

類別：其他(國際交流參訪)

地區：馬來西亞

115 年赴馬來西亞為愛出走國際志工 交流計畫報告

主辦機關：新北市立永平高級中學

上級機關：新北市政府教育局

目次

第一章	目的.....	1
第二章	過程.....	2
第三章	心得.....	6
第四章	建議.....	8
附錄		9

第一章 目的

本校校長在永平高中推動生命教育與品格教育融合的服務學習活動，從一日志工體驗做起，到醫院及安寧病房為病患表演，也到榮民之家陪伴長者聊天，讓學生在服務中見證生命的病、老之苦，之後更將服務學習的課程帶到國外，與馬來西亞華人獨立中學，位於吉隆坡的循人中學一起帶學生到老婦院以及殘障院做志工服務。

2021 年 8 月現任沈美華校長接任以來，持續發展結合國際服務學習與主題教學的課程，在 2023 年 7 月完成第 12 次永平與循中兩校共同規劃服務學習課程，並執行為期八天的服務學習與主題課程。2016 年兩校社會科教師聯合開發到檳城尋找國父孫中山的遺跡課程，2017 年 8 月由循中聯課處與永平老師聯合開發林明華小服務學習課程與馬來西亞原住民主題課程，並結合一公斤的旅行，引導學生為偏鄉募資源，也完成第九次的交流。2018 年馬來西亞吉隆坡呀吃十四哩華人小學，未受政府補助，資源有限，由新北市永平高中與吉隆坡循人中學兩校合作，協助華小美化圍牆並帶領一日小小領袖營；2019 年也到馬來西亞服務偏鄉華小，畫圍牆並與校長聯繫一起設計課程。2020-2022 年由於新冠疫情影響，雖暫停實體交流，但仍然持續進行線上學生交流。2023 年 7 月恢復實體交流，2026 年 7 月持續去銀禧老婦院服務、淨灘服務，仍以國際志工服務課程為交流重點，培養學生愛自己、愛別人、愛大地的好品格，更藉由國際志工服務，擴展學生視野與國際觀。

第二章 過程

壹、行前培訓課程：以志工服務精神與實務為課程主軸

日期	星期	時間	講師	課程主題與核心內容
5/14	四	12:00-13:00	盧怡楓	【啟航準備 1】：團費餘款確認、保險規範說明（僅國中學生）
5/15	五	12:00-13:00	盧怡楓	【啟航準備 2】：交流小組分組
5/21	四	12:00-13:10	盧怡楓	【國民外交禮儀】：接待家庭互動指南、台灣特色伴手禮挑選與建議。
5/28	四	12:00-13:10	盧怡楓	【創意火花(一)】：AI 工具輔助交流設計、小遊戲與表演構思、表達力基礎訓練。
6/11	四	12:00-13:10	盧怡楓	【跨代共融】：長者服務小遊戲設計、關懷長輩表演節目規劃（第一階段）。
6/18	四	12:00-13:10	盧怡楓	【實戰預演】：交流表演與互動遊戲驗收、表達力訓練(1)—魅力自我介紹。
6/29	一	16:00-17:00	盧怡楓	【聲入人心】：表達力訓練(2)—個人魅力展現（全員上台發表與回饋）。
6/30	二	13:00-16:00	盧怡楓	【成果匯聚】：總結報告架構討論、分組發表內容最後定案。
7/1	三	08:30-10:00	王上境	【律動大師】：活力老人健康操舞蹈學習。
7/1	三	10:10-12:00	盧怡楓	【深入大馬】：循人中學校園文化、馬來西亞風土民情與禁忌解析。
7/1	三	12:00-13:00	-	午餐與休息時間。
7/1	三	13:00-13:30	盧怡楓	【舞力全開】：老人健康操舞蹈總複習。
7/1	三	14:15-16:30	許含綺	【愛在長照】：長照中心志願服務實務與同理心工作坊。

貳、海外志工服務：以志工講習與情境演練為課程主軸

本次「赴馬來西亞為愛出走國際志工交流計畫」從出發前即安排志工服務及跨文化培訓，透過長者陪伴技巧、老人健康操、服務情境演練等課程，讓學生在真正進入服務現場前，先理解服務對象及服務方法，也建立面對不同文化與生活環境的心理準備。

7月3日抵達馬來西亞後，首先前往吉隆坡循人中學辦理始業式及學伴相見歡活動。永平高中與循人中學學生透過自我介紹、交流及共餐，從陌生逐漸建立關係，並於當日晚間入住接待家庭，正式展開跨文化生活體驗。學生不只是在學校裡認識馬來西亞，更直接走進當地家庭，從飲食、生活習慣到家庭互動，開始體會不同文化下的生活樣貌。

7月4日安排家庭日，由循人中學學伴家庭帶領學生走入吉隆坡的日常生活。學生跟著學伴家庭走訪社區、品嚐在地美食，在一整天的共同生活中練習跨文化溝通，也從最貼近生活的角度認識馬來西亞。對學生而言，這不只是觀光參訪，而是真正進入另一個家庭、另一種生活方式，學習理解與尊重彼此的不同。

