

社團活動經驗

羅佳齡

摘要與目次

高一上學期 服務社社員

- 因內向自卑，升上高中欲改變而加入
- 培養親和助人之質，於活動中醒悟行動的重要
- 欲突破現況而轉社

高一下學期 桌遊社社員

- 分組活動磨練表達能力和自信心，並結識同儕
- 性格逐而開朗外向，體現於生活之中，不再怕生
- 此段過程的成長促使我挑戰選幹

高二整學年 桌遊社公關 兼美宣

- 在設計社服期間因疏失無顧及到幹部們的感受
- 在挫敗中坦承錯誤獲得諒解，並從中學習沉穩
- 在團隊合作中的人情智慧成長學習

高一上學期祈煦仁愛服務社社員—2

高一下學期桌遊社社員 —4

高二整學年桌遊社公關兼美宣 —5

困境解決 —7

心得收穫 —8

高一上學期 新煦仁愛服務社社員

▲入社動機

自幼住在外婆家，然而我有著不自信、不擅關心親人的障礙，總是默默接受他們的照顧。但到了高中我決心改變，想藉由服務社來磨練克服。

▲社課合照



▲三校聯合參訪護理之家志工及轉社原因

學習志工職責，根據不同長輩個性和情況採取相應協助，例如：進食、翻身……等。

但最令人印象深刻的仍是我向長輩提到關心親人的障礙，而院中長輩的一席話點醒了我：「妳不用想這麼多，做長輩的，只要小孩過得好就很開心了呀，當然內心還是很希望小孩多回來看看……」

我不再踟躕不前，開始付諸行動：無論是給予一個擁抱和紙條說明，都能漸漸克服言語關愛上的瑟縮。

此番醒悟亦讓我有突破現狀的想法，因此轉往桌遊社，接觸更多同儕來磨練自己的交際力和自信心。

▲一中、文華、忠明校合照



高一下學期 桌遊社社員

▲選取桌遊社來磨礪社交的原因與收穫

「桌遊」最大的意義便是成為認識他人的「破冰媒介」。

透過桌遊，我們會被分派至不同陣營鬥智鬥勇；亦會學習攜手合作，直搗黃龍。勝利後的美果，不僅收穫成就感，更重要的是深化和同儕間的羈絆。

在歡快的環境裡，讓我不再畏懼和陌生人搭話，這也體現在我日常生活中：無論是向結帳的店員予以感謝和稱讚，或者是和路上等車的長輩交談，甚至也能收穫到他們的溫暖回饋，讓我愈發自信。

歷經成長，我有了突破挑戰的勇氣，參加桌遊社的選幹，並幸運地選上了和社交互動相關的公關，以及和我擅長的美術相關的美宣。

高二整學年 桌遊社公關兼美宣

▲公關

△社團內外的溝通橋樑

- ・課中**關心**各組社員的情況
- ・負責學生會、外校、製衣廠商**接洽**

△管理經營網路帳號

- ・撰寫並發布幹部介紹、活動及社服購買的貼文



▲社團博覽會

帶領學妹遊玩桌遊



▲社課合照

▲社群帳號經營

▲美宣

- △繪製社團傳單
- △設計社團服裝、社團帳號貼文美編、社服訂購單
- △與製衣廠商進行商榷

▲貼文美編



開選 回覆 設定

忠明高中桌遊社服訂購單

- *訂時時間至11/3(二)21:00前!
- *填完後即可收票
- *校內可給H201楊安庭 H204潘晉晴 H205韓友斌 H207羅佳靜
- *校外則給社務組的幹部或多人繳交~

