

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	好牧人送餐		
系 級	日語一1	學號	1411442〇〇〇	姓 名	邱〇筑

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)

在做好牧人送餐服務前，原本很懼怕被服務者的家裡會很髒亂或是有濃烈的氣味，但到目的地時，卻沒有想像中的糟糕，也比自己原先預想的狀況還要好很多。一見到被服務人時，有和他稍微打招呼，沒有甚麼溝通上的障礙，覺得是很新穎的體驗。

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？

我學習到和長輩說話時，音量要盡量提升，不然長輩的聽力不是很好，都會聽得很吃力。還有跟他們溝通時，其實也不用過度的表現親切的態度，只要像個正常人一般談天就行。其中一位被服務者一拿到餐盒就馬上進屋子裡去了，原本還想跟她說些話，但後來我認為，他們和自己沒什麼特別的差距，也不是孤獨而希望有個人聊天，只是餓了，就想趕快吃飯，是我自己擅自覺得他們很需要陪伴。

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)

好牧人送餐活動結束之後，我才發現，原來自己身邊就存在著很多需要被服務的人民，只是自己沒有去多看看、多了解而已。我會想主動再多多關注 SDGs 之相關社會議題，為這個社會多盡一份心力。希望能和小組成員繼續維持良好的夥伴關係與默契。

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	好牧人送餐		
系 級	日語一1	學號	1411442〇〇〇	姓 名	陳〇玉

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)

一開始只覺得很熱，又要一直走路，有點累，但是到了獨居長輩家的時候，這些情緒就慢慢消失了。長輩們都很客氣、很熱情，感覺我們能陪他們說一點話也不錯。送完餐後，我們還在回程路上的雜貨店買了消暑的飲料，比起去程，回程感覺心情更好了。

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？

透過這次送餐活動，我更能對長輩更有耐心，也發現只是一句簡單問候就能帶給他們溫暖，也能溫暖到自己。雖然過程不算輕鬆，但這短短的路途就能讓我們學習到服務他人的意義的話，那完全值得。

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)

這次服務課程讓我發現高齡化社會與獨居長輩等議題，很多長輩平時缺少他人陪伴，也可能因為身體老化造成行動不方便等等，更需要他人照顧，也更讓我認識到獨居長輩的居住環境有多麼的不友善。希望未來社會能更加重視長輩的生活環境與需求。

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	好牧人送餐		
系 級	日語一1	學號	1411442000	姓 名	萬○玉

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)

我們先在視聽教室集合，聽了一些有關惜食的講座，再來好牧人的工作人員就開始向我們解釋，接下來該做什麼？需要什麼準備及心理準備？等。工作人員說有些老人家裡環境髒亂，且只有一個人，能力有限，常常會有一些異味混雜在各個地方，建議我們戴口罩去送餐。還有，有些老人天天都在期待送餐人員的到來，陪他們聊聊天，畢竟一個人在家沒人可以說話，老人是非常寂寞的，這讓我十分驚訝。到了換我們送餐的時候，我們先按照分組排隊，領背心及餐點，徒步走到各個組別分配的地點。一開始我敲門的時候，並沒有人回，只看到門上有一個寫著好牧人的保溫袋，看起來像是要我們放在裡面。我不太確定，多敲了幾下門，隔壁的老人就走出來告訴我們放裡面就好了，我們就拍了照並把餐點放進去。下一個地址就在旁邊，也就是剛才叫我們放袋子裡的老人。他看起來身體很硬朗，心情也不錯，跟我們說他的餐點放在桌上就好，就自己一個人跑去看電視了，我們打了聲招呼，確定餐點送達後就離開了。

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？

在送餐期間，我們頂著烈日向前走到個案家裡。我們只送兩家就覺得十分疲憊，送完後我很敬佩真正負責每日送餐的配送人員，不論颶風下雨，或晴或冷，每天堅持不懈的配送餐點，意志力十分讓人佩服。我們面對烈日也只能撐傘或戴帽子，多塗防曬。送餐人員遇到的困難肯定比我們更多、更難。我發現社會的運作是由許多人的努力拼湊而來的。大家都努力的一步一步做自己力所能及的事，才能維持社會正常運作。

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)

我期待未來大家能夠更加重視高齡化社會的議題，以及面對食物，該如何珍惜不浪費。只要每個人都只拿取自己需要的分量，降低食物浪費，就不用再消耗大量人力去解決剩食問題了，能把人力資源放在其他更重要的地方。