7月5日回到循人中學進行馬來文化學習及皮影戲（Wayang Kulit）體驗工作坊。兩校學生共同分組製作皮偶、討論演出內容、練習操偶技巧，最後一起上台完成演出。從傳統藝術的認識到共同創作，學生不僅了解馬來西亞文化，也必須在有限時間內與學伴分工合作、溝通協調，讓文化學習同時成為一次跨國合作的實際練習。

7月6日前往適耕莊（Sekinchan）進行「蔚藍行動」海灘淨灘服務。兩校學生一起走上海灘及海堤，撿拾散落在沙灘、石縫間的垃圾，甚至合力清除深埋沙中的廢棄漁網。看似單純的淨灘行動，讓學生實際看見海洋垃圾對環境可能造成的影響，也開始思考環境保護並不是一天的活動，而應該從自己的生活習慣做起。完成淨灘後，學生並參觀當地米廠，了解稻米從生產到加工的過程，在服務之外進一步認識適耕莊的農業特色及地方產業。

7月7日的關懷服務，主角是銀禧老婦院的婦人，以及前往服務的永平高中與循人中學學生。老婦院距離循人中學約一公里，出發前大家先在學校準備掃具，永平與循中的學伴們幾乎人手一支。校長也在出發前勉勵及提醒學生，做好服務前的心理準備，隨後大家從循人中學步行前往銀禧老婦院。沿途看到垃圾，學生便隨手清掃，除了為異國街道盡一分心力，也趁著步行的過程觀察吉隆坡的街景、人文與生活風情。約三十分鐘後，一行人抵達老婦院。

院內約有三十多位長者。抵達後，同學們立刻分工整理環境，有人清水溝、有人掃落葉、擦窗戶、抹桌椅、清洗風扇，每個人都有自己的服務任務。學生忙著清掃的同時，兩校校長、老師及家長也在廚房內外忙碌，從洗菜、切菜、煮飯到炒米粉、炒菜，一起為長者準備一頓熱騰騰的午餐。

約兩個小時後，環境整理告一段落，服務也從「整理環境」轉向「陪伴」。有些學生拿著過去活動留下的照片，在院內尋找曾經見過的婆婆，像「尋親」一般重新相認；有些學生則主動坐到長者身旁聊天、拍照、聽她們說話。原本安靜的老婦院，隨著學生的加入逐漸熱絡起來。午餐時間，同學們為婆婆盛飯、夾菜，陪著她們一起吃飯，一頓普通的午餐，也因為有人陪伴而多了一份溫暖。

午餐後，循人中學及永平高中學生分別帶來唱歌及表演，永平高中也特別設計適合長者的老人健康操，由學生先示範動作，再陪著婆婆們一起伸展、活動。學生唱、婆婆跟著唱，學生做動作，婆婆也一起動一動，整個下午充滿笑聲。學生們也和婆婆約定，希望未來還有機會再回來看看她們。

整個服務過程，看似是學生在服務婆婆，但真正走進她們身邊後，學生也從婆婆們的人生故事中得到另一種學習。有人感受到長者生活中的孤單，也有人看見她們面對生命的勇敢與堅強。許多學生因此想起家中的爺爺奶奶，開始反思自己平常是否有好好陪伴家人，也明白陪伴不一定需要做多大的事情，有時候願意坐下來聽一個人說話，就是最真實的關心。這場服務，不只是學生付出，也是一場「生命影響生命」的學習。

7月8日至9日，學生前往馬六甲進行城市文化探索。從不同的歷史建築、城市空間及多元族群文化中，學生進一步認識馬來西亞的歷史發展，也將前幾日在寄宿家庭、循人中學及志工服務中所看見的文化現象相互連結。旅程後段並安排心得整理，讓學生重新回顧這幾天的所見、所聞與所做，思考自己究竟從這趟旅程帶走了什麼。

參、服務學習的反思與慶賀：服務學習與課程後的反思

學生在老婦院關懷服務之後，回到學校立即進行分組反思報告，並以一張海報表達反思下列主題內容：當婆婆一天的孫子、孝順的意涵、飲水思源。一趟海外志工服務，買了機票飛行三千兩百公里遠，成團並不容易，每天都進行紮實的課程與服務活動。

老婦院關懷服務、以及學校的多元文化體驗活動，學生在知能上對地形、地貌、熱帶雨林生態以多元文化有所增進及了解，而在情意方面，亦可以體認馬來西亞華人在其國家的社會地位及所面對的困難，以及藉由至老婦院、淨灘的服務學習體認到老、殘生命的缺憾，最後在行動上發揮愛惜自己，珍愛別人，更把觸角放大至我們的環境，形成一個善的循環，讓永平高中的愛心，可灑播在山地偏鄉、馬來西亞甚至全世界各地。

終於來到了離別的時刻，同學朝夕相處，產生感情。彼此相約還要再連絡。

第三章 心得

壹、學務主任心得:

今年是永平高中和循人中學兩校國際志工交流活動邁入第 18 年紀念(2020-2022 年為線上交流)，姊妹校循人中學以「初心不移，貫徹始終」主題歡慶兩校交流活動。十五年是多麼不簡單的數字，代表著多少永平師長、學生、家長的堅持、呵護與努力，才能讓兩校心手相連，情誼永固，傳愛十五，綿延不斷！7 月底帶著永平孩子進行為期 8 天的馬來西亞國際交流活動。抵達老婦院進行服務學習，孩子和老婆婆們親切地閒話家常，並認真打掃老婦院環境，從一開始的膽怯到離開時的依依不捨，我們感受到孩子心境的轉變與成長。進入殘障院服務，孩子們忙著為院生剪指甲、刮鬍鬚、清潔與打掃環境；有的孩子載歌載舞為這些院生帶來歡樂，雖然只有半天短暫的相處時間，孩子竭盡所能的想要為他們的生命裡注入一絲絲的快樂，從服務的過程中學生們更加珍惜擁有四肢健全是多麼幸福的一件事，並期待能付出自己小小的力量，達至「愛無國界、為善最樂」的最高境界。為了鼓勵孩子們「讀萬卷書不如行萬里路」，我們特地安排加影在地踏查、吉隆坡城市探索課程，讓孩子能深入認識馬來西亞的文化。最後一天進行總結報告，兩校孩子的精彩分享，令所有師長刮目相看，我深信經由親身體驗的志工服務學習，是啟迪孩子珍愛生命與樂於助人的最佳課程教材。此行師生收穫滿行囊，感謝這十五年來參與兩校國際志工交流活動的所有師長們，感謝您們透過課程設計與體驗活動，將生命教育、品德教育與藝術教育的理念，融入每一次的國際教育活動中，希冀每一個孩子都能「從永平出發，向世界找答案」，讓孩子從參與體驗中獲得最大化的學習，為成為最棒的自己而努力。在與馬來西亞循人中學 15 年的交流活動中，永平孩子們習得跨國文化的移動力，也彰顯雖然只是一粒小小的種子，卻能發揮驚人的力量，創造永不平凡的國際競合能力。這一季，我必

須讚賞永平的孩子帶著關懷心攜手傳愛，乘著夢想起飛，再創兩校國際交流另一高峰！

貳、社團活動組長的心得：

永平高中與馬來西亞華校獨中-循人中學已有 18 年情誼，甚至之後發展為姊妹校，做為學校發展國際志工的重要據點，並擴展師生國際視野。每次交流皆發展各科協同教學，除了增進知識、學習技能外、體驗生命的生離死別，也讓學生學會對異國文化尊重和欣賞文化差異的微妙。

參、圖書館主任心得：

很感謝循中上上下下動員了這麼多人細心規劃此次行程。第一天的十週年歡迎儀式就讓我感動到不行。十年來兩校如此多的人投入他們的熱忱，無私付出時間、精力，一年年的累積傳承，全心全力的希望好還要更好設計改進課程…。學生們身着制服態度嚴謹的在兩旁列隊敬禮歡迎與門口鼓隊的表演，讓我對循中的第一印象真是深刻！當晚循中貼心的準備了所有人的晚餐，讓辛苦擠出時間來接同學的家長們用完餐可以從容的帶同學們回家休息。很少進廚房的我第一次參與老婦院準備百人餐食活動，真是手忙腳亂...藉著此次的活動也才見識到永平基金會的董事們對學校的全力支持，看著董事們、校長、會長、副會長、主任們在廚房裡切、洗、刷、炒、炸、煮...跟時間賽跑要準時上菜的同時，同學們展現了在學校培訓的成果，跟長者們互動、一起跳舞、演出"大眼睛"展現活力！我在長者臉上看到了大大約笑容，感動於大家的付出！星期日到了巴生，一進門，好幾個院生跟大家擊掌打招呼，感受的到他們熱情的歡迎與期待。幫菩薩們洗澡、剪指甲、刮鬍子、打掃環境...同學們都好盡責為院生打造舒適的環境、清潔身體、按摩放鬆...你們真的太優秀了！

第四章 建議

壹、建議擴大參與層面

為了推廣志願服務學習，應擴大參與層面，包括人員組成多元，讓更多學生、教師甚至家長都能夠一起加入，拓展不同的地域分布，讓服務範圍不只是馬來西亞，也可以考慮往其他國家發展，延伸到各個學科領域，讓海外服務學習的精神可以持續，面向更廣。

貳、研商跨校組團的可能性

國際交流活動多數由各校自辦，但此類活動的參加多數還是需要有相當的經濟負擔，致使許多學校往往也因成員招募不易而難以成行，建議教育局統整各校交流，統一招收辦理，同時也能促進校際交流。

附 錄



圖 1：參到循人中學交流參訪。



圖 2：與循人中學學伴分組交流。



圖 3：培訓關懷技巧與方式。



圖 4：演奏樂器給婆婆聽。



圖 5：幫忙打掃環境。



圖 6：幫忙準備午餐。



圖 7：陪長輩運動。



圖 8：陪老婦院長輩做手工跟聊天。



圖 9：心得分享與報告