

## 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	弘道成果展		
系 級	應中一 1	學號	1411243○○○	姓 名	陳○綦

### 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)

我印象最深刻的是去台中市立台中特殊教育學校，協助弘道老人基金會辦理老人運動會，而我負責的內容是歸在接力賽組的拉終點線。在行前說明會時，弘道老人基金會就已經分配好每個人的組別，而詳細的內容則是當天早上，由各組負責人分配，當時的我既期待又興奮，又帶有一絲疑問，因為在我的印象裡，有些老人蠻橫又不講理，然後耳朵也不太好，需要將聲音放大數倍，因此我還蠻怕接觸老人的。而當天到了現場，實際看到老人們後，我才發現是我多慮了，因為老人們看起來都很和善，而且大部分都是可以聽懂中文的，非常的親切、可愛。而在拉終點線的過程中，其實還滿有趣的，而且由於怕老人受傷，因此接力賽換成快走接力賽，所以拉終點線的工作也相對來說沒有很緊湊，但是還是要隨時注意比賽狀況，在最佳的時機點，快速的走去跑道，並且在第一名快到時，適時的放手，而在布條掉落以後，則要快速的將布條撿起來。而在服務時，我的心裡也慢慢地改變想法，從不耐煩到樂於其中，快結束時，還滿不捨的，甚至覺得時間過得太快了。當真正在服務時，心裡都是滿滿的成就感，早起的怨念，也消散了不少，是個有意義的活動。

### 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？

在服務期間，我學習到了與團隊合作的精神，和負責的態度，以及反應能力。與團隊合作的精神是必不可少的一樣能力，若是配合不好的話，容易出錯，因此除了配合之外，還是配合。而負責的態度，則是我認為身為人，需要的基本態度。而反應能力在拉終點線時，就顯得尤為重要了，要抓準時機，更要保證不會有人因此而絆倒。而在剛開始服務時，我有遇到一點小問題，就是抓不準時機，這就導致可能會絆到人，就需要來來回回的觀察時機，幸好最後還是順利的解決問題，將任務圓滿地完成。

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)

我發現自己改變最多的是對於老人的看法，本來我不太喜歡跟老人相處，但是經過這次服務之後，改變了我對老人的大部分看法，而我也慢慢的接受與老人間的互動，期待以後我能毫無芥蒂與老人相處。我覺得經過此活動後，我能夠更有耐心地對待老人，畢竟人都會老去，而我也不希望我老了之後，還被別人欺負，以前的我沒有將心比心，但是之後的我，會謹記著並確實的執行。

## 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	弘道成果展		
系 級	應中三 1	學號	1411043〇〇〇	姓 名	劉〇陵

### 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)

我們曾經到弘道老人基金會舉辦的運動會擔任志工，在服務期間，我看見已白髮蒼蒼的老人們，充滿活力與熱情的在運動場上活動的樣子，讓我印象很深刻，因為許多老人因為年紀增長以及許多問題，不願意參加這種活動，甚至連出門走路都是一大難題，所以當我看見這些可愛的長輩在操場上揮灑汗水、活力滿滿的樣子，讓我感到很欣慰也很開心，雖然我是前去幫忙與服務的志工，但這些長輩們個個行動力十足，不需要我們攙扶，我也希望自己家裡的長輩也能像這樣開心的參與活動，不僅可以增加長輩的行動力，還可以讓長輩生活不無聊、增加開心的回憶，我也學會如何更加關心長輩的心情與情緒，並為他們多付出一些行動。

### 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？

因為我是三年級重修服務與學習，大一時因為我的懶散與差勁的自我控制能力，常常缺席早上七點的早掃，而且未能到校外服務學習，而現在重修，我學會好好的運用與管理自己的時間規劃，準時到每一次的勞掃服務。校外服務到弘道老人基金會舉辦的運動會，時間非常的早，平常我沒辦法那麼早起，但是為了服務與學習，我學會自己前一天盡早做完所有事，提早睡覺並早起，準時到服務地點；而且過去我沒有辦法很好的跟不認識的長輩互動與溝通，但透過本次服務學習，我發現長輩們都是很可愛的寶藏，也讓我更加珍惜家中可愛的長輩。

### 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)

透過服務與學習，我也會在平常更加注意周邊的事物，如路上有沒有需要攙扶過馬路的長輩、同學有沒有需要幫忙的地方，我也從以自我為中心逐漸變成看見大家的需求與意見，我也期許自己能夠成為某個人心中的一道暖光，我不需要成為多偉大的人，只希望讓我身邊的人感受到溫暖與幸福。

