

中國醫藥大學 服務學習專刊 第四期

愛在服務 樂在學習

China Medical University Service-Learning



大師典範傳承經典論壇與反思

在地關懷智庫基地篇：關懷社區，在地創生

服務學習課程篇：服務學習課程老師及機構訪談

P2

P10

P13

服務隊理念篇：服務隊簡介及個人理念

璀璨煙火，雙十國慶典禮禮賓接待

服務學習課程紀錄與省思優選

P19

P32

P34

目錄與索引

大師典範傳承經典論壇	P 2
2023 春季大師典範傳承經典論壇	P 3
大師講座經典論壇反思—我的背包.....	P 5
大師講座經典論壇反思—服務、學習、實踐.....	P 7
在地關懷智庫基地篇：關懷社區，在地創生.....	P10
在地關懷智庫基地：緣起.....	P11
服務學習課程篇：服務學習課程老師及機構訪談.....	P13
「三木日光社區」：教會與社區的互動創造亮點.....	P14
雲林口湖兒童早療中心訪談.....	P16
老師與服務學習.....	P17
服務隊理念篇：服務隊簡介及個人理念.....	P19
你好，我們是向日葵志工隊！	P20
盛夏的記憶 - 小食代.....	P23
做自己的光.....	P25
有感而發.....	P27
口衛隊與存在主義.....	P29
服務學習榮譽榜單.....	P31
112 年雙十國慶典禮禮賓接待.....	P32
服務學習課程紀錄與省思優選	
紀錄與省思優選—中國藥學暨中藥資源學系.....	P34
紀錄與省思優選—中醫學系.....	P36
紀錄與省思優選—物理治療學系.....	P39
紀錄與省思優選—運動醫學系.....	P41
紀錄與省思優選—職業安全與衛生學系.....	P44
紀錄與省思優選—生物醫學影像暨放射科學系.....	P46
紀錄與省思優選—醫學系.....	P49

The background features a light blue and white color scheme with abstract, flowing shapes. Several stylized celestial bodies are scattered across the page: a large orange planet with a textured surface on the left, a smaller orange planet with horizontal stripes below it, two purple spheres, and several white and light blue stars. A large, light blue circular shape is visible in the bottom right corner.

大師典範傳承經典論壇

2023 春季大師典範傳承經典論壇

文/服務學習中心

中國醫藥大學《2023 春季大師典範傳承經典論壇》4 月 26 日晚上以跨校際連線方式進行，邀請靜宜大學校牧-沈拉蒙神父 (Rev. Ramon Santacana) 分享來台灣 30 餘年教學經驗和人文見聞；這位「新台灣人」語調溫和態度堅定的提醒年輕學子，在科技發達的 E 世代，無論學習與生活都要自己動手去做、去行動，同時不斷的學習，更重要的是永遠保持著愛、熱忱與感恩的心！



2023 春季大師典範傳承經典論壇參與盛況

沈拉蒙神父是西班牙巴塞隆納大學經濟暨企業學系博士，來台灣住了 30 年，他在這塊土地上晉鐸神父開始他的大學任教生涯，也經營年少時即有的藝術熱忱，並兼顧學校的教學與牧靈事務，臺灣是他第二個故鄉。

《2023 春季大師典範傳承經典論壇》由本校郭樹勳副校長擔任論壇與談人和總主持，楊良友國際事務處長、馬維芬學務長協同主持。活動的第一個部分是大師典範傳承對談，邀請沈拉蒙神父分享，題目是「The Making of a Taiwanese Citizen—Rev. Ramon Santacana's Life and Experiences」，第二個部分是互動論壇，由本校杏服醫學服務隊及南望邊境行動國際志工服務隊進行報告。會場除了中國醫藥大學水湳校本部、英才校區和北港分部校區、亞洲大學等實體場地參與外，也開放全國大專校院及高中職學校有興趣師生透過線上研討會及 Youtube 直播的方式參與，總計有一千餘人。



郭副校長致贈沈拉蒙神父獎牌

郭副校長致詞時歡迎來自各地與會的師長與同學們熱情參與論壇活動，姊妹校的亞洲大學張少樑學務長藉由網際網路在線上表示歡迎之意，郭樹勳副校長透過對談的方式，讓與會師生認識沈拉蒙神父，神父把最珍貴的時光奉獻給臺灣，期間從事教育、宗教、藝術並順利取得臺灣的國民身分證的歷程，引領師生了解到對於教學與研究乃至藝術上極大的熱忱與投入。

沈拉蒙神父提到來臺灣的契機，離鄉背景不是為了金錢利益的追求，而是實踐夢想和愛；他認為一所醫藥專業大學，應十分重視人文素養，立德為先是第一要務，醫藥人員在治療病患的過程中不但要具備耐心更要以人為本，盡力為全民甚至是全球更好的醫療環境與健康福祉而努力；現今科技發達的世代，網際網路與人工智慧可以做到許多事，除了享受科技帶來的幫助也要持續思考，無論學習與生活都要動手去做、去行動，且不斷的學習，更重要的是永遠保持著愛、熱忱與感恩的心。



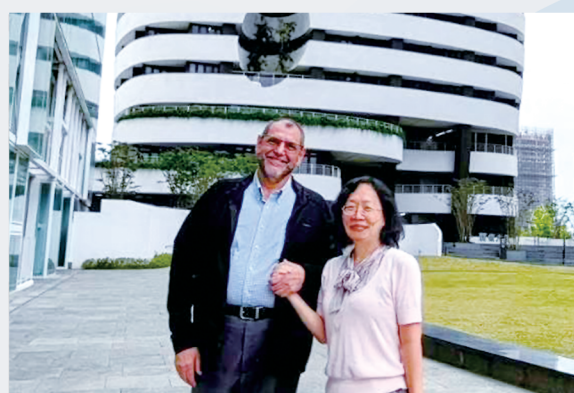
楊良友國際長引領現場同學提問

互動論壇的部分，由本校杏服醫學服務隊江雨蓉、葉柏延及吳宗威同學，與南望邊境行動國際志工服務隊張雁筑同學帶來兩組團隊於國內外服務的分享；本校杏服醫學服務隊長期深耕南投，以偏遠山區、原住民孩童及長輩為服務對象；南望邊境行動國際志工服務隊則運用所學，以人道關懷服務為出發點，前往泰北擴展學生國際視野及國際交流能力，兩組同學亦採用英文的形式分享成果，這也是第三次學生團隊在大師論壇的全英報告，沈拉蒙神父對於本校學生的服務學習成果和同學的服務熱忱、英語表達皆給予極大的肯定，也展現本校師生在服務學習與外語能力的推動成效日益成長。

郭副校長致贈紀念品感謝沈拉蒙神父對台灣人文見聞的精彩分享，期盼藉由大師典範傳承論壇，讓中國醫藥大學乃至全國大專校院、高中同學共同投入服務學習的行列，盡情享受生命，勇敢追夢，持續推動醫藥專業人員能夠更貼近被服務者的需求，實踐醫者大愛的精神奉獻社會。



沈拉蒙神父於論壇最後感謝全校師生的共襄盛舉



侯曼貞主任偕同沈拉蒙神父參訪中國醫藥大學水滴校區

大師講座經典論壇反思—— 我的背包

文/張雁筑(醫學檢驗生物技術學系)

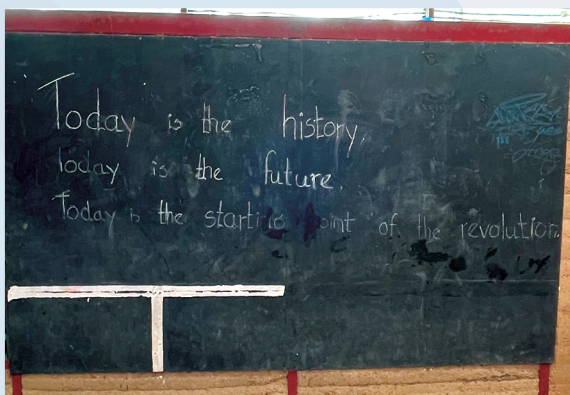
在大師講座當天看見身材高大魁梧的沈拉蒙神父 (Rev. Ramon Santacana)，下巴蓄著灰白鬍鬚，身穿低調簡約的襯衫及西裝褲，配上灰色調的紳士帽，帶著沉穩溫暖的微笑和長官們寒暄；講座後安排各服務隊的學生們先分享自身的服務經驗，而後是沈拉蒙神父的經驗分享。

當天，我分享了本校南望志工服務隊以及邊境行動 (Glocal Action) 在泰緬邊境 - 美索鎮的經驗，體悟和感受。

在撰稿的此刻，我已從第二趟的泰緬之旅回來了，相較第一次的感悟，這次讓我思考更多志工的本質為何？這次採訪的定位是什麼？好像回到一開始，我為何而來，讓我想起了當初被感動的心及課外活動組雅婷姊分享的 From Me to We；我們越是深入看著我們嘗試解決的「問題」時，我們常常發現這樣的情況對他們來說真是個問題嗎？或許他們以自己的方式好好地生活著，也或許是我們一股腦兒地從自己的角度出發，試圖提供自己以為的援助。試著交換雙方的立場思考，跳脫自己的角色，參考當地人的意見及看法，我希望自己不要成為當地的負擔。

自己拿出相機拍下當地移民小學的午餐，我的舉動讓我自己感到很困惑、矛盾和不舒服；我以為自己有正當理由，因為我們需要知道他們的午餐是什麼樣的、有哪些食材；我感受到孩子眼神中的困惑和不明白；我不去試著猜測或假裝知道他們的感受，不過我知道如果我是他們，被不認識的人們拍下我正在吃的食物，不論有沒有詢問過我，多少會覺得不舒服和奇怪，甚至覺得冒犯。

因為這次事件，志工的界線這個議題不斷在我腦海中縈繞，怎樣的行為是尊重當地人的？我希望被這樣對待嗎？同時我也知道，我們都是平等的，沒有哪一方是一定給予或接收；以前會以為志工是到當地給予幫助，但現在回頭看，也許我們被給予的更多吧。



今天是改革的起點，如果想改變，那麼就得把握當下



很佩服當地小孩子總是可以發明簡易好玩的遊戲

在人與人的互動中，那種真誠靦腆帶來的美好回憶及感動，和夥伴及同齡的移民交流討論得到的思想上的衝擊和改變，這兩趟旅程給予我遠遠超越待在舒適圈可以得到的；其實更可觀的是這些改變是跟著我的，持續影響到往後的每一個選擇，思考的角度，待人處事的態度，並且如蝴蝶效應一樣散播出去。不要小看自己的力量。這也是在這趟旅程中從雅婷姊身上學到的。

其實志工是需要非常細膩的吧，尤其在道德界線和團隊核心上是需要好好確立的，哪些事情該不該做，團隊在乎的是什麼，我為何加入，種種的核心價值能夠幫助我們在很多時候回頭檢視自己和團隊是否在軌道上。

我很喜歡邊境行動的祕書長 Sam 哥說的：「回頭看，其實我們已經有很大的收穫了，至少我們不再是跟泰緬邊境沒有關係的人了。」我一直很感謝這兩趟旅程給我的啟發，感謝這之中參與的、遇見的人事物。

我的分享結束後，接著是沈拉蒙神父的分享，也許沈拉蒙神父是以相信天主的視角(角度)分享他的經驗、想法，我相信不論是否信奉天主教，都能從他的話語中有所啟發。

從他的字句中都可以體現出他的人生觀，在語句中穿插幾句引人發笑的言論，不論處於人生的高或低點，用帶點幽默感及信任的角度去看，也許你的世界會豁然開朗許多。信任生命會帶你到該去的地方，該體驗的經歷，那些我們曾經以為過不去的坎，現在回頭看，自己似乎還是走過來了。沈拉蒙神父說「Those experiences are in our backpack.」他鼓勵我們在大學時期盡量地嘗試，往各方面伸出觸手，他舉自己的例子，他主修經濟，卻也對繪畫非常有興趣，而現在他在靜宜大學擔任教職，除了教授西班牙文外，同時致力發展藝術文化，授課之餘還投身宣傳福音、服務人群。沒有用不到的經歷，過去經驗的層疊累積，造就了現在的自己，就好像這兩次泰緬邊境的旅程，組成了一部分的我，影響著日後的每一件事。



