

崇德大專志工特殊訓練課程心得

王碧欣

在崇德文教基金會所辦的兩天志工特殊訓練課程裡，聽了關於許多不同面向的課程講座，也有許多的實際互動課程讓大家可以互助合作，並且在過程中體會志工工作中的種種內在與外在的自我鍛鍊。

印象最深刻的其中一個活動，是一個團隊要一起從繩子的一端渡過到另一端的遊戲，由於繩子是被兩個人拉起到胸口高度，其他人若要憑自己從一端跳到另一端是不可能的，所以這個遊戲是要讓大家集思廣益，發揮團體精神。

但起初，我在旁邊觀看時認為這個遊戲很容易讓大家受傷，因為大家必須用抬的方式把隊友抬高越過繩子，再讓他跳下去，但另一端還沒有人扶的時候，真的有點令人擔心他摔倒，我還在這麼想的時候，其他隊友們已經開始準備好要將一位嬌小的女孩先抬過去了，最後，因為大家都很小翼翼所以女孩並沒有摔倒，接下來，大家開始要一一讓其他人跟著過去，這時有幾位同學馬上自願撐在地上當作墊背，讓其他人踩著背上過去，我這時還在擔心那幾位同學的背部會不會受傷，但很快的其他人就讓我趕快成為下一個渡過去的人，我脫下鞋子緊張地踩上隊友的背，在許多雙手扶持之下，很快的越到繩子另一邊。

當我穩穩踩在另一邊的地上時，我的心境完全改變了，我從一開始旁觀者心態，懷疑這遊戲的安全問題，擔心著方法的可行性，轉變為充滿感激的心情，在我還沒為團隊付出甚麼之前，我就接受了這麼多人的幫助，讓我很快的渡過，感激的心情一湧上來，我就突然馬上很想要幫助下一位也能安全渡過來，這種因為受到幫助而轉而幫助別人的心情，因為一個遊戲，在心中突然發生了，再沒有任何的懷疑，只有全心全意。

同時我也非常佩服那幾位義不容辭當墊背的同學，還有也被大家的禮貌與心懷感激所深深感動著，有些人其實很不好意思踩上別人的背，但都因為在彼此付出與回饋當中，看得出來大家都因為能有機會幫助到別人而感到開心與踏實，而我們也在不知不覺中，完成了這個遊戲的任務。

兩天課程過去了，心中能有這樣一個深刻記憶，對我而言已是意義非凡。做志工，不論活動大小，不論遇到的人事物的多寡，能有那樣一個時刻，去付出自己的可能，或接受到別人的幫助，那都是旅途上最大的禮物。

“We don't meet people by accident, they are meant to cross our path for a reason.”



▲2014.06.23 教育部青年發展署「103 青年國際行動 All in One」行前記者會，本團隊獲選為分享團隊。

不論是施予者或受惠者，我們都是在彼此生活中以微小的動作去開始行動，最後造就了很大的不同，一枝芽會在心中長成參天巨木，然後可以給後人乘涼。

## 青年志工培訓心得

唐于文

我參加這次的青年志工培訓會，覺得收穫非常的多。總共聽了六場不同的課程，真的讓我見識到不同老師有著各種不同面向的豐富經驗。我學習到了志願服務的倫理、經驗談、志願服務發展趨勢、志願服務法規認識、志願服務內涵以及最重要的自我肯定與了解。



在學習倫理及法規這類比較枯燥的課時，雖然有時不小心就恍神了，可是老師教的都非常認真，也聽到了很多相關的重要的觀念。而最讓我覺得收穫滿滿的課就是鬍子老師的經驗談了，親身帶領了泰北志工團七年的時間，鬍子老師分享了他出團的經驗，就像一座寶山一樣，從他身上，我挖了好多好多的寶藏。志願服務的內涵這門課也非常的特別，老師充滿了熱情，告訴我們人生中若想要得到永久的快樂，那就是要幫助別人。她鼓勵我們每個人勇敢追夢，去實踐自己的夢想，她鼓勵我們跟我們說：「一定會成功的！」我也非常喜歡自我了解那一門課，

老師說：「當要服務別人之前，要先了解自己。」我覺得這非常的重要，因為不要說志願服務了，了解自己根本就是人生中最重要的事啊！所以在上這門課時，我真的有在思考我是否了解我自己，我相信經過這門課，我對自己又有了更多一點不同的領悟了。這些課真的很豐富，令我覺得非常的值得，也很開心能參加到這麼棒的訓練會。

