

李同學	回饋建議
書審老師A	同學選擇了一個相當特殊的學習主題，內容可以看出同學的心路歷程。若要更好的話，建議強化學到的能力這部分，以及在大綱標題上的調整，最後，因為是學習成果檔案，不是藝術作品，最後寫「謝謝閱讀」會比較好唷。
書審老師B	1.花絮中有許多line圖片的佐證資料，建議可以整理成自己的筆記再呈現，才能準確對應到「學習中的收穫」（第四點）。 2.建議附上學習準備中的成果。
書審老師C	真切的表達從事禮體淨身工作的自身感觸與省思，文字具深切的情感表達，值得肯定。



# 職場體驗-禮體淨身

您好，我是禮體淨身的服務人員，很榮幸能為您服務！

育仁高中普通科二年級甲班/李同學

# 目錄

## CONTENT

壹、報告前言(摘要) 學習動

機/學習目的/學習方法

P.4~P.9

參、我的成長

綜合心得與反思

P.18~P.20

貳、學習歷程 學習準備/

過程/困難/收穫

P.10~P.17

肆、花絮

學習片段與故事分享

P.21~P.29

# 百字簡述

---

---

在禮體淨身職場學習中，我學到人與人之間的溝通、禮體淨身的技巧等，學習觀察每一個人心中帶有的故事。這段經歷讓我看見了自己的體察力與共感力，並在將來會運用這些經驗參與人與人之間的交流，分享我的感受和知識。





# 壹、報告前言(摘要)

# 壹、報告前言(摘要)

生活中，工作種類形形色色，不同的職業存在著不同的課題。這次因家庭職業因素，我踏入禮體淨身服務員一職，體驗其中辛勞，及學習特殊專長、發現自我特質。為了認真體會每一場服務，我將事件及感受轉成文字，希望能在未來給予回饋及分享。