沈拉蒙神父與我的合照

大師講座經典論壇反思— 服務、學習、實踐

文/葉柏延(醫學系)

今年的杏服醫寒期結束後，依舊有著許多待處理事項，而在大師論壇分享那晚，卻也意外地讓我們有了更多感受與學習。在沈拉蒙神父 (Rev. Ramon Santacana) 的分享中，談到其年輕時造訪各國，最後選擇在台灣定居，如今甚至已擁有台灣國籍的種種經歷；貫穿整場講座的核心是關於如何在自己的人生去行動、去實踐幸福與愛。

對我來說，這般的講座在校內是十足珍貴且重要的，身處在醫學大學的我們，沒有機會接觸不同領域，尤其是人文科學相關的學習，若僅是通識課短暫且粗淺的學習，實在難以真正培養人文素養與社會科學的視野；然而，做為未來的醫療人員，在執業過程中，如何與人接觸相處是不可避免的課題；就我自己而言，會擔心從學生時期就守於白色巨塔內，因而漸漸失去關懷社會的心；因此積極的向外接觸，了解更多不同的知識與視野，透過不同類型的講座，增加接觸社會的觸角，也都是對於自身極為重要的學習與能力的積累。



每一位孩子的身上，總能發現不一樣的火光

而在講座後半段，我與宗威分享關於杏服醫的服務活動；聽完沈拉蒙神父的分享後，在與大家提起杏服醫、提起服務學習時，心中也有著不同的想法與更深的感觸；就如同沈拉蒙神父所談，對於任何事情，最重要的是勇敢去行動，真正的實踐，才能往目標更進一步。對於服務學習來說，但我相信，光是課堂上的學習服務的定義、理論，是難以真正讓學生們了解服務學習的核心價值的，惟有實際的透過行動，才得以在過程中、在與服務對象的雙向互動中，交換彼此的人生，進而去慢慢體會與學習；一如沈拉蒙神父在其一生中，對生命、教育與藝術的投入與奉獻，都讓我有更多的感觸與思想。

在參與許多次服務活動後，每次的感受都略有不同，但從 5 年前第一次的高中服務隊出隊，到今年杏服醫寒期出隊，都沒有改變的是那份期待與熱忱，還有每次總在營隊過後，回想的時分，才會細細品味出更多細膩的感受。在講台上用著不熟悉的英語分享著服務的同時，內心也湧現出那段過程的「杏服」瞬間，也希冀著沈拉蒙神父、師長們與台下的同學們，能一同與我感受著故事中的那份感動：

與地利的部落長輩不同，阿漣婆婆其實來自宜蘭的泰雅部落，更是泰雅部落重要的織布技術保存者，女兒嫁來信義鄉便一同前來，因此與當地的其他長輩們不熟識，在聚會時看著前面的長輩們一同談天說笑，她選擇坐在最後一排。交談過程中，知道婆婆以前在舞團跳舞，除了國內拿下多次冠軍，更前往國外比賽；雖然上了年紀，不再能跳舞，但婆婆談起過往，笑容也總是在臉上舞蹈，尤其是講到去日本比賽時，婆婆主動開口說了很多，但很沮喪自己想不起來是去了日本哪裡；我們開了地圖，婆婆比劃著新潟附近，卻苦尋不著她腦中的回憶，我們也只能安慰婆婆，並帶著她一起做健康操，嘗試分散注意力。「Shimanagan！」婆婆突然說了一串字，她說出了是到 Shimanagan，吃了許多美食，拍了很多照片，拿了好多的獎，我們在網路上，想要搜尋出 Shimanagan 是在哪裡，卻遍尋不著，但沒有關係，Shimanagan 就是 Shimanagan，那就是婆婆去日本比賽的地方。

我們收起了手機，聽著婆婆跟我們描繪出 Shimanagan 的模樣，那是一個港口，有著湛藍的天空與和煦的風，街道與海都靜謐的躺著；在那裡，阿漣婆婆穿著和服，也穿著她自己做的泰雅服飾，在掌聲與喝采中與海浪和星星共舞；我們聽著，似乎也想拜訪看看了。講起 Shimanagan，講起故鄉宜蘭，婆婆總是堆滿笑容，雖然現在的身體，已經不太方便再出國旅遊，也因為子女忙碌的關係，已經很久沒有回宜蘭了，但談起那些年華那些回憶，她重拾笑顏，牽起我們的手，跟我們說，今天是多麼的開心。



談起年華回憶，她重拾笑顏，牽起我們的手，跟我們說，今天是多麼的開心



熟悉的旋律出現，婆婆開口唱起了屬於她族人的歌，歌聲明亮了昏暗的居所

民和的孩子們在學業上不是社會預期的優異學生，沒有流利的外語能力、沒有突出的數理頭腦，但幾天的相處與認識，我們在每一位孩子們的身上，總是能發現不一樣的火光，那是不同於我們眼中的閃耀，我們知道，他們每一位都如此特別，如此值得呵護，就算因為各種背景、家庭、生長環境因素，他們沒有辦法如社會預期展翅高飛，但我們知道且我們願意幫他們建立起一張生命的傘，讓所有火光都自由燃燒，都安穩落地。

當熟悉的旋律出現，阿玥婆婆開口唱起了這首屬於她的族人、她的部落、她的歌，溫暖的歌聲讓原本昏暗的獨居之處變得明亮，我們就像她的家人一般，和她一起一遍又一遍的唱著這首屬於這片土地的歌，在歌聲中感受著阿玥婆婆對布農族深刻的愛與眷戀。當我們終於走下婆婆家前的小陡坡時，腦海中浮現了那個快樂唱著歌的阿玥婆婆，就好像身上的病痛都因為這首歌而痊癒了，希望下次再見時，我們能再次聽到阿玥婆婆溫暖的歌聲流淌在這片屬於布農族的土地上。

舞台的燈光熄滅，車燈亮起，我們哭著向彼此道別，縱使難過，但從上山一刻便知道，本來就得說再見，而我們也相信，我們從不會拋棄彼此；65 位大學生，無數心力做出的道具與教材，以及這些日子所獲得的、所交換的，那些心血、回憶與生命，通通裝載在車上，在南投的山上蜿蜒，每過一個彎，我們都知道離過去這五天、這四個月、這一學期經歷的種種，都更加的遙遠，但我們與學員、與長輩的心，早已無比靠近，心中燃起的火光，也不會熄滅，而我們，都在這片微光中前進。

卸下行李，充斥疲憊，但我們都約定好了，在閉幕之後，我們會不平凡地活著。



心中燃起的火光不會熄滅；而我們，都在這片微光中前進



在地關懷智庫基地篇

關懷社區，在地創生

在地關懷智庫基地：緣起

文/服務學習中心

深耕社區與偏鄉

多年來，中國醫藥大學的教職員和學生始終堅持參與醫藥專業服務，以身為醫學殿堂為榮，致力在地醫療與福祉的發展，藉由培養五大基本核心能力，以及積極參與在地的關懷活動，我們孕育出深厚的醫療知識，並在醫學專業領域建立了強大的根基。



前往台中市大鵬國小簽署合作備忘錄

我們不僅與鄰近的醫療機構居民建立了共融共生的社區，更在服務的過程中，培育學生們未來在醫療領域中堅實的能量。透過課程安排，我們將醫藥專業融入服務學習的理念，引導學子進入服務場域，組織豐富多元的體驗活動。這不僅是一場服務，更是一场啟發學子善盡社會責任的深刻情感之旅。針對資源匱乏的偏遠地區、離島、教育優先區學校等，我們將服務的焦點集中在這些特定場域，深化參與

並擴大服務的影響；與當地相關機構建立緊密合作，展開長期深耕計畫，力求服務的力量能夠廣泛覆蓋山區和離島地帶；積極與民間社會福利團體攜手合作，致力於確保偏遠地區的學童擁有更好的生活環境和學習場所，讓每個孩子都能夠享有平等的教育和照顧。

整合專業知識與服務場域

服務學習中心為此在服務學習課程方面下足苦工，致力培植每一位學生的志願服務精神，提供完整的志工基礎訓練，使學生熟悉服務的要領，與此同時協助學生社團組成自主性醫療服務團隊，走入各個偏鄉，舉辦醫療衛教服務；學期間邀請各領域專業教師帶領反思，使學生不僅在專業知識上有所獲，更能感受到對社會的貢獻以及付出與接受之間的平衡。服務學習的課程不僅連結了「專業知識」與「服務場域」，也在建立多元的學習能力上提供學生更為完整的教育，邁向全人全方位的方展。



與師生共同舉行服務學習課程教學助理會議，研討服務學習課程

成立在地關懷智庫基地

面對著人口結構的巨變、科技日新月異以及頻繁發生的天候災害，社會所面臨的問題越顯複雜；為因應挑戰，鼓勵學生運用所學、發揮專業所長，成立專門隊伍，深入探究各種全方位的社會議題。



同學獲得更多接近人群的機會

我們邀請學生思索環境安全、AI科技新知、兩性平權等當前社會迫切需要解決的問題；更重要的是，透過這樣的專業研究，能夠提升本校學生的人文關懷及社會責任感，培養他們的創新設計思維，加強人際溝通互動，以及解決問題的能力。為更好地整合這樣的學習體驗，服務學習中心特此建立服務學習在地關懷智庫基地；基地將依據各種不同的議題進行分門別類，讓學生能夠方便地查詢相關資訊，同時也讓社區民眾能夠輕鬆獲取最新的知識。

結語

基地的成立讓學生擁有了展現學術外能力的機會，也在服務過程中培養肯定自己和解決問題的能力，多了更多實踐的可能；藉此讓學生體會服務是雙向的接收與感受，是能夠豐富自己的資產，為個人的身心鋪下堅實的基礎。與學生共同邁出第一步固然重要，但不是最重要的一步，最重要的是下一步；期許未來更多學生體會服務的美好，繼續協助更多學生抵達夢想的彼方，更多的期許，更多的下一步，之後再下一步。



服務過程中的收穫是雙向的，認識他人，也認識自己



服務學習課程篇

服務學習課程老師及機構訪談

「三木日光社區」：教會與社區的互動創造亮點

受訪者/林惠明傳道與江玲朱老師(美福教會)

文/張齡徽(中醫系)

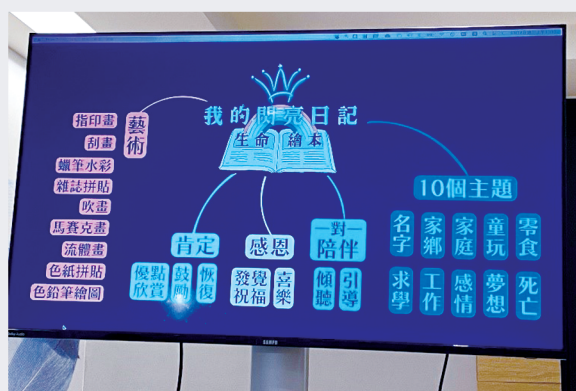
隱身在一個大樓社區內的教會，是如何成為台中市政府評鑑年年獲優等獎及特別獎的長者服務據點呢？林惠明傳道說：其實當初選擇買下這個據點的時候，團隊就有討論在裝潢上所想要服務的對象是哪些、想要給與來這個據點的人什麼樣的感覺；身為基督徒的我在這時候就會前往禱告，尋求神的幫助，教會的牧者也很有智慧的跟我分享要成為「做光做鹽的教會」；之後看到這個社區正在出租，但因為出入都要經過警衛室，一開始會有許多不容易，擔心住戶會擔心有維安的問題；承租之後為了得到社區住戶的認同，教會的人員循著聖經的教導「學習耶穌彎腰做僕人、愛鄰舍」一步一步的與社區住戶成為好朋友，也常為三木社區辦活動，到現在教會已成為這個社區的亮點。

