

國立臺中科技大學114學年度第二學期「服務與學習」課程反思心得

課程名稱	服務與學習	服務活動	傳愛新興		
系 級	美容技優一1	學號	1411458〇〇〇	姓 名	陳〇芯

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)

高中時我也曾參與服務學習，到社區陪伴長輩，但這次最大的不同，是將自己所學的美髮與造型專業結合服務。活動前，我們兩人一組討論造型主題，最後決定以經典女星「瑪麗蓮夢露」為靈感，希望透過復古優雅的風格，讓長輩展現不同於平日的樣貌。

活動中，我與組員分別負責彩妝與髮型設計，讓服務流程更加順利。彩妝過程進行得很順利，長輩平時就有打扮的習慣，也很願意配合我們的設計。雖然髮型設計因場地插座不足，無法使用吹風機完成原本規劃，但我們仍利用有限的工具調整髮型，並搭配耳環、披肩等配件，讓整體造型更加完整。當長輩看著鏡中的自己露出驚喜又滿足的笑容時，也讓我們很有成就感。活動中，我也發現許多長輩雖然年紀較大，卻依然充滿活力，不僅積極參與活動，還會跳舞、參加表演與比賽。完成造型後，看見每位長輩自信地展現自己，臉上洋溢著幸福的笑容，甚至有人開心地說，這輩子從來沒有這麼漂亮過。這一刻讓我深刻感受到，透過自己的專業，不僅能改變一個人的外表，更能帶給他們自信與快樂。

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？

最讓我印象深刻的是，幾位長輩分享自己年輕時因家庭與工作因素，從來沒有機會好好打扮自己，因此特別期待這次的造型活動。看到她們照著鏡子露出驚喜的笑容，不斷詢問大家好不好看，我深刻感受到，美髮與造型不只是改變外表，更能提升一個人的自信與快樂。活動中，我也發現許多長輩雖然年紀較大，仍積極參與社區活動、跳舞、表演，對生活充滿熱情，讓我十分佩服。她們的生活態度讓我明白，年齡並不是限制，只要保持熱情，就能持續豐富自己的生活。透過這次服務學習，我不僅將課堂所學實際運用在服務中，也學習到如何與不同年齡層的人互動，培養更多耐心與同理心。我體會到，服務並非單方面的付出，而是在陪伴他人的過程中，自己也能獲得成長與感動。

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)

未來如果還有類似的服務機會，我一定會積極參與，希望能夠運用自己的專業能力，幫助更多長輩或有需要的人，為社會盡一份心力，同時也希望未來能有更多相關的志工服務活動，讓更多人願意投入陪伴與關懷的行列，讓需要幫助的人感受到溫暖與支持，獲得更多陪伴與快樂！