*購買人身分

☐ 校內人士

☐ 校外人士

*聯絡資訊 校內EX: Haoyi 羅佳靜 電話 (校外提供姓名電話) *

簡答文字

*購買件數 若分別購買不同尺寸可在此告知 *

簡答文字

*尺寸 *

Size Chart

本表參照常用尺寸表，請先確認衣服款式與材質

*尺寸表會因布料彈性、水洗處理、測量起點、人體拉距等因素，與實際商品

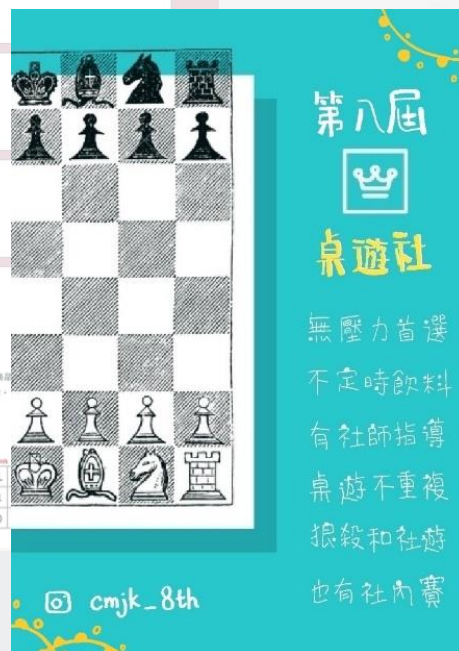
*因個人身形與穿著喜好不同，以上尺寸表僅供參考

T恤

T恤尺寸表

	XS	S	M	L	XL	2XL
肩寬	43	47	50	54	58	61
身長	57	62	67	71	76	80

(單位: 公分)



▲社服設計、訂購、社團傳單

困境解決

解決問題不單單是「解決」，更是「自我反省的過程」

團體裡，比起行事效率，我更傾向於「維持團體和諧」，因此在幹部中總扮演著「和事佬」的身分。我相信一旦意見分歧衍生出芥蒂，便會帶來星火燎原般的危機。

但在繪製社服的過程中，我反倒是引起爭端的人：再三確認好服裝色調，卻沒顧慮到共事夥伴們是否喜愛，最終在他人口中得知此事。

此刻我才發覺自己的錯處。在校園內隨處可見我所設計的圖樣是十分有成就感的事，但我忘卻了這是以「社團的大家」為初衷所創造的衣服，而非「自己」。

當我意識到癥結點後，我向幹部們坦承自己的疏失。所幸在彼此諒解下，問題和關係得到了改善。待到社服定案出售，瞥見同學身著社服行走於校園之中，我依舊會記起這段反躬自省的經歷，也愈發珍惜和同儕間的情誼。

「從認知錯誤到主動坦承」是一個艱難的過程，但愈是羞愧懼怕，便無法有所成長，也是真正的失敗。「挫敗代表一次成長的機會」是這段時間最大的感悟。挫敗不該侷限於負面定義，若能善用，亦能成為砥礪前行的轉機。

心得收穫

兩年社團活動中，除了在溝通合作能力大有裨益，寡言不自信的性格亦逐而外向開朗。儘管在擔負幹部職責時出現瑕疵，但主動坦承錯誤後，心胸也愈加開闊，學會謹言慎行、設身處地為他人著想。相信這段時間所磨礪的能力與性格，能讓我在面對困境時保持沉穩心態，亦能勇於嘗試挑戰跳脫舒適圈。



時數證明書

茲證明
台中市立忠明高中新照仁愛服務社學生 羅佳齡 同學
自民國 108 年 12 月 15 日起至民國 108 年 12 月 15 日止
於本院護理之家擔任志願服務工作，認真負責，表現優異，共
計服務總時數
2 小時

中山醫學大學附設醫院附設護理之家
中華民國 108 年 12 月 15 日

臺中市立忠明高級中學
Taichung Municipal Chungming Senior High School

社團幹部證書 2021 年 12 月

羅佳齡 同學 任本校 109 學年度
桌遊社 公關兼美宣 期間盡己所能，
完成職責任務，特頒此證書。

校長 鄭東昇
中華民國 110 年 6 月 25 日
活力忠明 卓越前行
Be Energetic. Be Excellent.