# 壹、報告前言(摘要)

## 什麼是禮體淨身?

---

---

**禮體淨身:** 是以美體SPA手法，為往生者進行莊嚴、隆重的套裝服務，最終目的是要讓亡者的大體以專業人員細膩的服務，潔淨且安詳地享有最後一次全身細膩呵護。

**服務內容:**

清除衣物、全身按摩洗淨、換穿衣物、氣色上妝等等

# 壹、報告前言(摘要)

---

---

## 學習動機

**動機1:**我相信這是一種能夠溫暖人心、幫助家屬釋放悲傷、尊重逝者的崇高服務。

**動機2:**我期望能夠學習到如何對待生死、尊重每一位離世者的獨特故事。



# 壹、報告前言(摘要)

## 學習目標

目標1:培養自己的紀錄能力

目標2:培養自己解決問題的能力

目標3:歷經不同的狀況，存留學習的成果與機會。

目標4:成為一位能留下故事的紀錄者，在未來給予回饋及體悟分享。

# 壹、報告前言(摘要)

## 學習方法

**方法1**：積極參與實際工作，透過實踐練習來加深對技巧和流程的理解和掌握。

**方法2**：在工作中觀察其他美容師的操作和技巧，學習他們的優點和經驗。

**方法3**：每次結束職場體驗後反思自己的表現，找出不足之處並改進。

**方法4**：與其他美容師溝通交流及提出疑問並尋求他們的建議和指導。



# 貳、學習歷程

## 貳、學習歷程

## 學習準備

準備1:閱讀相關書籍了解殯葬業。

準備2:將工作內容記錄於行動裝置。

準備3:在工作前對專業人士做問答，解決心中疑問。



圖片說明:閱讀的相關書籍

P.11

## 貳、學習歷程

## 學習過程

---

---

**學習過程1:**在學習過程中我進入實習或工作場所，觀察並參與禮體淨身的實際操作。

**學習過程2:**學習擦洗、化妝、換衣等技巧，並熟悉遺體美容的基本流程。

**學習過程3:**積極參與禮體淨身工作，並不斷向專業人士學習和請教。

## 貳、學習歷程

## 學習中所遇到的困難

---

---

**挑戰1**：禮體淨身涉及到複雜的技術操作，例如遺體清洗、美容化妝等，需要花費一些時間才能熟練掌握這些技巧。

**(解方)**在職場學習過後將技巧及流程記錄下來，增加更牢固的記憶。

**挑戰2**：禮體淨身不僅是技術工作，還需要與家屬溝通和協調，處理他們可能出現的情緒和需求，這需要具備良好的溝通技巧和情感智慧。

**(解方)**在與家屬溝通交流前先擬好一遍該說的重點，也可在心中過濾什麼樣的說話方式較恰當、什麼字眼需要迴避、。

## 貳、學習歷程

## 學習中所遇到的困難

---

---

**挑戰3**：禮體淨身工作需要長時間站立和搬運重物，可能對身體造成一定的負擔，需要具備體力和耐力。

**(解方)**了解發力的位置及感覺適時調整舒服的角度及遺體最好操作穿衣或整理的姿勢。

## 貳、學習歷程

## 學習中的收穫

---

---

**收穫1:**掌握禮體淨身的技巧和流程，包括遺體清洗、美容化妝等，成為一位專業的禮體美容師。

**收穫2:**通過處理逝者遺體和與家屬溝通，增加情感智慧和情緒管理能力，更能夠理解和尊重生死的意義。

**收穫3:**與家屬溝通和協調的經驗將有助於提升我的溝通能力和人際關係管理能力，在生活中能夠應用



## 貳、學習歷程

## 學習中的收穫

---

---

**收穫4:**經過一段時間的學習和實踐，我培養出了良好的紀錄和記憶能力，在管理工作中更得心應手。

**收穫5:**通過禮體淨身的工作，我學習到更加尊重生命和尊重每一位逝者的故事。

## 貳、學習歷程

## 未來應用

未來應用1:希望能夠存取更多相關知識，帶著這次的職場學習經驗，諮詢更多專業人士，最後考取專業證照。

未來應用2:希望能夠在未來進入大學或職場更善於處理自我情緒。

未來應用3:希望能夠將在職場學習中學習到的紀錄習慣善用於未來進入大學或職場。

未來應用4:希望能夠將自我經驗分享給與疑惑或好奇之人，進而展現說故事及與人溝通的能力。



# 參、我的成長

# 參、我的成長

## 綜合心得

---

---

在禮體淨身職場中的學習經驗讓我收穫良多。

通過學習禮體淨身的技巧和流程，我不僅獲得了專業技能，更加了解生死的意義。

這段學習經驗也讓我更加尊重生命和關懷他人，我明白每一位逝者都有著獨特的故事。

未來，我將繼續努力學習，不斷提升自己的專業水準和人文素養，成為一名能留下故事的紀錄者，在未來給予回饋及分享。 P.19

# 參、我的成長

## 反思

---

---

在學習禮體淨身的過程中，我進行了深入的反思。

**反思1:**在技術上，我認識到需要更多的實踐和學習，特別是對於遺體清洗和美容化妝的技巧及專業度。

**反思2:**自我成長方面，我意識到了自己在技術和溝通能力上的提升，並且明確了未來將把這獨特的故事記錄下來。

這些反思幫助我更全面地了解這次在職場學習中不一樣的面向。



# 肆、花絮

# 肆、花絮

## 故事分享

---

---

五點鐘，日未升起，趕向一份關乎生死的奔波。

「您好!我是今天負責禮體淨身的服務人員，請問您與往生者是什麼關係?」

往生者，對於死亡、離世的人的一種尊稱。

禮體淨身，褪去舊衣、擦澡、換上新衣、上妝。

禮體淨身的服務人員，我的姐姐，遺體美容師。

說明:我給予每一次早上五點鐘的職場學習這樣的註解。

# 肆、花絮

## 故事分享

---

---

第一次，夜晚，學者，真的是冰的。

是一位奶奶，在穿著完防護衣裝備及鞠躬後我們拉開黃色的布簾，第一次，我觸碰到往生者的遺體，「真的是冰的」，我心裡想，輕的像是在觸碰爸爸新買的金門高粱酒，兩瓶指甲油遞到我的面前，我幫奶奶細心的擦上，「遺體美容師身兼美甲師」我不禁想了又想，奶奶再見，第一次的工作體驗結束，奶奶好像真的不會再見了。

說明:在第一次工作中真正見識到遺體的樣貌及發出感嘆。



## 肆、花絮

## 故事分享

---

---

第二次，像個實習生，屍體會說話。

這一次的工作，一位奶奶，而我開啟了一連串的學習之路，每一項步驟在姐姐的帶領下完成，而在學習中最困難的便是與奶奶對話，「阿嬤!穿襪子抬腳喔!」、「阿嬤!翻身喔!」，沉浸在沒有回覆的對話，顯得有點彆扭，我開口卻止於嘴邊，不是屍體會說話，而是我們在工作中，使第三者有參與感的方法。

**說明:**第二次的工作中，我竟真的學習姐姐與遺體對話，而我總是感到彆扭。

## 肆、花絮

## 故事分享

第三次，真正的上工，固執的伯伯。這一次的工作依舊使我興奮，工作開始，褪下伯伯身上的衣裳，眼前只見大面積的冰霜覆蓋在伯伯的身上，到了穿衣服的環節，只能說尚未解凍的伯伯那真是「固執」，穿不上的衣裳，使我們傷腦筋，我開口道：「伯伯現在穿衣服放鬆喔」，「放鬆！」、「放鬆！」，哎呀真是「固執！」，我們以不一樣的角度幫助伯伯順利穿上衣服。在回家的路上，不禁思考那固執的伯伯冷不冷，因為我的手真的好冷好冷。

**說明：**第三次的工作中體驗到不同遺體的狀況，也不禁思考遺體的感受。

## 肆、花絮

## 故事分享

---

第四次，這一天，一位伯伯，我們一如往常地進行著工作，到最後上妝的環節我們拉開黃色的布簾，通常上妝的環節我都站在一旁觀看姊姊那熟練的技巧，忽然間一位阿姨走到伯伯身邊，默默的低下頭，看像上完妝的伯伯低喃到：「爸爸對不起，你生病的時候都沒有回來照顧你。」在一旁的我那是看呆了，但我相信伯伯在聽，並且還站在阿姨的身邊陪著阿姨表達自己的原諒，或許這一輩子阿姨不會在伯伯這裡原諒她自己，但我相信伯伯在，一定在，在阿姨身邊。

