

《實踐同理心》~ 咖啡香

◎ 學務處心輔組 新研社 2010-11-20

99年教育部獎補助私立大專校院辦理學生事務與輔導工作特色主題計畫「不能沒有你」特色主題活動一心同此理(三)

《實踐同理心》~ 咖啡香

11月20日週六的早晨，中國醫藥大學學務處心理輔導組的老師及同學們期盼已久的《實踐同理心~咖啡香》終於成行。一行人搭乘巴士前往位於崇德路上的「逗點青少年公益商店」參與一系列精彩的活動。

「逗點青少年公益商店」是張秀菊社會福利慈善事業基金會旗下的營利機構，張秀菊基金會於94年起承接兒少保護安置的業務、協助失依迷途兒童及少年獲得順利發展，基金會引進「探索體驗教育」帶領孩子「做中學、學中做」，透過職涯探索、社會體驗等活動，使兒童及少年獲得自我學習與反省的能力，進一步擁有良好的溝通技巧、人際關係及穩定的情緒，目標是讓失家的孩子也能擁有經營家庭的能力及責任，最後能成為「手心向下」的人。

逗點青少年公益商店就是這些孩子們學習探索、社會體驗的地方，這裡的每一杯咖啡從栽植咖啡豆、採收、曝曬、烘焙、泡製都是出自孩子的雙手並親自端到顧客面前，顧客每一次的來店消費都是做公益，而每一次服務都是孩子學習體驗的機會。

在『泡製咖啡』的過程中，每個同學都用自己喜好的溫度、速度來沖泡，有的同學細心緩慢地將熱水倒入，將浸泡完成的咖啡包拿起來時也仔細等待其瀝乾。而有些同學則比較不拘小節，隨興的沖泡咖啡。最後泡出的咖啡口感也不盡相同，透過互相分享泡咖啡的經驗與品嚐彼此咖啡的體驗中，可以發現每杯由不同人泡製出來的咖啡都有其獨特的滋味，這杯咖啡也充分表現出每個人個性的不同，也由此反應出同理心的重要。

第二個活動是由兩人合作的方式完成今天的午餐—『親子丼』，兩人的合作需要互相包容與體貼，而同理心的表現就是最好的方式，一個人掌控鍋子及火候時，另一個人可以適時的加入食材及攪拌，當親子丼完成時，兩人可以一起分享美味的成果，也反思合作過程中自己的進步與成長。

這次的活動透過咖啡DIY分享及合作烹煮親子丼的過程實踐同理心，也學習將同理心運用在生活中，參與完本次活動的藥學系二年級邱同學表示在活動中她感到「相當的開心，能從不同角度反思同理心活動的意義，並且尊重別人，對之後人生也有好處」；此外，她也學習到除了咖啡豆的各類分辨來源外，還有人與人之間互動交流的技巧，透過同理心去看待世上事物、公益活動的意義等。

