次的服務學習讓我更深刻地了解了視障者的生活，也提升了我們的專業素養。

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？

在服務學習中，我學到了如何用非視覺的方式感知環境，這讓我能更尊重並包容不同的生活方式，這次經驗帶給我的受益包括：1.拓展視野：這次活動讓我深入了解了視障者的生活，拓展了我的視野和對多元性的理解。2.尊重他人需求：透過對視障者需求的理解，我能敏銳的感受到他人的不同需求，並學會更尊重他們需要使用的空間和經驗。3.社會參與的動力：這次經歷激勵我更積極參與社會服務，以實際行動回饋社會。總而言之，這次的服務學習不僅讓我成長，還為我打開了新的思考視角，使我更具社會參與的動力。

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)

在服務學習期間，我發現自己有了一些改變：1.對社會的看法：更敏銳感受到不同群體的需求，深刻體會社會的多元性。2.對自我期待：調整對自己的期待，更注重協作和理解他人。3.個人進步的方向：希望發展溝通和協作能力，更有效參與社會服務和團隊合作。4.未來對事物的想法：改變對身邊事物的看法，珍惜每個瞬間，對他人的困境有更多同理心。5.對自我的認識：了解成長空間，願意接受挑戰不斷改進，意識到每個人都擁有獨特價值。6.社會議題的關心：對視障者權益和需求有更多的關注，希望積極參與相關社會議題的討論和行動。總體而言，這次的服務學習讓我在個人和社會層面都有了深刻的省思，影響了我的價值觀和行為模式。