

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	筏子溪淨溪+社區掃街		
系 級	AI三1	學號	1411235〇〇〇	姓 名	陳〇

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)

在這兩次的服務學習中，我們小組總共參與了兩項環境清潔活動。第一場是 5/23 前往台中筏子溪進行了兩小時的淨溪活動。在出發前，我們準備了夾子、手套以及分類垃圾袋。原本以為溪畔頂多是一些漂流木或落葉，但實際抵達現場後，看見的卻是滿目瘡痍的景象：草叢裡卡著大量的塑膠瓶、廢棄漁網，甚至是破損的家具。烈日下，我們彎著腰一邊流汗、一邊細心撿拾，耳邊是夥伴們互相提醒「這裡還有塑膠袋」的呼喊聲。

第二場則是 5/29 在學校附近進行巡迴，動手撿拾街頭的菸蒂。雖然只是在熟悉的校園周邊，但深入觀察後才發現，花圃、水溝蓋縫隙、變電箱旁，竟然塞滿了密密麻麻的菸頭。有些菸蒂已經泡水軟爛，接觸到時格外令人心驚。這兩次的經驗讓我親眼看見，人類的便利生活對自然環境與市容造成了多麼直接且巨大的負擔。

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？

遇到的困難與解決方法：在筏子溪淨溪時，最大的挑戰是許多塑膠垃圾已經深埋在泥沙中，單靠夾子根本拉不出來，且當天下午天氣炎熱，體力消耗極快。我們小組後來決定分工合作，有人負責用戴手套的雙手用力挖掘，有人負責撐開垃圾袋並做分類。而在 5/29 撿菸蒂時，最棘手的是水溝蓋狹小的縫隙，夾子很難伸入。

學習與收穫：我學到了「團隊協作」與「溝通」的重要性。當我們為了同一個目標努力時，原本枯燥、疲憊的勞動也變得很有動力。路過的民眾看見我們在清理環境，紛紛對我們點頭微笑、說聲「謝謝，辛苦了！」，這給了我很大的正向回饋。

帶來的思考與意義：這讓我反思，每個人都應該對自己的社區和環境負責。我們從協助他人與環境中獲得的，其實是內心的踏實感。環境保護不該只是高談闊論的口號，而是必須落實在不隨手亂丟垃圾、少用一次性塑膠製品的日常行為中。

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)

對自我與小組的看法與改善：這次活動讓我發覺自己變得更具備「實踐力」與「環境敏銳度」。以前走在路上可能對地上的垃圾視而不見，現在卻會忍不住去注意。對於小組，我期待未來如果還有類似的活動，我們可以在出發前先做更詳細的地形調查或準備更多元的工具（例如防曬裝備或更長、更精準的夾子），讓服務效率再提升。

關心的社會議題與未來影響：這兩次服務讓我深深關切「海洋/河川廢棄物」與「城市微塑料污染（菸蒂化學毒素）」等社會與生態議題。菸蒂內含的濾嘴是塑料，極難降解，且會釋放有毒物質流入水體，影響整個食物鏈。

省思：這讓我體會到，如果這個方案是成功的，它不僅能讓環境變乾淨，更能透過我們的行動，喚醒周圍居民與同學的環保意識。未來，我除了會對自己小組的環保實踐有更高期待外，也希望能持續關心相關的政治、經濟與社會減塑政策。推動改變的最佳方法，就是從自身做起，進而影響身邊的人。

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	筏子溪淨溪		
系 級	AI—1	學號	1411435〇〇〇	姓 名	林〇廷

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)

在淨溪前，我們在課堂上先了解了筏子溪的生態危機與外來種問題，並在當天準備了夾子、手套和分類垃圾袋。實際抵達現場時，眼前雖然有綠意與流水，但走近溪灘就會看到草叢裡夾雜著大量的寶特瓶、塑膠袋、保麗龍碎片，甚至還有空酒瓶。耳邊除了溪水聲和鳥鳴，全是同學們彎腰撿拾垃圾時塑膠袋沙沙作響的聲音。親手從泥沙和石縫中扯出被掩埋的廢棄塑料，讓人深刻感受到都市便利背後對自然環境造成的代價。