最早從 15 年前開始是叫《銀髮加油站》，主要是看到社區內有許多長輩加上社區的無障礙空間規劃做的相當完善，讓林傳道與教會這邊開始決定做長者關懷的服務；四年前改名為《三木日光社區-照護關懷據點》，長輩服務的規劃上也有分群，像中國醫學生服務的對象就屬於戰後嬰兒潮出生的長輩，約莫 80 歲以上的長輩；另外有一群長輩是所謂的知識型長輩，也就是現在所謂 55~70 歲年齡層的「壯世代」。兩邊的活動與規劃都會不同，例如對「壯世代」的長輩活動規劃偏向新媒體、自癒力、體適能等規劃課程等。

以「《箴言 16：31》白髮是榮耀的冠冕，在公義的道上必能得著。」為主軸，連他們活動的服裝都是以這句經文來設計 Logo，希望長輩來這邊可以得著智慧(W)與健康(H)，也希望這邊的長輩能有一個很好的支持系統。



林惠明傳道(右)、江玲朱老師(左)熱情分享



為長者活動規劃的豐富內容

場地設計使以新媒體為概念作設計，目前有穩定參與的長輩約 40 多位左右，在電話關懷的部分約有 50 多位，總共約 100 多人；課程規劃上動靜態都有，因為設計是以新媒體為主，課程中還有教長輩玩直播，而這樣的活動設計讓三木據點的志工受邀到市政府分享；也因教會持續輔導長輩使用新媒體，因此在新冠疫情期間幾乎沒受到影響，所有的活動能夠從線下轉到線上，可以說是無縫接軌，連市府單位都相當佩服。

教會活動中的「祂和他的故事」、「我的閃亮日記」和「我是閃亮記者」都是記錄長輩的小天地，他們成立小組，讓長輩都可以在這個小組內分享自己的服務理念，也讓小組內的成員像家人一樣建立支持和安全的分享環境。其實在這樣的活動當中長者可以獲得成就感，也不會覺得自己好像老了不中用了。

江玲朱老師講到中國醫藥大學與教會配合 10 年以上，現在的年輕人比較害羞，跟人的互動上比較陌生，我們學生則覺得教會的老師很好；我們以團康活動開場，幫助學生熟習這個環境與長輩，且三木的長輩都很親切，他們知道如何拉近距離，其實長輩喜歡與學生聊天，學生只要坐到長輩旁邊就可以感受到長輩的熱情！這樣的活動其實有助於未來中醫的學生在執業的過程更能了解年長病患的心或抓到溝通的方法；也因為服務的次數也愈來愈少，又是兩組交替，以至於學生比較難建立關係，不知道之前的學長姐們是否有把服事的概念做一個傳承？像之前有一年的學生，在復活節前後，特別演一齣戲劇給長輩看，是讓我比較驚豔的，覺得很用心。其實服務學習不只是辦活動而已，其實是要幫助學生學習與不同族群的人互動，團隊之間的合作或是讓同學不一樣的專長被挖掘出來等。



同學與三木服務據點的長輩互動融洽

林傳道表示教會過往的培育重點在兒童、青年，長者往往是容易輕忽的一塊，直到教會的牧師說：長輩才是陪著教會到最後的家人。從事長者事工 15 年，回想 65 歲來參與的長輩就一直陪伴著我們直到他回去天家；在這段時間裡是不是可以讓長者有更多的發展，打破那個年齡的框架，從被服務者變成服務者，達到以老助老。對於壯世代的長輩規劃不只新媒體、也協助他們成為閃亮記者，讓長輩玩出不同的花樣，甚至也有幫長輩圓夢的企劃，讓他們 70 歲後有不一樣的開始。

雲林口湖兒童早療中心訪談

受訪者/雲林口湖兒童早療中心
文/彭雲怡(物理治療學系)

口湖早療中心於 2008 年由雲林縣政府委託財團法人天主教若瑟社會福利基金會承辦，位於口湖鄉過港國小，提供各項兒童發展相關評估及社工服務等，及療育服務包括物理、職能、語言、音樂治療師等專業協助，其多元性具有使孩童接觸多類型社會人士以培養社會性之目的；在志工方面也有來自幼保、護理及社工系的業界人士，提供幼童在發展學習中獲得專業之醫療照顧及心理輔導。



機構教師分享注意事項及活動事宜

在經費及教師資源極度有限的環境下，募款及宣傳資訊成為首要任務，舉辦多元相關活動邀請各方人士了解機構提供之協助及現況，從善心捐款、活動收入以提高醫療照顧及環境品質，也發放宣傳單以推廣大眾對於早療的認知，付出的努力並非三言兩語能夠簡述，藉由此服務向物理治療學系學生介紹機構概況，期許更多同學能夠加入物理治療師的大家庭。

過去兩年數次拒絕學生前往機構合辦活動，除了疫情為主因外，乃因有學生過份打鬧嬉戲，引起周邊過港國小學生躁動且造成家長的反感，帶給機構困擾，但疫情趨緩下再度開放給學生做服務學習；本次課程從校方導師助教聯絡溝通、相互討論合作、擬定流程至最終活動順利進行及落幕，皆充分展現學生的熱情及專業能力，且活動後提供之環境清潔也帶來相當程度的幫助，整體服務活動讓機構方甚感滿意且確實減輕負擔。



同學積極與機構的兒童互動，展現熱情與專業態度

考慮到人力及安全問題，現今早療中心師生比在法律上規範為一師四童，雲林縣發展遲緩兒童申報人數大幅超過機構所擁有之教師資源，機構方渴望更多專業人士加入服務，協助兒童成長。經過此次的合作後，期許能與往後幾屆學生展開參訪交流、舉辦活動，共同為發展遲緩之孩童提供更優質的環境及醫療輔助，將小兒物理治療專業發揮至最大效用。

老師與服務學習

受訪者/李孟修(中國藥學暨中藥資源學系服務學習課程授課老師)
文/凌加安(中國藥學暨中藥資源學系)

授課教師認為服務學習是全能教育的一環，同學們的學習不應該僅限於課堂上，而是希望同學們能在這些課程中以實際操作的方式將自己的所學應用到生活中，進而回饋社會；課程目標則是希望同學可以以多元的形式執行服務學習，並融入自身所學，使服務學習並不是單純付出勞力的志工服務，而是含有教育意義，且雙方都能進步的互惠互利活動。

本學期的服務學習課程是與本系的黃慧琪老師合作，除了服務學習外，另外加入了大學社會責任的概念，使服務學習的內涵更加深刻。原本同學們初步的構想是到北港校區當地的小學進行中草藥的介紹和衛教，希望在規劃的活動中使小朋友們認識到生活中的中草藥應用，在加入黃慧琪老師的計劃後，服務對象改為附設醫院長照中心的失智症長輩們，服務內容也因為服務對象的不同，改為更符合長輩需求的藥用化妝品和藥膳。也許是因為沒有籌畫活動的經驗，同學除了在課堂上有討論出部分方向之外，課後並無積極的再對細部的執行環節有更多討論及嘗試，導致每次上課時間討論的內容都停滯不前。授課老師在課堂上分享許多以往學長姐的經驗，似乎也沒有觸動他們或使他們產生想法上的碰撞。所幸在接近選定的服務時間時，小組內的部分成員有了危機感，開始逐步推進他們的活動進度，最終兩個小組的服務學習都順利進行並圓滿完成。

以授課老師和教學助理的角度來闡述對於學生服務情形的感想，我們認為大多數同學們其實並沒有將服務學習當作是一次服務和回饋的機會，也沒有當作是一件需要盡全力去完成的事情；一切都可以從他們的上課態度、時間觀念、繳交必要資料的積極性、活動籌備的完整度等方面便可窺知，只有少數的同學認為服務學習這門課程的重要性與其他課程相當；甚至課程中有些同學認為離他們服務的具體日期還有一段時間不急著開始規劃和具體化他們的服務內容，而忽略了活動中許多不可預測的因素都可能導致他們活動的失敗。



出去服務前認真聆聽上課內容



推廣說明愛玉的功效

由於服務的對象是附設醫院長照中心的失智症長輩們，附設醫院長照中心的個管師也事先安排課程使同學對於失智症有基礎的了解，但基於對這門課程的忽視，當天到場的同学只有服務人數的一半；部分同學們的行為似乎都闡述著他們對於這門課程的不重視，少數同學則對於這門課非常的有熱忱且細心，在規劃活動時就將長者的身體情形考慮進去，不僅調整了藥膳的配方，將屬性較寒的藥材量減少，改為其他作用相似屬性較為溫和的藥材，並且在人力充足的情況下盡量一對一的陪伴長者、協助製作化妝品及藥膳或是單純的聊天，確保每一位長者的需求都有被關注到。

根據本學期的服務學習課程的經驗，往後的服務學習授課老師希望同學們服務的方式可以有更多的創新，活動規劃可以更加的全面完整，關於我們專業的部分可以再加入更多的元素，並在參與服務的方面給予更多鼓勵、給予更多的心力，認真學習，才是真正達成服務學習課程該有的目的。



協助長輩們製作左手香膏



服務結束後長輩們依舊盛情的相約合影



服務隊理念篇

服務隊簡介及個人理念

你好，我們是向日葵志工隊！

文/林宜臻(向日葵志工隊)

緣起

時光回溯至 2020 年底，全國各校大專生自我傷害與輕生案件發生頻仍，中國醫藥大學有感於學生心理健康的重要性，於 2021 年 3 月成立了隸屬健康中心之下的「向日葵志工隊」。

在收到學校寄送的招募座談會信件後，我沒有猶豫太久便與朋友相約參加；在座談會上，郁珊老師和安雅老師為我們詳盡地介紹向日葵志工隊成立的初衷與目標：關懷周遭的人，以及自己，利用同儕之間關懷的力量，織成溫暖綿密的網，接住所有低落的學子。彼時的我，知悉向日葵志工隊不僅有服務他人的機會，亦有許多關於情緒覺察、自我探索的課程時，便毅然決然下定決心加入向日葵志工隊；而這，即是我與向日葵志工隊故事篇章的序。



志工隊成員在集會中彼此交流想法、建立感情

向陽而生

自成立以來，在老師們的指導下，我與志工隊夥伴們也陸續策劃了各式活動讓中國醫藥大學的同學們參與；在規劃活動時，我們往往會先設立一個想傳達的理念宗旨，如「重視心理健康」、「自殺防治」、「回顧自己」、「情緒覺察」等等，再發想能以何種形式、遊戲等方式傳達我們想宣導的理念；從簡單的問答遊戲，到手工製作九宮格、大富翁遊戲盤道具，到設計、印製明信片讓同學寫信給未來的自己。

在每一次活動的籌備討論期間，志工隊的成員們總是絞盡腦汁，希望以迥異、嶄新的方式讓來參與宣導活動的同學得到有別以往的活動體驗；其中令我印象深刻的一個遊戲是「情緒賓果」，我們在遊戲盤面上放上九種情緒，參與遊戲的同學們需要輪流說出和盤面上情緒相符的事件或經驗，即可如一般的賓果遊戲集點連線。在遊戲的過程中，我發現不少同學們都會停頓、思考良久，說他們一時想不到有什麼相關聯的情緒事件，除了引導他們外，也同時反思，我們是否越來越少直面地審視、剖析自己的情緒，是否因一再的壓抑、忽略自己的感受，以致一時之間對於自己最近何時感到「興奮」、「難過」茫然不知。