活動就在暖暖的冬陽裡，一片溫馨的氣氛中畫下句點；然而，

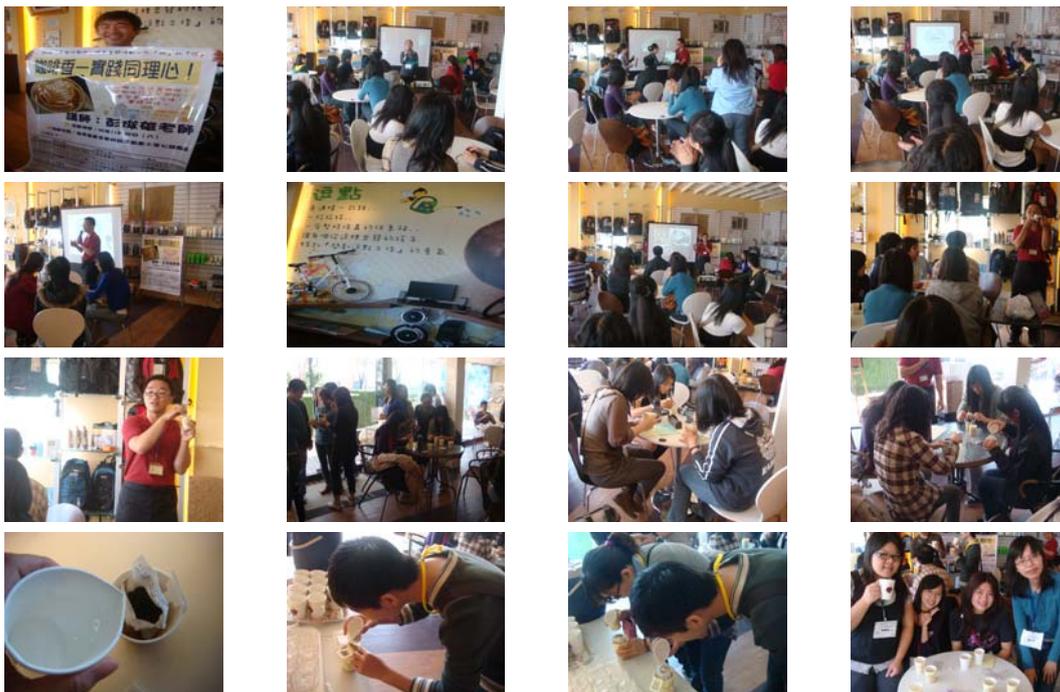
「，」是連接一句話
一段旅程

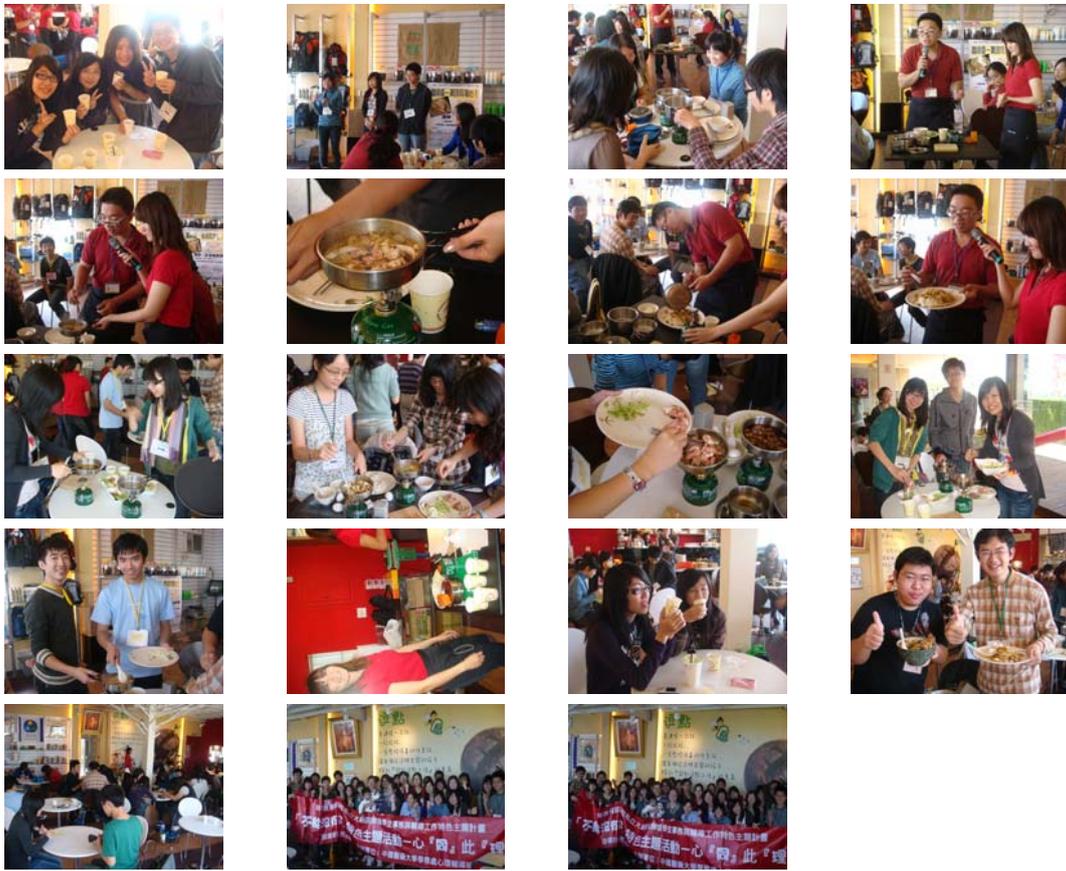
一座暫時停靠的休息站
讓每個從這裡出發的孩子

找到「開創逗點之後」的勇氣~

我們也帶著『勇氣』往前邁進，把更多的同理心分享給大家。

【相關圖片】





資料來源：http://www.cmu.edu.tw/news_detail.php?id=1220