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？

活動中遇到的主要困難是溪灘地高低不平、亂石嶙峋，且許多垃圾已碎裂或被植物根系纏繞，清理極為費力。我們組透過團隊合作解決，有人負責尋找垃圾、有人撿拾碎片、有人負責揀袋分類，這讓我明白面對龐大環境問題時團隊凝聚力的重要性。這次淨溪帶給我深刻的反思，讓我意識到「源頭減量」遠比「事後清理」更重要，否則下一場大雨垃圾又會被沖回溪流。同時，這也拉近了我與這條河流的連結，讓它從一個路過的風景變成需要被保護的存在。在自我成長方面，我從一開始的被動轉為能主動發現石縫中的微小塑膠，這場服務學習讓我收穫了環保意識與實踐勇氣，並將其落實於日常的減塑生活中。

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)

經過這次筏子溪的服務學習，我發現自己對周遭人事物與社會議題的看法有了明顯轉變。過去我常認為環境保護是政府或特定環保團體的責任，但現在我深刻認識到，每個個體的消費選擇都在直接影響生態。這種觀念的改變，讓我在看待自身存在時，多了一份對社會與自然的責任感。對於未來的個人準備與進步方向，我期許自己不論是在小組合作還是個人生活中，都能成為一個更具主動性的實踐者。除了持續在日常中落實減塑、垃圾減量外，我也開始更加關心都市發展與自然生態共存的社會議題。雖然對於「如何全面推廣源頭減量以徹底解決河川污染」仍存有思索與疑惑，但我期待未來能發揮更大的影響力，透過自身的改變去感染身邊的人，共同投入環境關懷。

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	環境講座+筏子溪淨溪+社區掃街		
系 級	AI—1	學號	1411435〇〇〇	姓 名	關〇

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)

在本次服務學習的過程中，我們經歷了從「理論認知」到「實際行動」的完整過程。首先是在校內聆聽的環境講座，講者深入淺出地說明了當前自然環境面臨的嚴峻現況，並介紹了許多台中在地的珍貴鳥類。過去我很少留意身邊的生態，講座中聽到鳥類因人類垃圾與棲地破壞而面臨生存危機，讓我深刻體會到「地球不只屬於人類，我們必須為這片土地負責」的道理。

帶著這份自覺，我們與同學們走入社區實踐。第一站是前往台中高鐵站前橋下的小溪撿垃圾。在動手前，我們準備了夾子、手套與巨大的垃圾袋。走進橋下時，眼前的景象令人震驚：原本應該清澈的溪流與草叢間，塞滿了塑膠瓶、廢棄建材和各種生活垃圾。

還有清潔台中一中街。身為台中的學生，一中街是我再熟悉不過的地方，但過去只專注於美食與熱鬧，直到這次和同學們一起拿起掃把、垃圾袋實行街區打掃，才真正意識到「一中街到底有多髒」。在商圈的角落，甚至是水溝蓋的縫隙裡，藏著無數的菸蒂、飲料杯與塑膠袋。這些親眼所見的髒亂，與平日繁華的夜市景象形成了強烈的對比，成為整個服務學習中令我最震撼，也最深刻的畫面。

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？

這次的服務學習讓我獲得了巨大的內心收穫與觀念轉變。在高鐵橋下撿垃圾時，最大的困難在於許多垃圾長期累積，深埋在泥沙或卡在雜草根節，單靠個人的力量很難清理。面對這個問題，我和組員們自發性地展開分工，有人負責撥開草叢，有人負責用力拔出垃圾，有人提著袋子配合。當我們看著原本髒亂不堪的溪床，在眾人合力清潔後變得非常乾淨，恢復它應有的自然面貌時，那種成就感與踏實感是無可比擬的。

而在一中街的清潔活動中，我們面臨的挑戰則是「邊清邊髒」的無力感。在熱鬧的商圈中，往往我們剛掃完一條巷子，沒過多久可能又有新的垃圾被丟棄。這引發了我深層的思考：單靠少數人的「清理」是治標不治本的，真正的關鍵在於大眾的「公共環境意識」。

這些所見所聞對我的意義在於，它打破了我過去作為一個單純消費者的冷漠視角。我體會到，我們享受便利生活的背後，往往是自然環境與公共空間在承受代價。每個人的一舉一動都與環境息息相關，而我們團隊當天的表現展現了強大的凝聚力。這份收穫讓我明白，只要願意動手，微小的個人力量也能為社區帶來正向的改變。