老師與志工隊成員在宣導週向同學傳達服務理念

另一個讓人記憶銘心的活動是聖誕節宣導週，此次宣導週很多「書寫」的關卡，包含讓大家在小卡片寫下激勵人心的一句話送給陌生人、將生活中的煩惱寫在紙條上並投入垃圾桶中、寫封明信片寄給一年後的自己等等；活動期間，我看見各系的同學們倚著桌子，掛著微笑認真地在卡片上一筆一劃極盡工整地寫下對他人的祝福；看著參與活動的朋友們聚精會神地寫一封寄給未來自己的明信片，期待地投入信箱；看到學弟妹們將大大小小的煩惱寫在紙條上，揉成球團以投籃的姿態投入垃圾桶後的釋然大笑。以上的畫面我仍歷歷在目。也許我們準備的遊戲很簡單，但我們希望藉由這個午間限定的短暫活動，作為大家在匆忙日常中的駐足，或宣洩自己的壓力，或寫下對未來的盼望，或從未曾相識的人那收到一句鼓勵的話，繼而將這份感動傳遞下去。

期盼每次向日葵志工隊的活動，都能讓前來共襄盛舉的人們得到屬於自己的感動與希望，或許是更能覺察自己的感受，或許是得到溫暖的祝福，或許是更重視你我的心理健康。向日葵，又名太陽花，向日葵志工隊亦希望帶給中國醫藥大學同學關懷與溫暖，傳遞向陽而生的力量。

從心出發

也許我們都是一座座的孤島。

在聽到家人、朋友們問到：「你最近怎麼樣？」我們是否常常回答：「還好」但「還好」這兩字中，其實還包含了好與不好、開心、疲倦、期待、悲傷等等龐雜豐富的情緒，也許是在日復一日的上課、打工、報告、考試等日常壓力下讓我們下意識去壓抑自我，讓那些不知如何訴說、龐亂紛雜的思緒被壓縮成了兩字簡單的「還好」；我覺得，這個反思也就是我們活動的意義之一：喚醒大家對情緒的敏感與覺察。當我們認識情緒、了解自己的感受，我們就能更好的面對情緒、接納我們面對的事件。



在宣導週中，向日葵志工隊設計不同遊戲讓同學參與

彼時仍是大一的我，對於「孤獨」特別有感覺，脫離高中制式的課表與升學壓力，踏入大學的校園，彷彿變得自由卻也更加茫然；異地求學的陌生感、新朋友圈的何去何從感、不確定未來的無助感等等煩惱如同紊亂的海流，使我的心像一艘小船在廣闊無垠的海域中迷失座標。

然而在服務同學、與志工隊夥伴交流的過程中，我漸漸地找到方向；不論是認識志工隊夥伴得到的歸屬感，或是在服務同學時得到的踏實感，都讓我像是船有了船錨，得以安定下來。我發現先前感受到的孤獨與不安不是我獨有的。有時候我們能自我調節與適應這些低落的情緒，但有時我們也許太過壓抑，或者無從宣洩，使得那些壓力與負面情緒積累彷彿海嘯般要將我們吞沒；但此時，若有人能在一旁陪伴、傾聽，其實就能賦予我們很大的力量去面對眼前的困境。



聖誕節宣導週活動，志工隊夥伴與參與同學的側拍紀錄

在我加入志工隊，上了一連串培訓課程後，我意識到陪伴與傾聽也是有技巧的，從前我以為僅是個簡單的動作，但其實其中蘊含了許多學問和經驗之道；如何適當的回應、提供協助，如何真正「同理」而不是「同情」他人是我加入志工隊後學到，也仍持續在學習與練習的技能。我也相信獲取這些能力，不僅能讓我在大學期間幫助身邊的同儕，也是我能帶進未來職場與人生的軟實力。

參與向日葵志工隊，讓我深刻體認到「服務學習」，在服務他人的同時，我也不斷地更認識自己、累積經驗、習得如何與人相處，覺察情緒、擁抱感受是我們的人生課題，服務和學習亦是一條值得踏上的漫漫長路。有著老師與夥伴們的陪伴，我更能堅定地向前邁進。



心理健康嘉年華活動後的大合照

也許我們都是一座座的孤島，但我深信藉由關懷周遭的人們，利用陪伴與傾聽建立起橋梁，傳遞溫暖與愛的感受，我們得以將一座座的孤島連成一片大陸。向日葵志工隊屆滿兩周年，我有幸在草創期加入，期待在未來的日子一同與夥伴們建構更為茁壯耀眼的向日葵志工隊，從「心」出發，帶給中國醫藥大學的所有學子們更多元別緻的活動與感動。「大家好，我們是向日葵志工隊！」我們的介紹也會繼續在校園響起。

盛夏的記憶-小食代

文/郭庭瑜(曉曦親善服務隊)

大學四年中，時間稍縱即逝，大二的我曾經也在迷茫該如何將四年的時光發揮得淋漓盡致，如今大學最後一年的我也在曉曦親善服務隊找到了答案。

在升上大二的暑假中，我參與了每一年都會舉辦的營隊-小食代之籌辦，創辦理念是為了呼籲大家要愛惜食物，讓偏鄉的學齡兒童能夠擁有穩定的營養午餐而創立，於是開始至南投縣的桃源國小帶領學齡兒童進行一系列的活動；由於服務社的大家來自不同學系，規劃許多多元課程以及淺談衛教知識來豐富五天的行程，每一年也都會加以改進並且越來越好。



第三天的體育競賽，小朋友們都很投入

起初在籌備時對準備的方向相當迷茫，不知道國小生的學習程度大約落在哪裡及理解能力如何，於是我們將課程內容往生活化的方式進行教學，像是在環保教育課程中，用再生材料帶領小朋友做出屬於自己的美術作品；透過歌唱的方式宣傳飲食均衡的重要性，尤其是在速食餐廳林立的地區，很容易會有飲食不均衡的問題；最後是利用自製的大富翁來教導小朋友辨別交通號誌，宣導用路安全的重要性。

或許平時比較少接觸英文，當小朋友聽到接下來是英文課時，就會顯得較無耐心，也會明顯感受到小朋友的煩躁；第一次上完英文課後我們思考如何能夠讓小朋友乖乖上課，討論後發現小朋友之間會互相比較誰的點數比較多，因此在第二次上課時我們加入了專心上課會得到點數，反之則會扣點的機制；課後小朋友的吸收比第一次還要好，並且也會問我們：「哥哥姊姊！下次什麼時候可以再上英文課？」讓我在上課這方面增加了許多信心。

由於原本安排的烹飪課程無法如期舉行，因此我們臨時多加環保教育課，同時我會負責上課，因為是臨時更換，我沒有事先練習過，所以格外的緊張；除了在時限內趕出上課簡報外，這次我採用問答式授課讓小朋友了解台灣目前的生態以及遭遇的環境危機，一方面是增加小朋友的環境保育觀念，更重要的是透過一問一答的方式也加強它們對於知識的吸收，整體下來的流暢度比我想像的成效還要好很多！



臨時新增的環保教育課採用不同教學方式

到了最後一天的尾聲我們也安排頒獎典禮和心得交流，原以為短短四天內可能沒辦法與小朋友們產生共鳴，但是透過學習單以及與小朋友的交流，我感受到這四天中身為他們口中“姊姊”的價值，不僅是從課程遊戲中得到的成就感，更是在小朋友們身上學到好多從前不會注意到的東西，讓我獲益良多。

最後很感謝南投縣桃源國小提供我們如此優良的環境，讓所有人度過了如此愉快且順利的四天；也謝謝學務處服務學習中心每年協助曉曦親善服務社出隊的任何事宜，讓我們能夠無後顧之憂的準備課程內容，同時也感謝學長姐時刻出來提點我們該如何準備，並且將自身的經驗分享給學弟妹，除了教導我們如何準備課程比較洽當之外，也告訴我們要怎麼與小朋友溝通，這些看似簡單的內容，課本上卻沒有寫，我認為若是沒有經歷過這些，或許出了社會之後的我也會少了一份與人溝通的能力吧！



小孩的純真輕易地就搭起人們之間的橋梁



共鳴可以在短短四天內產生，更在小朋友身上學到過去不曾注意的事物

做自己的光

文/陳妤柔(風浪藥學服務社)

「為什麼要參加服務活動？」

從高中到現在將近五年的服務旅途中，總會有人這樣問我，而每次的答案也都不太一樣。最初單純是因為想幫助別人，在幾次和服務對象接觸後，又覺得是因為想再多給他們一些溫暖、關懷、陪伴；而如今的我則會說，是因為服務能帶我走向更寬廣的世界。破浪離島服務隊豐富了我僅僅一年半的大學生活，也使我重新定義對於服務的想法。

破浪是風浪藥學服務社的其中一隻分隊，由藥學系大一及大二組成，除了學期間的出隊外，寒假會前往小琉球進行一年一度且為期將近一週的服務活動；將服務範圍從居民拉遠至整個區域，透過市場衛教、家訪、育樂營、健檢、淨灘等多元的服務形式，實際走進社區觀察他們的環境及文化背景，來全面的了解當地潛在需求，接著評估調整出更加貼切的服務模式。



透過家訪親近當地居民也體認當地需求

除此之外，讓我覺得特別又溫馨的是每每出隊都會有學長姐帶著以往累積的經驗和我們尚未能準確運用的專業知識回來一起參與服務；而隊員離開服務隊還能持續服務，並在接受更專業的訓練後，成立永續的團隊回饋當地。在一次次不同形式的服務經驗中，才漸漸了解原來每一次相遇都在開拓彼此的視野；原來所謂雙向的交流，不過是多一些的傾聽搭配上恰到好處的叮嚀；原來平凡的我們，也能將一個個小小的力量凝聚起來，創造出改變。

「我們並不偉大，但努力放大自己助人的力量」

憑藉著這樣的想法，破浪試著用不同的方式去調整現有的服務內容。在籌備期間先評估各個區塊的合適度、思考還有哪些能做到的事情，而實際服務後也會大家聚在一起分享當天的所見所聞，提出對於不同事物的想法，在交流碰撞的過程裡得出多元發展的新可能。正因為保持著想持續提升的心，才能靜下來去觀察、去反思，甚至是做出相對應的改變。

或許在別人眼中花這麼多心力在服務隊的我，不過是個熱血笨蛋：這些資源開銷值得嗎？短短幾天的服務能對當地造成改變嗎？面對種種的懷疑也曾有過迷茫，不確定眼前在做的事情是否有意義，但在實際和民眾相處的過程，看到他們眼神中的空洞、快樂、無助、感謝，我依然相信，身邊還是有很多不起眼或看似不存在的美好值得去堅持、去為之奮鬥。

之前總會覺得做服務是要帶給服務對象一些東西，像是關懷陪伴服務對象、透過衛教傳達健康小知識，甚至是希望藉由聊天帶給他們快樂，但回過頭來才發現其實彼此都在相互學習成長；參與服務活動的這些經驗為我添加了不少的色彩，也讓我開始和自己對話，傾聽內心的想法，勇敢面對真實的自我，除了遇見不同的人事物外，總有一天我也能和更好的自己相遇。



反思讓我們更了解自己

原來，服務是一道光，照亮他人也照亮自己的光

感謝破浪，現在服務對我來說不再只是服務，它是一種信念，它使我不再徬徨不前，它引領我前往更加寬廣的世界，讓我成為自己的光。



完成出隊的合照，讓我們成為自己的光

有感而發

文/李芙(公衛服務隊)

「服務隊」這三個字在上大學之前就被告知不要去參與、也不要接觸，因為它會佔據你的時間，會需要比別人花更多的心思及體力，確實如此，那為什麼明知如此，卻還是選擇報名參加呢？

公衛服務隊其宗旨為：『基於對「人」的一份關心，我們將帶著專業知識以及無私的服務精神，將正確無誤的健康知識和衛生習慣傳達給當地民眾。』針對對象的需要，規劃適合他們的育樂營內容及遊戲，使他們在預防知識領域能有效學習正確的衛生觀念；社區民眾以家訪及健檢活動這兩種方式進行，而健檢內容藉由調查當地民眾概況針對其所需安排適合的項目。

