

## 參與志工服務訓練的啟發

-電機乙4A 謝秉燁



### 特讚小語

帶出正面、良善、溫暖、接納、勇敢與信心的生命特質，轉化我們周遭的人！

志工服務是一個很棒、很不同的經驗，除了訓練自己規劃力及觀察力外，還需要發揮自己的愛與同理，透過實際行動，會幫助我發展出不一樣的技能以及關懷社會的態度。

在這場訓練的課程中，我也有一些省思：

1. 培養同理心：志工服務其實是需要做計畫的！計畫前需要培養社會觀察力，也需要同理心！實際執行時，可能會遇到需要幫助的人。計畫時要思考他們真正需求和感受，才不會變成幫倒忙。透過與不同人群互動，學會如何與他人溝通、聆聽和理解別人的觀點。

2. 培養耐心：服務過程中，可能需要長時間的投入和耐心，有時候服務時可能會發生一些自己沒有預期到的意外，學會耐心、適時休息和維持情緒穩定是非常重要的！

3. 充滿感恩的心：有了志工服務的經驗，在結束後其實會有一些心得感想，能夠有機會幫助到長者或是弱勢族群，同時能夠讓自己更加認識社會上的不同族群以及各自的問題。除了能夠學習到如何珍惜自己現在的環境外，也更加珍惜生命、感恩身邊的人和事的機會。

### 專欄—職涯專區

-資管3A 高湘怡



練，有反覆學習的意思，為了達成我們的目標並持續進步，除了學習新知識之外，訓練是不可缺少的，畢竟熟能生巧，在此分享印度國父甘地的名言！

“一點點練習比講一大堆道理更有用。An ounce of practice is worth more than tons of preaching.” -甘地 Gandhi

### 志願服務訓練課程

元智大學自111年度起已完竣申請，成為桃園市政府青年事務局第4所學校為青年服務類的運用單位。為提升青年志工必備的技能與知識，誠摯邀請您報名參加志工基礎及特殊訓練。

基礎訓練	特殊訓練
◆ 112.05.06 (六) 10:00-17:00 ◆ 元智大學 活動中心一樓 社會創新基地	◆ 112.06.03 (六) 8:30-12:30 ◆ 元智大學 活動中心五樓 廣場
10:00-12:00 志願服務經驗分享	08:30-10:30 青年服務實務研討
13:00-15:00 志願服務內涵與倫理	10:30-11:30 青年行動方案
15:00-17:00 志願服務法規之認識	11:30-12:30 青年團隊的運作與成長

參與對象：社團夥伴及全校師生

完整參與本課程並撰寫心得500字者，可依實際參與時數，認列多元時數或服務學習時數（二擇一），並核發「志願服務紀錄冊」。

YZU UNIVERSITY 指導單位：桃園市政府青年事務局  
主辦單位：元智大學學生事務處校外活動組