## 志願服務特殊訓練心得

王慧敏

培訓時間：103.05.03~04

在參加這次的特殊訓練課程前，透過線上基礎訓練課程，對於「志工」這個名詞有了基本的認識，並且瞭解了志工倫理、志工規範、志工守則及相關單位，也學到身為志工應有的態度、團隊合作的重要。在上完特殊訓練課程後，對於「志工」有了更多不同的看法，特別是在如何落實志工服務這方面。



▲3~4 月份整理海運物資

這次的課程是邀請有志工經驗的講者，透過專題講座的方式，針對不同志工課題進行探討及經驗分享，分別是：

- 一、 學童問卷設計：為了瞭解活動成效，在活動後會請小朋友幫忙填寫問卷，但由於對象是學童，問卷的設計與一般問卷會有所差異，主要採取方式為自由記述式、填答式、二元選擇式、多元選擇式及排序式，透過簡單易懂的方式，蒐集到準確且符合主題的訊息
- 二、 美術勞作設計創意課程：在課程的設計當中融入創意，並且透過創意解決問題。上課的過程中，講師帶入許多問題並要我們用創意思考去解決，從 Impossible 變成 I'm possible。
- 三、 偏鄉地區教育方式：城鄉教育往往有著巨大的落差，偏鄉孩子的資源是相對不足的，在偏鄉背後甚至可能有著隔代教養、外籍配偶等家庭結構，在這樣家庭環境成長的孩子，心思可能更敏感、思維更成熟，在面對這樣成長背景的孩子時，言語措辭、課程設計都要更謹慎。
- 四、 課程設計：在課程設計前要先了解活動對象，並且撇開刻板印象、既定標籤，再來要決定主旨目的，可能是團隊合作或是思考品格等，其中也可以穿插一些動態的團康遊戲，最後決定執行模式，如：體驗、闖關、成果發表等，並依照這樣的主軸安排其他細節。
- 五、 兒童學習心理與行為：在帶團康活動時，比起年齡，心態是更重要的，要站在孩子的角度和孩子互動。首先要建立默契，說明遊戲規則，設計專屬暗號、隊呼，再來要建立威信，營隊中必須獎罰分明，且不可虎頭蛇尾，必須徹底執行，再透過團隊比賽競爭的方式，激發孩子對活動的興趣與參與感；在和孩子互動時也有些技巧，和孩子說話時維持和他們一樣的高度、用單純的直覺與他們溝通、了解行為背後的意義(如：哭鬧→想受到矚目)。參與營隊的孩子，可能是比較特別的孩子，如：自閉症、亞斯伯格症、過動症，在這種情況下，要讓孩子懂得尊重、體諒並且學著不要任意地「貼標籤」。

六、 企劃書與活動設計：為使活動能順利完成，事前的企劃是很重要的，主要分為五大步驟：

1.提出疑問、釐清問題；

2.思考問題、蒐集資料、創意發想；

3.整合資料；

4.分析可用資源、市場環境、競爭對手；

5.執行企劃。企劃書要能精準傳達企劃者的想法，透過企劃書使整個團隊了解執行內容及方法。

課程結束後讓我對志工服務有更進一步的認識，其中最讓我印象深刻的是一位講師提到：「當你去到一個地方服務，你一輩子可能只和那些孩子遇到那麼一次，但你的一句話或一個行為卻可能影響他們一生！」當從事志工服務時，受服務者的心理是十分需要重視的，在提供服務的同時，更要謹言慎行，也希望日後能將這次課程所學應用至志工服務上，為社會盡一分微薄的心力，提供實質的幫助。

### 103 青年國際行動 All in One 心得報告

林欣怡

這次的國際志工行前培訓，透過許多專業講師的授課，讓我更了解出發前應該如何做準備，其中我覺得最重要的是自己的心態，不該是給予者的身分，而是彼此互相學習，及各學校的國際志工分享經驗，使第一次參加國際志工的人，能快速的進入狀況，也能從中學習到新的服務方式，培訓的最後由各小組互相交流，認識來自各大學的學生，大家一起分享暑期的計畫，彼此打氣加油，且祝福旅途平安。