起初接觸衛服隊並非對服務抱持多大的熱忱或抱負，因為畢業門檻的需要加上朋友的勸說才填寫報名表單，得知自己通過面試的那一刻，我的衛服生活開始了。

學期間小隊輔主要負責衛教劇本的編寫，學期間的行前訓主要是訓練晨操、家訪以及健檢的相關內容，這些都是未曾接觸過的事情，加上短時間的密集訓練使得我喘不過氣，常常想著真的有必要做到這樣子嗎？我們做的這些居民們會看到嗎？許多的自我懷疑逐漸佔據腦海，得不到答案的我也只能選擇堅持下去；就在出隊的前兩個禮拜被告知因為疫情而被迫取消，心中對於這個突如其來的消息有許多的不甘心和失望，但只能順服這個結果，就這樣第一次的「出隊」結束了。因為疫情，營隊接連兩次取消，始終沒有出過隊的我，在升上大二的那一年毫不猶豫的填下表單，也終於在那年寒假順利出隊。



晨操跳完空檔的時間與小朋友一同遊玩搭火車的遊戲

整個營隊期間使我最有感觸的是「育樂營」及「家訪」，衛教劇是育樂營的其中一個項目，我分配到的主題是「居家安全」，並飾演居家小精靈，只要有任何疑難雜症，小精靈就會被召喚出來提供解決方法並同時進行衛教；每當帶著小朋友們念標語時，他們總是大聲有活力地覆誦，甚至還會在結束後跑過來跟我說：「你是居家小精靈，你剛剛念的我有記下來！」然後又會再一次的複習剛剛所教的標語。從沒想過短短幾分鐘的劇，會帶來這麼好的回饋，對於之前抱持著不會被看到的想法逐漸改觀。

幾天相處下來我發現天真爛漫的小朋友們總是用屬於他們的眼光去看待這個世界，對於任何事情毫不掩飾的表達他們的想法，這份單純和勇敢深深的打動我，這個育樂營不只是單方面的傳達正確的衛生觀念，同時我也從他們的身上看到很多事情。

家訪，看似嚴肅且端莊的活動，實則上卻是一個令人放鬆的環節，每一次敲門就是一個故事的開始，而每一個人都有屬於自己的故事，這次出隊中讓我印象深刻的不是在我這個區域的居民，而是一個意外的驚喜；她是一位準備回家的阿姨，深聊過後發現她是教會的志工，得知我們是從外地來這裡服務，親切地為我們介紹這裡的環境及當地的歷史，甚至開了整間教會的燈只為給我們參觀；對於從來沒見過的人，能做到這樣讓我很感動，這也是我喜歡家訪的原因，它就是一個看似打破原本計畫卻充滿著驚喜的活動。

五天的營隊邁入尾聲，結束了在羅娜的最後一個行程，收拾行李準備上車的時候，有一個小朋友跑過來一直拉住我的手說：「姐姐，你們能不能不要走？可不可以待在這裡就好？」他們很喜歡這幾天的相處及陪伴，但我無法許下之後還會再來的承諾，只能不斷的告訴他們要把這份美好放在心中。當遊覽車駛出部落門口的時候，我知道我的第三次出隊結束了。

出隊回來的當天晚上，我成為下一屆幹部，以一個全新的身分繼續投入在其中，這一年來從幹部的角度深深體會到其實服務隊能做的有限，我們無法短時間且有效的改善當地環境，最有效的方式就是當地民眾自發性的參與以及長時間的投入，而我們能做的就是不斷地宣導正確的健康知識及衛生習慣，喚醒民眾的健康意識，雖然耗時耗力，但我相信只要肯做、肯花心思，一定會有收穫的。

我想說的是這個世界上還有許多的地方需要投入衛生教育的工作，同時也有一群人渴望被他人關心、被他人所愛；或許我的衛服生活在此告一個段落，但我會帶著在衛服學到的知識及體會到的感動往下一個階段邁進，最後我很感謝能夠認識公衛服務隊，並且有幸體認到服務本身帶給我的滿足及喜樂。



即便只有一面之緣，民眾仍熱情帶領著我們認識社區大大小小的角落

口衛隊與存在主義

文/潘姮儒(口腔衛生教育推服務隊)

甄選口衛隊隊員的當天，學長姐問我們為什麼要加入口衛隊，我回答了一些話，但除了冠冕堂皇，並沒有什麼深刻的含義；口衛隊之於我，又或是口衛隊之於這個社會，到底是什麼樣的存在，從隊員到成為隊長這幾年，我才在口衛隊次次服務中找到意義的所在。口衛隊自創立，到開始義診，到現在已過 20 餘載，乘載了許多人的重量。

自大一加入了口衛隊這個大家庭，想來也近三年了，之所以會稱為大家庭，主要是因為口衛隊因為義診專業限制，編制內的成員一直都是牙醫系學生，相較一般社團，又多了更多的連結；口衛隊一直都還會有畢業後的牙醫系學長姐進入醫師團，所以是個不斷在壯大的團體，讓我們的理念生生不息地傳承下去。



盡可能深入淺出地給予被服務對象正確的口腔衛生觀念

育樂營過程中，我認識了當地的小孩-花花，花花僅有 6 歲，卻能在衛教劇之後對於誘癌因子的菸、酒、檳榔等艱深知識琅琅上口，這大概是最令人感動之處吧？與花花相處過程中，我也感受到純粹的快樂，那是部落中自然孕育的笑容，那使我深深愛上這片土地與我正在進行的服務；雖然知道自己可能只在花花的人生中出現過一天，卻希望自己能給予她影響一輩子的正確知識。此時我大概開始明白了些許口衛隊的理念與其之於社會的意義。

大一時，口衛隊隊員主要負責的是衛教，舉凡衛教劇，衛教孩童，抑或是義診場內的衛教都會有大一學生的身影；大一這年，我們到了學校附近的國小進行衛教劇、晨間衛教，也到霞雲部落舉辦育樂營；衛教過程中，我們盡可能深入淺出地給予被服務對象正確的口腔衛生觀念，例如貝氏刷牙法簡化成刷牙口訣，把對於孩童相對艱深的口腔癌誘發因子及徵兆融入衛教劇並口語化，以簡而易懂的字詞讓孩童可以自小培養正確的口腔衛生知識。



與花花相處過程中，我也感受到純粹的快樂與感動

大二，我接下了隊長一職，成為育樂營負責人，並且開始了為暑期出隊的準備，我也在之中學習到與人溝通的技巧，並且發現了服務地點的選擇方式；出隊地點主要以教育優先區或者缺乏牙醫醫療資源的地區為主，並且通過長期的配合，追蹤當地的口腔健康狀況。



實踐平時學習的內容並輔助醫師進行治療

二年級暑假，我們開始進入義診場，將平常學習的課程內容實踐在臨床上，輔助醫師們進行治療，讓自己獲得更多操作經驗；口衛隊醫師們經驗豐富，從過去以來，都一直與學生配合進行行前訓，舉凡複雜性拔牙手術、根管治療手術、暫時性假牙調整等較為繁複的牙科治療我們都能做到；我們也在義診場裡加入了最重要的一環：治療後衛教，讓地區持續補充新知識，實踐預防勝於治療的想法，這點甚至做得比一般的醫療院所或是診所更好。

口衛隊義診場的部分有明確的分區，讓感染性垃圾不會與病人接觸，也會盡量讓病人移動路線順暢，從掛號區詢問醫療病史及簡介，到口檢區進行初步檢查，醫療區進行治療，治療後病人前往衛教區由牙醫系學生進行衛教，治療器械送往消毒區消毒，這些規劃都是從我們創立口衛隊之初，在每次出隊經驗後總結，才有完整的路線規劃。

我一直在追尋存在的意義，沙特 (Jean-Paul Charles Aymard Sartre) 說過：「人類的存在是行為的總和。」在口衛隊服務學習的過程中，我也慢慢體會了，因為行為對這個世界有了些許的意義，存在才開始漸漸被賦予了意義。口衛隊這個組織不僅致力於促進國人的口腔衛生教育程度，也讓我們有了更多的臨床經驗與面對病患的能力。

過去我曾代表口衛隊和台灣檳榔防治協會的負責人討論過國人口腔癌的問題，發現許多部落因為菸、酒、檳榔等習慣，導致口腔癌發生率偏高，又因基礎知識不足，或地區醫療資源匱乏，導致延後就醫，錯過了黃金治療時段；我們希望能透過長期永續的服務，漸漸讓口腔衛生知識普及各地，減少這些遺憾再度發生；這些服務他人、自我學習的過程就是口衛隊存在的意義。



透過長期的服務，讓口腔衛生知識普及，減少遺憾再度發生

服務學習榮譽榜單

將獲獎的肯定與喜悅，貯存成生命中的正向能量。
憑藉著這份能量向前邁進，成長茁壯，並散播更多的
愛與關懷。

「112 年雙十國慶典禮禮賓接待」

璀璨煙火：紫薔薇親善大使團協助國慶

文/蔣維倚(營養學系)

數以萬計的煙火在寂靜的夜裡迸發，絢爛的色彩無不使民眾驚嘆，耀眼奪目的光芒彷彿在昭示中華民國的前景一片磊落，伴隨悠揚的樂曲鼓動著所有人的心，一同祝福國家。



參與國家盛會是每位禮賓人員的最高榮

紫薔薇親善大使團很榮幸能夠協助今年的「國慶煙火在台中」，能夠參與國家級的盛會是禮賓人員的最高榮譽，我們致力於為與會者提供優質的禮賓服務，協助動線引導，讓每位貴賓都能夠享受這一美好時光；為此，我們在現有的基礎下，額外進行三週的加強練習；經由學長姐的帶領，我們模擬國慶當天可能會遇到的突發狀況並進行情境練習，讓我們印象更深刻，也讓我們對於活動當天有心理準備。

整個集訓中我印象最深刻的部分是，若會場有人昏迷並失去生命跡象時，禮賓人員會進行急救並控制現場；我們會採用「叫叫 CABD」的急救方法，急救方法學校有安排相關課程，大部分學生也有獲得證照；在主作者進行急救時，其他禮賓人員會協助安撫情緒，以免貴賓造成危險或是恐慌，影響典禮進行。這三週的訓練不僅培養我們的臨場反應與危機處理能力，也提升彼此的默契，使我們在遇到特殊情況時能與夥伴配合，提供貴賓適切的協助。

時間很快就來到了國慶日當天，每位禮賓人員都掛上最友善的微笑，準備給所有與會貴賓最親切的見面禮；隨著貴賓陸續抵達，在志工的指引以及禮賓人員的接待下，貴賓們都井然有序入座，並期待著接下來精彩的表演。爵士樂團第一曲演奏完畢，典禮也進入重頭戲，由蔡英文總統、游錫堃立法院院長、盧秀燕市長發表致詞勉勵觀眾，期許中華民國越來越好；三人同時按下啟炮鈕，將本場活動推向最高潮，絢麗的煙火搭配 TPO 樂團演奏的爵士音樂，為眾人帶來前所未有的視覺與聽覺雙重饗宴。



微笑是準備給所有與會貴賓最親切的禮物

這次協助典禮帶給我的不只是近距離觀賞煙火的記憶，還有在集訓過程中學長姐傳授的知識，最重要的是協助典禮帶來的成就感，很慶幸當初自己決定加入薔薇，除了學習如何成為一名優秀的禮賓人員之外，出隊協助各項活動累積經驗使我擁有優雅的儀態與自信的微笑之外，溝通技巧及危機處理能力也有所提升；課程讓我學到禮賓人員的核心價值，不只要專業和細緻的服務滿足貴賓的需求，還要設身處地為他人著想，讓貴賓感受到關照和溫馨。

