

2010 體驗學習

反思服務創作徵文比賽

佳作



服務學習・學習服務

踏上自我療癒與成長的旅程

傷痛——看到自己的痛——

服務的內容不一定要去幫助別人不足的地方，

而是可以反過來讓他們自己去察覺一些平時未發覺到的正向能量

◎劉淑平

原先我認為的服務學習是個純粹付出的活動，像是公益服務那般，然而，我萬萬沒想過的是，在他們身上我看到了令我心疼的人生故事，也看到了之前的那個我！發現過去的自己曾經與這群孩子有許多相似之處，像是抗拒的心態，表面上看似合作，但是心裡卻對他人有所防衛、對資訊的給予有所質疑；不能夠在團體坦率表現出心底的想法和感受，一方面是對人的不信任感，另一方面則是對自己的沒自信，從其中一位成員的身上我看到了當時被困住的自己，那種孤獨、無助的模樣，已經被我深深埋藏在腦海深處—不想憶起的痛，因此，聽到他們訴說自己的故事時有種打入我心坎裡的感覺，令我泫然欲泣，非常能夠了解他們還被困在裡面走不太出來。

透過一次又一次的服務學習，一再使我有重新檢視自己的機會，領悟到自己已歷經了改變，這個發現的意義相當重大，畢竟過往總是沒有靜下心來好好省思過去的自己、覺察自己的變化，而是忙著向前看，又因總是看不見的未來而心慌，因此很容易陷入過去的傷痛中，多虧了這個服務的機會讓我不再是渾渾噩噩的過日子，而是能重新檢視自己，培養自己覺察的能力，提昇自己以後的適應力！

覺察—發現自己的不足

服務的過程中，突然驚覺自己觀察時不像我自己認為的那麼具有客觀性，因為我可能會將這次經驗與過往的相比較，如此一來，會蒙蔽可能看到團體成員們成長的部分，只會針對自己覺得不對的地方思考，發現這點實在令我捏了一把冷汗，令我大大反省了一下，事情不見得有一定的對錯，人的表現也不像是表面上所見的樣子，應該考慮其背景或是環境的因素，才能有比較完善的評估，給予對他有利的幫助而非自己所灌注的幫助。

另外一點，覺察到自己在心態上應有所調整，因為我會享受在自己所感興趣的地方（如：別人遭遇跟我相同者），至於自己沒有感觸的事物就難以投入，我應該適時地調整自己的心態，畢竟不可能每件事都能如自己所願，還有不能拿自己的感受套到別人身上，否則我將無法體會對方的心情感受。這是學習服務過程中讓我覺察到自己的不足，我的彈性可能要再大一點，以適應隨時會變動的環境、不同的人事物，才不會讓自己陷入負向的情緒或情境中。

改變—踏上成長的歷程

過去的我總以為付出了就是好的，按照我所希望他們改變的樣子去做即對他們有利的，然而我卻沒想到，即使不是往我所認為的方向改變，他們還是能夠依照他們想要的方式成長，以我所沒看到的方式在蛻變，自己必須要有更寬廣的胸襟和眼光去看待服務學習這件事，才不會被自己所侷限了。還有服務的內容不一定要去幫助別人不足的地方，而是可以反過來讓他們自己去察覺一些平時未發覺到的正向能量，說不定，藉由尋找正向能量的過程中，就能使自己不足的地方被填滿或是會覺得那不再是個不足之處了呢！

藉由整理好自身過去的問題—發現心中的痛、覺察自己的不足，踏上成長的旅程，不只是受服務的對象在成長，自己也在不斷的茁壯，各自試圖找出一種最合適自己的方式在學習適應這世界。當我聽到某成員說出認為自己是不能改變時，心裡是很不捨的，畢竟他已經學會許多改變的方法，但是卻因為沒有過改變的經驗或對自己的沒信心，進而不敢相信自己也是會改變的，不過，我相信這也是他在為自己找出路的歷程，該慶幸的是他已經比別人早踏出一步，開始面對自己的問題，而我能做的就只是分享自己的經驗，並且灌注希望，我認為他會憑藉自己的力量而成長改變。

跨越—看見服務的意涵

從幾次的服務學習中讓我真正學到了一施比受更有福，藉由分享自己的經驗、對成員付出關懷以及提供意見給大家，結果發現從服務的對象身上看到的故事、給予的回饋反而讓我

收穫更多，像是讓我改變了以往對團體的排斥，不只是一群人聚在一起講講話而已，而是可以進行訊息的傳遞、情感上的交流以及產生互相支持的力量；甚至讓我興起了一種不想結束團體的衝動，因為從一次次的歡笑中感受到他們充沛的活力、一次次的淚水中感覺到他們辛酸的故事、一次次的憤恨中感受到他們委屈的妥協，以上的這些都十分讓我備感衝擊，衝擊著我當時抱持著服務的心態，因為我看到自己被團體成員們感動，親身體驗到看到成員改變時的那種興奮，再再跟單純的付出完全不一樣！

累積的服務學習經驗，讓我對投入於社區服務有更大的熱忱，以往都以幫助人為目標而進行服務，然而這次的經驗卻讓我的觀點產生了相當大的改變，服務不只是個服務，而是人生中應該要學習的一門課程—透過服務的過程讓自己從發現自己的不足到覺察自己還擁有的，不只跟著團體成員一起成長，也一起蛻變。對於治癒他人的信念上又更加有了信心，這信心不是建立在知識技巧上的習得，而是在人與人互動之間的那種微妙情感流動，這些使我認為自己是有能力的，也就是在助人方面除了熱心外，我還多了一份能力，而且更加曉得將自己準備完畢後再去幫助別人的重要性，不然可能會看不到自己助人的成效，連帶還會削弱自己助人的熱忱！如同題目所言，進行服務學習也是在學習怎麼去服務，當你真正經歷過服務學習的歷程，也就是你將踏上自我療癒與成長的旅程！