## 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	弘道成果展		
系 級	應中一 1	學號	1411243〇〇〇	姓 名	羅〇佳

### 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)

在這次的服務學習活動中，我最印象深刻的是各位阿公阿嬤的活力，和我印象中我們家的兩位老人家不一樣，大家都非常有精神，對於當天的運動會都躍躍欲試，期望能拔得頭籌。我當時是負責在服務區的計分板，協助志工紀錄接力賽項目每個隊伍的秒數和名次，在比賽開始到等待結束的過程中，有許多的阿公阿嬤們迫不及待，想要得知自己隊伍是否有機會奪得冠軍，不論最終結果是否滿意，他們都抱持著非常正面的心態，互相鼓勵彼此再接再厲，這份精神真的讓我動容。

我也很希望自家老一輩的人，能夠像這群人一樣充滿活力和精神，只是我家的阿嬤自從大病一場之後便整日都鬱鬱寡歡，即便家門外便有一條很適合散步的步道，她也因為疼痛而不願意走動，親戚們和我都很擔心她，期望她能早日恢復到往昔的狀態，我好想念阿嬤做的粿，只可惜或許在也吃不到了。

### 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？

透過這次的活動，我從中學習到更多團隊合作的精神，也明白要能成功舉辦一場活動，有多麼的不容易。我發現在面對這些老人家，最大的挑戰是聽懂和用台語跟他們進行互動，了解他們的需求，畢竟我承認自己的台語還很不到家，即便時常和家中的老人家用台語溝通，但偶爾我還是會因為聽不懂他們說的話，而愣住好一陣子，還得麻煩志工幫我解圍。

有了這次的經驗，我下定決心，要多練習說台語，這樣下次再遇到老人家向我問問題，就不會感到慌亂，我其實非常樂意向有需要的人伸出援手，只是可能會因為種種問題，而阻擋了我前進的勇氣，我希望在下一一次遇到這類情況的時候，我能夠義無反顧的踏出那一步。

### 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)

這次的活動可以說是再一次刷新了我對老人家的刻板印象，雖然這麼說是一件非常失禮的事情，但在這之前我對老人家一直抱持著非常孱弱，且只喜歡窩在溫暖的家裡的印象，我想自己會這麼想有很大的部分，是跟我家的阿公阿嬤有關吧！

因為他們兩老都不是很喜歡走出戶外，若只是單純的散散步也好，不過自從家裡迎來了可愛的小狗「來福」，便讓向來不苟言笑的阿公，臉上多了一抹微笑，彷彿照亮了阿公原來黯淡無光的世界，在阿公枯燥乏味的日常添上色彩。來福現在是他最疼愛的寵物狗，因為需要每天帶來福出門散步的原因，阿公終於願意多出門活動筋骨，曬曬太陽，擺脫原本頹喪的模樣，看到阿公變得更好，我發自內心替他感到高興。

## 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	弘道成果展		
系 級	應中一 1	學號	1411243〇〇〇	姓 名	楊〇

### 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)

當我參與志願工作，無論是每週五打掃教室還是參與戶外志願活動，我發現這對我自己也是有益的。第一次參與戶外志願工作時，由於我的中文水平還不夠好，讓我感到有點困難。因此，一開始我對於是否能夠正確溝通感到有些擔憂。但是，隨著實際參與，我發現這是一個非常有趣的經歷。雖然可能有些乏味，但我認為這是一個很好的學習機會。

### 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？

在我參與志願工作時，我遇到了一些挑戰，其中最大的問題是與台灣人溝通。由於我是泰國人，我的工作職責要求我時常與他們聯絡。我解決這個問題的方法是敢於反覆詢問，儘管有時可能會引起一些不悅，但我能夠接受，因為這是我自己的語言能力不足的錯。這些挑戰讓我意識到下次我需要更好地準備，以免給其他人增加負擔。

### 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)

參與志願工作讓我變得更加勇敢和負責任，也使我更有勇氣融入社會。我一直不是一個非常害羞和不敢面對社交的人，但這並不是每個人都對我友善。因此，參與志願工作讓我成長，不再害怕提問，對問題也不再漠不關心。這使我認識到，無論我們做什麼，總會有人讚美和批評。因此，最好的方法是不害怕犯錯誤。這是我參與志願工作後的一些心得。