最後，感謝政府單位的籌劃及學校支持，讓紫薔薇親善大使團能夠為這場璀璨的煙火盛會盡一份心力，也讓我們的服务更有力量 and 意義，每一位成員都與有榮焉，期待以後也可以獲得這種機會繼續服務，屆時我們一定會拿出更好的表現，用最親切的微笑以及優雅的儀態，讓每一位與會者都感到賓至如歸。



紫薔薇親善大使團一如既往地為國家慶典盡一份力量，我們不斷前行，就像煙火一樣璀璨

紀錄與省思優選——中國藥學暨中藥資源學系

文/莊薇可

我們將前往失智中心與患者進行一系列的互動，包括製作左手香膏、桂花香膏與調配薄荷紫蘇蜂蜜茶；左手香膏具有消炎止癢的效果，而桂花香膏對皮膚有保濕功效，皆為適合老年人使用的保養品，為了了解患者的狀況，將前往北港附醫聆聽相關介紹講座。

透過事前對失智症患者的初步了解來預估活動時可能發生的情況，也因此將製作香膏的步驟進行調整，讓服務對象能無負擔的完成香膏的流程的順利；此外，活動結束後，我們會將桂花香膏和左手香膏的教學影片上傳至網路並分享給其他安養院等社會福利機構，讓更多人能一起使用中草药來製作生活保養品，達到永續發展的精神。



在實驗室第一次試做

由於我沒打三劑疫苗，不能到現場與長輩們互動，因此負責擔任後勤；讓我印象最深刻的是試做蜂蜜紫蘇薄荷茶時，剛煮好的紫蘇薄荷茶不需要加蜂蜜也很好喝，充滿青草的甘甜，喝起來很順口，但考量到老人家或許不嗜甜，因此我們後來改變配方，把蜂蜜去除，煮出一鍋過帶著清甜自然香氣的紫蘇薄荷茶供長輩們參與活動時品嚐；接著我們邀請實驗室阿姨一起試喝，經過阿姨的提醒後，才想到身體屬寒的長輩不適合食用太多的薄荷，因此我們把薄荷比例減

量，讓長輩們都能安心的飲用。從這一點也發現我們對長輩的狀況不夠了解，沒辦法設想周全，但藉由本次的服務學習，開始思考長者的生活狀態，推敲適合長輩的活動和飲品並推廣相關知識，在準備的過程中獲益良多，更發現天然煮茶的好滋味！

在準備活動的階段，我認為一開始大家的積極度是不足的，通常只是在課堂上討論出大概內容和可能的方案就結束，沒有利用課餘時間進行討論，大家似乎都認為下一次上課再接著討論就好，直到約莫活動的前兩週才比較有明確的架構，每個人各司其職完成活動前的準備；不過也有一些不太負責任的行為，或者是已經事先告知組員可以去場勘的時間，但卻有人未到，直到活動前兩天才臨時詢問社工是否可場勘，讓社工額外特地跑一趟來幫忙開門。



具有保溼功效的桂花香膏



這些事件讓我非常錯愕，同學不僅造成社工的麻煩，也讓對方產生不好的印象，但我也不太清楚要怎麼表達或是提醒同學改善這些行為，加上我個人蠻注重團隊合作時的氣氛，不想要因為這些事件而和組員產生芥蒂，因此直到最終我都沒有對這些脫序的行為發表意見。



長輩們親手製作的可愛成品

進行試作時，負責採買左手香葉的組員跑遍了北港三間中草藥店都沒有買到左手香，甚至從老闆那得知沒有中草藥行在賣左手香的訊息，為此一度決定要捨棄這項活動；這時有一位活動組員想到利用網路平台購買，化解了危機；由於買到左手香的同學是活動組的，這非他的工作範圍，除了表揚和學習這位同學的積極和熱心外，我發現自己對中草藥行的商品並不熟悉，或是有一些誤解；身為中資系的學生，熟悉中草藥行販賣的商品和運作模式是必須更加精進的部分。

團隊合作是服務學習的其中一項重點，經過這次的經歷，我發現團隊合作不只是把份內之事做好，還要懂得彼此溝通，相輔相成完成共同的目標；我認為在團隊合作上我還有很大的進步空間，學習如何發表與別人相左的意見，或是委婉的點出問題，都是需要再好好練習的技能。

這次服務學習收穫最多的是改變對於失智症長者的印象；雖然我沒辦法到現場參與活動，但透過聆聽附醫舉辦的失智症長者講座，以及從同學們服務完的心得分享和照片可以感受到長者其實並沒有我原先預想般的有障礙或難以自理，有些來參加活動的長者可以自己騎兩輪電動車來據點，也有其他長者講話清晰有條理，甚至出口成章，意外的有文學素養；大多來據點參加活動的長者們從外表上看起來都神采奕奕，依舊可以感受他們的活力和對生活的熱情。

生而為人，我們本是群聚動物，藉由這次的服務學習啟發我對影響力的認識，每個人可發揮的影響力不會因為服務學習活動結束而終止，而是可以長期持續；因此我決定平時多關心長者，從家中的長輩開始，多和他們聊天，藉由對話刺激他們的大腦，讓長輩們不會因為年紀太大或獨居減少和他人相處，避免孤獨加重大腦退化，期望達到能夠減少失智症狀的產生。我想，這不會是單方面的付出，透過和長輩們相處也可以從上一代學習屬於他們的智慧，增加世代交流的機會，讓知識與愛延續下去。



即便身陷困境，依舊充滿熱情地面對生命

紀錄與省思優選——中醫學系

文/楊珍瑜

藉由「服務學習」課程——即在服務長輩的過程中，能因此學習到與長者相處的方式、口氣、肢體語言，服務他人時應有的舉止與態度，甚至是長輩的人生經歷也能給予我們深度的啟發；反思親身體會下的服務經驗，比紙上談兵地學習網路或書籍上關於服務長者的教學知識敘述，來得更加容易理解與印象深刻，也更能感受服務他人時的愉悅和收到感謝時的感動，甚至能因此成為往後加入長期志工行列的動機。



帶領長輩隨著歌曲律動的簡易早操

這次的服務學習，我們參與了 3 次的出隊，前往真愛社會福利慈善事業基金會服務約二十位行動較不便，常聚在一起聊天的長輩；服務的方式為在長輩體力可承受的時間（約一小時）內，舉辦數個能與長輩互動、訓練活化肢體運用或提振精神的小活動，使長輩感到快樂，也能增進長輩社交活躍度，為平凡的生活增添趣味。

體操項目為同學演示類似早操的動作，讓長輩和隊員隨著歌曲律動；猜歌項目會播放早期的經典曲目，讓長輩經討論後搶答歌名與歌手，可促進腦力思考與回憶過往的美好點滴，長輩驚豔地表示「這都是我們這個時代的歌曲耶！」；編織魚的手工裁剪和相互穿插可訓練長輩的手眼協調，撐開魚身上的紙條間隔則會考驗手力的控制，紙條穿於不同的縫隙也能刺激長者腦力運轉；上述皆是為長輩的身心促進而精心討論與設計的環節，期望為其創造愉快的回憶。

在多次出隊中與服務學習的同伴磨合、交流，學習團隊共同合作，發想與討論舉辦給機構長者的活動，流程的演練與細節的掌握也能增加和未來職涯相關的處事技巧；思考服務內容的過程中，因此設身處地考慮長者的意願，且由於親身投入服務工作，更能察覺到設計的活動是否適合用於長輩服務，可以及時地修正以改善自己與長輩相處應表現的思想行為與社交模式。



猜歌曲活動加強長輩彼此與同學間的交流



為了帶給長輩們愉快的活動體驗，在舉行正式的活動前，我們都會進行項目的彩排和作品試做，確認與排除問題，積極修改當中不夠適切的地方，也用心準備了數個活動備案，以確保當日章程順利進行，能流暢地銜接每一個活動，以及演練可能遇到的突發狀況。

第一次出隊準備的進行項目為體操、猜歌和棉花棒畫；第二次因時間限制，進行的活動只有體操和編織魚兩項；第三次的活動為體操、拼圖及比手畫腳。因為體操的迴響很好，所以後兩次出隊也都有加入這項運動，皆設置於開場以提振長輩精神、活動手腳，也有利於後續的活動操作；不過準備的曲目及動作皆不同，令長輩不致感到乏味，也能均衡訓練的身體的不同部位。



訓練長輩手眼協調的編織活動

在這幾次出隊中，因為我的台語能力在團隊中相對較好一些，因此負責了第一次棉花棒畫和第二次編織魚的活動主持—這樣的學習經驗令我不再對眾人注視下的發言感到緊張，也能流暢且無所畏懼地使用台語表達與交流。

另外，我認為我們團隊有明顯的、階段性的改進—也就是體操項目的帶隊；帶動時的音量每次出隊都比前一次大聲，越能勇敢地喊出動作的口號，甚至能多表示稱讚的話語，因此有更多長輩、更大聲地回應並投入在歌曲律動中，熱絡了活動的氣氛。



簡單的小遊戲與陪伴，都能讓長輩打從心底開心

在此次服務學習準備活動的過程中，可以學習到方案規劃有哪些需要注意的地方，以及面對客群的合適度，例如活動的激烈度、難易度是否為長者所能掌握的；在經過數週多次的活動準備，對於這些方面的考慮變得更加得心應手，也更能設身處地思考被服務者的心理狀態與需求。我也是較怕生、較難主動和他人搭話相處的類型，會擔心如果主動交流是否會造成冒犯，或是被不願搭理者所漠視等等，但從此次服務學習過程中能感受到，只要有勇氣向他們開啟話題，以誠心的態度聆聽與回應，大多數長輩都很樂意敞開心胸與你暢聊。

服務中獲得最大的感觸是，當長輩用充滿感謝且喜悅的眼神望著你的時候，能夠看見被服務者眼裡向你傳遞的光芒，在相視之中，那樣的感激和愛意是肉眼可見的，自己也真實懇切地受到非常大的感動，希望時光永遠停止在那一刻，不會迎來離別的悲傷；這就是從事服務能收到的最大禮物，也是目前我持續投身志工工作的動力之源。

以前總認為自己和長者的相離很遠，輩分差距因自小被教導需要嚴加尊敬而無法親近，所以不太熟悉如何與長輩相處，言語的關心和肢體接觸（如攙扶等）應做到何種程度才不會打擾和冒犯；經過這次的服務學習，親身實踐與長輩一同度過的時光，更能拿捏相處之間的尺度，提起什麼樣的話題與應答上採取的態度才算適合，能促進和樂融融的氣氛；也因為彼此親密的接觸與交流，更深刻了解到長者行動和認知能力下降的實際狀態，共情共感長輩力不從心的情緒與想法，甚至能體諒不可抗力而導致自尊受傷的心理與生理。

在課程之後，更能知道如何多加關心身邊遇見的長輩，對於往後從事相關服務，如未來接洽志工或以中醫執業面對一定數量的長者客群，或照顧家人時也可以游刃有餘的和諧相處。



當長輩用充滿感謝的眼神望著你時，能夠看見眼裡向你傳遞的光芒



紀錄與省思優選—物理治療學系

文/羅熙惟

藉由服務學習三種指定項目(媽祖醫院、早療中心、北港社區觀察)，在投入醫病關係的過程中學習如何與受療對象相處及提供物理治療師協助，幫助提升自身專業態度及累積經驗。學期中特別安排學生前往服務採訪，藉觀察治療師工作環境，訪問來診病患相關療程及治療成效，訓練親和力、反應力與溝通力。

第一項目是媽祖醫院，我們分別在上午及下午挪用一小時空堂時間前往復健科，進入神經物理治療及骨骼物理治療區觀摩及服務學習，帶上紙筆並實際與長輩互動學習，其中旺澈老師也很熱情地分享身為物理治療師應具備的心態及正向觀念，也與在場的治療師學長聊了許多職場相關議題。



行前耗費數個禮拜整理早療中心的需求

第三個項目前往北港運動公園訪問阿公阿嬤。實地走訪觀察當地居民，進行簡單的採訪及問候關心在地民眾的生活，從對談或觀察中推敲日常生活某些姿態偏差是否會造成微創傷累積，避免達到需要物理治療介入的程度，也藉機和大眾宣傳衛教觀念；居民們大部分都有著規律的作息，身體硬朗又健康，臉上絲毫看不出疲態，能做出太極拳、吊單槓等中強度運動，交談中長者都保持良好的運動習慣進而帶出積極正面的人生態度與心情。

我們於三月二十五日前往口湖早療中心舉辦兒童節相關活動，事前耗費數周統整院方需求並規劃一系列的活動，內容著重在兒童節的歡樂氛圍及學習接觸早療兒童；同學搭乘巴士提前一小時前往院區場勘布置，相見歡後協助帶領孩童參與活動，確保孩童安全無慮。這是非常寶貴的實務接觸經驗，大一是缺乏經驗及實務學習的階段，透過與口湖早療中心合辦活動，擔任一日照顧員，除了增加實務經驗，也訓練臨場反應及團隊合作。



服務不只照顧被服務者，也治癒了服務者的內心

非常榮幸能在服務學習課程接下教學助理的工作，除課堂內的知識外還學習到非常多做人處事的道理，身為助教需考慮的面相應更為廣泛、全面，其中也無可避免遇到許多意見衝突與針鋒相對的為難時刻，此時態度與身段就顯得格外重要。

淑雅老師總是說觀察力是物理治療師必須具備的能力；經過一學期的刻意訓練後確實有所成效，開始會將注意力放眼周遭事物及日常生活，一個異常的姿勢或行為都會讓我不自禁推敲背後原因及可能的預防方法；作為前線治療人員，需具有良好的親和力與溝通力引導患者陳述、敏銳的洞察力發現微小舉動背後堆積的關鍵因素，看似稀鬆平常卻要付出相當精力去磨練，未來將培養學習更多物理治療知識，將分析評估等水準昇華到專業的層面。

另外系上出隊早療中心也是我印象深刻的一環，入學近一年親身接觸到最長時間的治療場域非它莫屬，與發展遲緩的孩子共同度過一上午的時光，在充滿不穩定因素的環境中，時刻盡心盡力與他們互動同時做好場地控制，真的非常不簡單，卻也在學習心態控制上滿載而歸。

在每個突發狀況與完成交辦事物的過程裡，反覆的自省是我前進的動力，我深刻明白人非聖賢孰能無過的道理，藉著每次的挫折反覆校正個人言行舉止、提升自我修養，用挑戰充實這個學期，最重要的是經驗堆疊而非其餘物質上的收穫，未來若再次接觸到類似或更為艱困的挑戰機會，我仍會義不容辭地再次擔下助教重任成為教授的得力助手。



非常榮幸能接下教學助理的工作，除課堂內的知識外還學習到非常多做人處事的道理



紀錄與省思優選——運動醫學系

文/楊智為

這次服務學習的目標主要是協助北港附設醫院在運動教學課程的進行和幫助長者在運動過後的上肢肌肉、筋膜放鬆；另外由於我們第二次出隊為銀髮健身俱樂部的揭牌儀式，因此會有記者會、地方政治人物和院長、醫師來到現場，也意味著我們代表著學校，必須遵守紀律、展現我們所學專業。



懷著想要幫忙但又害怕出錯的心情開場

為了讓服務學習出隊順利進行，先前服務隊的學長姐南下幫我們上了一些關於按摩手法、按摩部位的專業課程，並讓我們在課堂和同學們互相操作練習，也教導我們如何與高齡長輩互動，傳遞知識之外，其中包括必需給予一定的尊重，也要比對待一般人更加的細心和保持耐性；另外此次出隊除了是需要拿到基本的服務時數，我覺得也是在體驗我們未來職場的感覺，累積必須的經驗。

我們主要的服務內容有協助院方個管師所安排的樂齡運動課程和運動結束後的上肢按摩，幫助長輩放鬆其緊繃的肌肉、筋膜。首先長輩進到教室時，需要幫忙量額溫、手部酒精消毒，之後幫他們量完血壓及簽到後及可帶他們入座。

而主要的課程部分包含了拉伸、伸展的熱身動作和動態的音樂節拍運動，有些動作較為複雜且考驗協調性，我們指導長輩在能力所及內進行；由於長輩的體能及活動度皆不如以往，我們並未苛求每個動作的完整度，適時評估長輩狀況修改流程；下個環節是幫長輩按摩放鬆上肢的肌肉及筋膜，其部位為斜方肌、三頭肌、肱二頭肌、肱三頭肌、手臂伸肌屈肌等；另外，在按摩的過程中必須詢問長輩來調整力道，可以邊按摩邊告訴他們正在放鬆的部位是什麼，也可以透過詢問他們較緊繃、不舒服的部位是哪裡，來優先按摩，而我們這批出隊的人總共有10個，因此每人基本都需要服務到兩位長輩。



療程中長者們都很放鬆地享受每一個步驟

由於我們是第一批出隊的人員，而我是負責聯絡醫院個管師的窗口，會得知第一手資訊，因此我在出隊前三天將場地器材、集合時間及地點確認完畢，也將曹老師囑咐的穿著、儀容告知同學，好讓同學提早做好準備。接著到了第一次出隊服務，每次出隊皆為兩個小時，到了集合地點，我們先向個管師確認需要幫忙的事情，並著手行動，包括開始運動課程前需要幫長輩量額溫、酒精消毒、量血壓、簽到等，這些都是我們可以幫忙的範圍，等長輩到齊後，才開始協助運動課程的進行。

前一個小時，我們協助運動課程的進行，後一個小時，則為幫長輩按摩放鬆，結束後，個管師特別叮嚀我們下次的銀髮健身俱樂部的揭牌儀式會有記者會及貴賓來到現場，服裝及紀律需要特別注意，並提早想好心得，因為有可能會被採訪；到了第二次出隊，首先是一樣的前置流程，之後便開始了揭牌儀式，一一介紹地方政治人物及醫院院長、同仁，而我們被安排到場地側邊的固定位置，一人負責一個長輩，幫他們按摩上肢，之後便是長輩的運動課程時間，我們則是在一旁輔助著，這時大部分媒體和貴賓們幾乎離開現場了，而跟上次出隊不一樣的是，多了一些訓練器材的開箱，也是之後長輩會使用到的器材。這次出隊任務結束後，我們也和醫師、個管師一同合照留念，整個出隊過程和揭牌儀式都相當順利。

我覺得這兩次的出隊服務不僅僅是我們完成自己的任務而已，過程中一直都知道自己還是一個正在學習的角色，不管是按摩還是跟長輩的互動，因此在任何環節的處理中需要更謹慎的思考、對待；在兩次的服務結束後，一方面是覺得自己有完成我們的任務，而另外給我的體會是我們的到來解決了個管師人手不足的問題，也確實讓俱樂部的長輩的身心放鬆了一點，這些或許才是我們服務的意義本質。



同學認真的幫助長者放鬆

由於我們是第一批出隊的人員，而我是負責聯絡的窗口，因此有了特殊的責任，在沒有前人經驗的情況下，起初我有點緊張，馬上就聯絡曹老師，希望能得到一些現成的資訊，但老師告訴我，我們的服務學習已經不再是老師一個口令我們一個動作，更要具備的是自己思考、解決問題的能力，這深深的點醒了我，因此我開始用電話和個管師聯絡，到後來加了通訊軟體，討論我們的服務內容和集合時間、地點等重要資訊，在一天內整理好所有資訊並和曹老師、同學確認後，我鬆了第一口氣，過程雖然有些焦慮，但是結果是有成就感的，也對於自己在後續處理事情的能力有了更多的信心。

而後來在服務長輩的過程中，我清楚知道對待長輩需要具備細心及耐性，並給予一定的鼓勵和尊重，因此整個過程相當的順利，也認識了一些長輩。我覺得有了這兩次出隊的經驗，自己在處理任何事情上，都要更加具備著獨立解決問題的能力，也因為我們這次服務的對象是老一點的長輩，因此也學習到耐性及細心的重要，我們未來不管是從事運動防護還是體適能指導，這些都是讓我們成為更好的養分。

已經大一的我們，距離出社會也不久了，留給我們的時間並沒有想像中的多，藉由這兩次出隊的經驗，我第一個領會到的是遇到問題不能再逃避，而是要主動思考，並解決它，不管是在課業、情感、生活的問題都要具備這樣的能力；第二個則是對待人的方式又或者是互動，要更加的主動，並保持著耐心跟細心。每次的服務學習課程中學到了一些東西，假日回家後我都會與家人分享，像是放鬆筋膜的一些方式，包括伸展動作、筋膜刀、按摩等等，而在自己能力範圍內，而有了這兩次出隊的經驗，也讓我對按摩的手法更加熟悉，家母有些較緊繃、不適的部位我也可以為她按摩放鬆一下了，這就是所謂的學以致用吧。其實這些技能都是我們需要具備的，很慶幸能在大一就接觸到這些，希望自己未來能更加專業，並帶著這兩次出隊的經驗朝著更遠的目標前進。



過程中的跌跌撞撞是我們前進的踏腳石，我們也順利克服這些困難往前邁進

紀錄與省思優選——職業安全與衛生學系

文/吳哲安

我們將於每週三在敦化公園，下雨則在台中市私立家扶發展學園，陪伴學園的孩子們完成老師所安排的課程。課程內容，包含了開始前的場地檢查，這樣的動作可以保護小孩子，同時保證課程能夠順利的進行，也可以讓小孩子有簡易的判斷能力；再來是正式課程當中的馬克操（訓練協調能力以及腿部之肌力）、跑步（肌耐力之訓練以及持續性）、單站體能訓練（協調性、肌力、肌耐力）、飛盤（手眼協調性）、羽球（手眼協調性）、足球（肌耐力、眼腳協調性）最後則是棒球（全身協調性）。



陪伴發展學園的小朋友在戶外體能訓練

在這近兩個月的服務過程，我遇到了很多不一樣的挑戰，包含了對人、對事以及對物，這也是第一次要和這樣的族群有長時間的相處和互動，我自己本身也是補習班、安親班的兼職老師，平時便有在接觸小孩；或許，我平時所接觸的小孩，也有像這六位孩童相同的情形，只是他們能夠適當的控制好自己的行為；當然，有時心情不好，也會有暴走的情形發生，但不會如此頻繁，或許社會上對情緒問題、注意力不集中的族群是相較不友善的，但我並不認為這樣的問題無法改善；像在服務的過程中就有得知，有位家長正在猶豫是否要給自己的孩子吃抗過動的藥物，正糾結著是否要承認自己的小孩是有狀況。

除了這些明定的課程，更多的是讓小孩學會尊重彼此；透過上述課程的引導當中，也使他們逐漸懂得這樣的道理。參與服務的小孩則是來自不同年齡層的國小生，他們的媽媽也都在場陪同孩子一起運動，每個小孩都有各自不一樣的問題：天天注意力不集中與過動、Momo 不善言語及注意力不集中、CC 注意力不集中、翔翔肌耐力不足、益成有情緒管控上的問題、育成平時就有在服用過動的藥物。



羽球運動可以訓練到身上許多肌群

我認為，承認自己有問題並非是什麼壞事，把自己裝得光鮮亮麗又有什麼意義呢，反倒是小孩無法早期接收治療，才是何其無辜，並且把這樣的價值觀連帶影響了好多個世代。



其中，我想特別提的是天天，天天除了上述提的那些問題外，還有異位性皮膚炎，導致當我們在室外活動時，他的皮膚就會相對的敏感一些，只要流汗，他的媽媽就會主動上前幫他擦汗，拿水壺給他，導致到了後期，天天有嚴重的抗拒傾向，在詢問後得知，從小媽媽就將天天呵護得無微不至，導致到了相對不舒適的環境，才有了如此大的反應。

像我一樣有在打工的學生族群早已踏入了半個社會，社會上，總會多多少少接觸到像這群孩子一樣的族群，但現實是很殘酷的，不會隨時都有人因為自身受限制的緣故，不斷好聲好氣地提醒你、呵護妳、包容著你，更直接的，是被這社會所遺忘、拋棄；這也是無可避免的，畢竟大家要照顧自己都來不及了，哪還有心思與力氣去照顧自己以外的人；倘若之後我的小孩也有遇到這樣的問題，我不會逃避，而是陪他一起成長、度過、長大；但以我日常工作上來說，我會更加有耐心，一步一步的引導孩子們成長，因為我相信沒有不會的小孩，只有不會教的老師；倘若我放棄他們了，那誰還能替他們生活照耀著未來的道路。



我會記得那些被社會遺忘的人，一步一步地陪伴他們

紀錄與省思優選—生物醫學影像暨放射科學系

文/林家好

這次的服學課程透過小劇場的方式結合日常生活中的醫學知識這種活動形式，讓小學生更深入地了解醫學知識，從而提高他們的健康意識，讓他們能夠更好地保護自己的健康，並且激發他們的學習興趣，讓他們對健康和醫學知識產生興趣和熱情，從而促進他們的學習和成長。小組闖關活動由隊輔帶領隊員進行團隊合作，共同完成任務，從而增強他們的合作能力和團隊精神，透過這樣的活動，可以學習到如何與團隊成員進行溝通、協調與分工，進而提升團隊合作能力，讓他們能夠更好地適應未來的學習和團隊分工合作的道理。

我原先是機動組，隨後因美宣人手不足而被分配到美宣組幫忙；分配到美宣的道具組後，主要工作是在活動舉行之前完成了所有道具的製作；我們團隊彼此分享自己的想法和創意，再一起動手做出我們設計的道具，最有成就感的作品就是炭治郎的披風，做出來完全就是想像中的樣子，完成之後看著作品的樣子，不禁感嘆我們整個晚上的努力，但不覺得辛苦，因為是整個美宣道具組一起努力的成果。



人手不足而被分配到美宣組幫忙，但合作的途中反而讓我得到滿足

活動當天，我隨時支援臨時發生的問題，例如：隊輔忙碌之餘負責帶小朋友去廁所，幫忙分擔隊輔的工作量；闖關活動時的關卡的擺設，讓總召口令一下，我們就可以迅速執行需要支援的項目；印象最深刻的是，我幫忙了一個組別的帶領活動，因小朋友臨時出了狀況，導致這組只剩一個隊輔，立即性的支援緩和整隊手忙腳亂的氣氛；雖然沒有參與到完整隊輔的整個活動，但我認為隨時在旁支援的人手也是讓整個活動可以順利進行的重要因素之一。活動當天，只要是在我能力所及的範圍中裡我都盡力去完成，讓一切活動順利進行、圓滿結束。

當活動開始時，隊輔和隊員彼此之間感到陌生和不熟悉，我們透過破冰遊戲、自我介紹和早操帶動跳等方式加強隊輔和隊員之間的交流和互動；在進行得初期，小朋友因為不熟悉與陌生等等，沒有放得很開，在一連串的團康遊戲之後，隊輔和小朋友們開始建立一定的信任和合作關係。我們以兩個簡短小劇場傳達給淺顯易懂的醫學知識，第一小劇場告訴他們牙齒保健的重要性；第二小劇場教他們受傷時的處理方法，並以小學生耳熟能詳的卡通角色提高他們的興趣，最終讓他們對兩個小短劇都產生熱烈的反應和迴響，彼此的距離也因此而緩緩地靠近。



在闖關活動進行時我們透過搜集點點貼紙的方式，提高團隊凝聚力和彼此的理解度讓參與成員了解彼此的貢獻和成果，小朋友們也積極的在整個活動中配合隊輔的指令一起努力搜集點點貼紙為團隊效力，互相砥礪和促進成員之間的互動和溝通，加強對團隊的認同感。最後我們雖然有排出得獎名次，但為了不讓小朋友們彼此之間對得獎的得失心太重和有比較的心態，所以我們採用每組皆有獎的方式，藉此傳達給他們「名次不是重點，而是要享受活動的過程」的道理，看著他們帶著笑容、知識和回憶，滿載而歸的結束一整天的活動。



享受互動的過程才是我們想傳達的訊息

這些服務帶給我什麼意義？在服務學習的過程中，看到了什麼問題，有什麼解決的方法？服務經驗對自己在專業學習認知上有什麼改變或收穫？服務學習的意義在於透過實際參與服務活動，讓我體驗各種社會問題，並且尋求解決問題的方法，同時提高社會責任感、合作能力和人際關係技巧等能力。在這整個過程中，我可以學習到許多新知識、技能和價值觀，對自己的成長和未來的發展都有著積極的影響。

在還沒被分配到工作之前，我常常不知道樣做些什麼，經過指導老師對我說：「可以試著到各個組別去參與他們的行前活動準備，藉此找出自己的興趣，讓自己更融入這次的活動。」經過老師的指教後，我發現多看多問多幫忙，才是一個團隊該有的樣子，這次讓我深深了解到自己不足的地方，也有立即找出改進的方法，「團隊中應該互相幫忙，而不是只有專注在自身的工作上」，這次的服務學習真的讓我深深體會到這句話中的含義，讓我受益良多。

在專業學習認知上，服務學習可以幫助我更深入地了解自己未來的服務對象，以後在醫院工作可能遇到各年齡層的族群，適時的了解他們的需求，並且將理論知識轉化為實踐能力；同時，服務學習也可以幫助學生更全面地了解社會問題，從而提高其對當前社會和未來發展的認知和理解。

通過參與服務活動，我可以更清楚地認識自己的興趣和能力，同時也能了解到社會問題的本質和複雜性；另外，服務學習也可以讓你深入了解和尊重不同文化和背景的人，從而提高我的人際關係技巧和跨文化交流能力。這次參與的過程中，我發現我能夠快速想出解決問題的方法，在未來各種不同的活動中，能更清楚自己在團隊中適合什麼樣的角色。

服務不只是指單一專注在自己的工作崗位上，我們是一個團隊，即使在完成自己份內工作之餘，可以去詢問需要幫忙之處，在服務學習活動中，團隊合作和相互支持是非常重要的，通過有效的溝通和問題解決，可以幫助團隊成員更好地完成任務，同時也增加成員之間的互信和友誼；此外，這次服務學習的經驗可以讓我更加全面地認識自己，從而激發我的積極性和貢獻精神，透過行動為自己、家庭、學校和社區帶來積極的變化和影響。



看著他們帶著笑容、知識和回憶，滿載而歸的結束一整天的活動



紀錄與省思優選——醫學系

文/黃奕軒

這次的服務學習課程，我們安排幾種有趣的方式進行衛教，讓小學生對健康相關的議題有所了解：包括建立正確的觀念、了解各健康議題的重要性、了解日常生活中該如何積極促進健康及避免傷害身體的方式。



在 401 教室進行九宮格問答遊戲

對我們醫學生而言，能夠接觸不同類型的服務對象，學習與不同族群相處是很棒的。上學期到傳愛社福協會與健行教會服務長輩，這學期我們決定到小學服務，希望能夠了解不同年齡層的需求、價值觀、身心狀況；學習和各種人互動、從做中學，學習如何因應服務對象調整教案，透過出隊前中後的規劃與反思，將想法具體落實，並將出隊中遇到意想不到的問題，反思檢討，想出方法確實改進。

出隊前，搜尋適合小朋友了解的知識、設計符合小朋友程度的題目、製作能吸引孩子目光的 PPT 並思索能讓小朋友理解的講課方式；我們利用邊玩邊學的方式進行，並以九宮格的方式讓小朋友選擇回答的題目，在回答過後，我們會針對重點觀念進行詳細講解，讓同學在遊玩之後吸收正確的觀念。以前、後測問卷型式評估教學成效。

出隊當天，大家準備得還不夠充分，再加上不清楚如何帶動氣氛，所以一開始大家都有點緊張，講話偏小聲，有些不知所措；不過看到小朋友踴躍地參與活動，以及正面的回饋，就比較有自信 and 小朋友互動，並提醒自己展現熱情。每次出隊都有遇到出乎意料的問題，我們都想辦法靈機應變，確實呈現課程的重點。我們也發現小朋友在討論的時候，很容易受到同儕影響選擇的答案，可見同儕的力量。



在 404 教室講解問題

在講解的過程，讓小朋友分享他們的經驗，才能夠深入了解他們的認知、想法與生活。另外，我們有接觸到兩位不同程度的自閉兒，有些同學有耐心的與自閉兒互動，引導他們填寫問卷，雖然無法在時間內寫完，但成功的讓他們了解我們帶來的課程，並配合我們的活動；這讓我發現一味的寬容不一定對特殊孩子比較好，適度的引導、互動，才不會讓他們失去學習與改變的機會、失去被認識與了解的可能。



引導小朋友寫問卷

這一學年的服務學習課程，讓我切身體會要從服務對象的角度來思考，才能有效的達成活動目標，讓服務對象有比較好的收穫，讓活動的氣氛恰到好處；勇於溝通協調，清楚表達看法，師長們都很樂意幫助我們一起把活動辦得更好。在有限的資源下，盡力呈現最好的一面。透過多次準備活動的經驗，我覺得準備任何活動，時間與經費往往是不足的，我們要學習衡量利弊，將有限的資源善用的最好。

檢視期初的學習目標與演講心得，很開心學習目標有大致達成，雖然還有許多進步空間；另外，確實如白培英系主任說的，在過程中收穫了很多笑容也得到很多熱烈的回應，這些正能量帶給我自信與動力，我也要將愛與正能量繼續傳播下去。系主任除了分享對服學的看法，也提及行醫經驗的感悟，因此我期許自己在行醫的路上，以愛心搭配專業知識，給予病人好的照顧；以創新的思維，思考可能的新解方；以泰然的心，調適面臨的各種難題。

以前以為帶著滿腔熱血和專業的知識與技能，盡可能做好萬全的準備來服務大家，就會有良好的表現；現在我知道其實自以為的好，不一定是對方所需，不一定是對方喜歡，以為去幫助他人，其實也可能增添了其他人的負擔；還要多培養彈性調整、隨機應變的能力，冷靜沉穩的去處理。

非常感謝小學各班導師，用心填寫我們設計的回饋問卷，讓我們知道活動的優缺點，並給予建議，我們從這當中學習到很多，對於小朋友的需求也更加了解；老師們還答應我們的請求，很認真的幫我們拍照，但是後來才知道老師們早修要改聯絡簿，再加上星期三老師們只有半天的班，以後要多注意，不要造成別人的困擾。在最後一次出隊，我們寫卡片向老師致謝。

這一學年，我們分別服務長輩與小朋友；在服務的過程中，我有機會深入他們的日常生活，我在他們的身上看到不同的人生階段，有不同的需求、理想、想法、價值觀、態度等等；再透過和自己的生活做比照，我彷彿看見自己的過去與未來，看到孩子們天真活潑、勇於表達自己的看法，提醒我別忘了要樂觀、有自信；看到長輩們硬朗的身體、活到老學到老的精神，我告訴自己未來一定要照顧好身體，並持續學習，增廣見聞。



與導師與主任在四維國小大合照



版權頁

書名 「愛在服務・樂在學習」專刊 第四期

出版者 中國醫藥大學學務處

社長 林孟亮

總編輯 侯曼貞

編採團隊 侯曼貞 呂濬帆 詹宛蓓 黃曉欣 楊博硯 熊玟菁
張雁筑 葉柏延 張齡徽 彭雲怡 凌加安 林宜臻
郭庭瑜 陳妤柔 李芙 潘姮儒 蔣維倚 莊薇可
楊珍瑜 羅熙惟 楊智為 吳哲安 林家妤 黃奕軒

地址 台中市北屯區經貿路一段 100 號
電話 (04)2205-3366

◎歡迎師生踴躍投稿



China Medical University Boundless Devotion