**說明：**第四次的工作中觀察到了家人們的心情，也不禁思考遺體的想法。

## 肆、花絮

## 故事分享

---

---

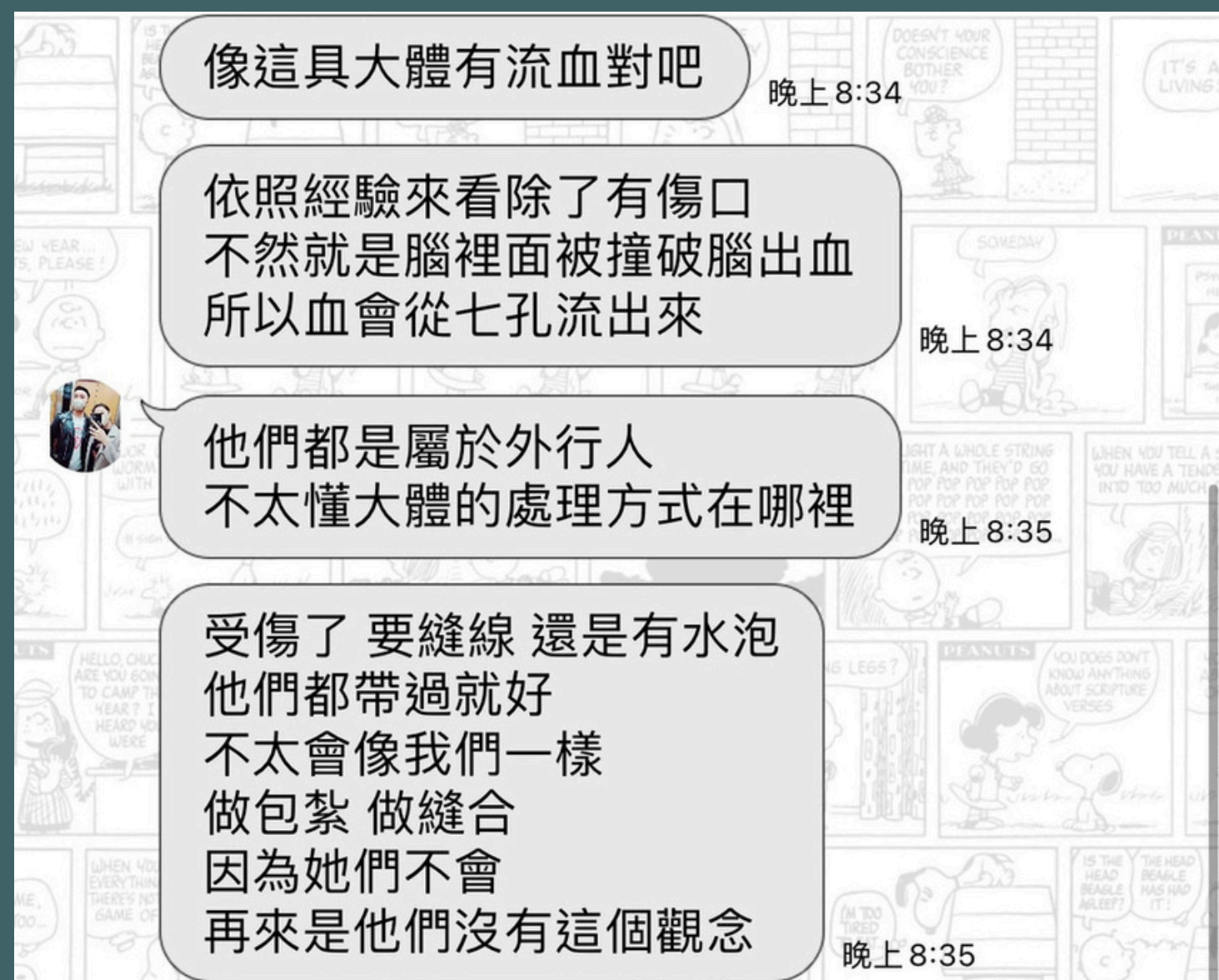
第五次，夜晚，一位瘦的骨瘦如材的叔叔，布簾後面的他嘴巴及眼睛並未完全闔起，在我們的一番整理過後，姐姐在上妝的過程中把叔叔的眼睛及嘴巴做了一項完美的處理，在叔叔的家人及親朋好友觀看時，一位叔叔率先站到布簾前說到：「哇！眼睛閉起來了耶」。在回家的路上我不禁與姐姐分享到工作中的心得，姐姐對於叔叔的話語給了我一個喜歡的答案。每一位往生者，都是他們家人最珍愛的至親，眼睛閉合，卻能安撫他們一塊放不下的石頭。

**說明：**第五次的工作中觀察到了家人們的想法，也領悟到生命中的感念。

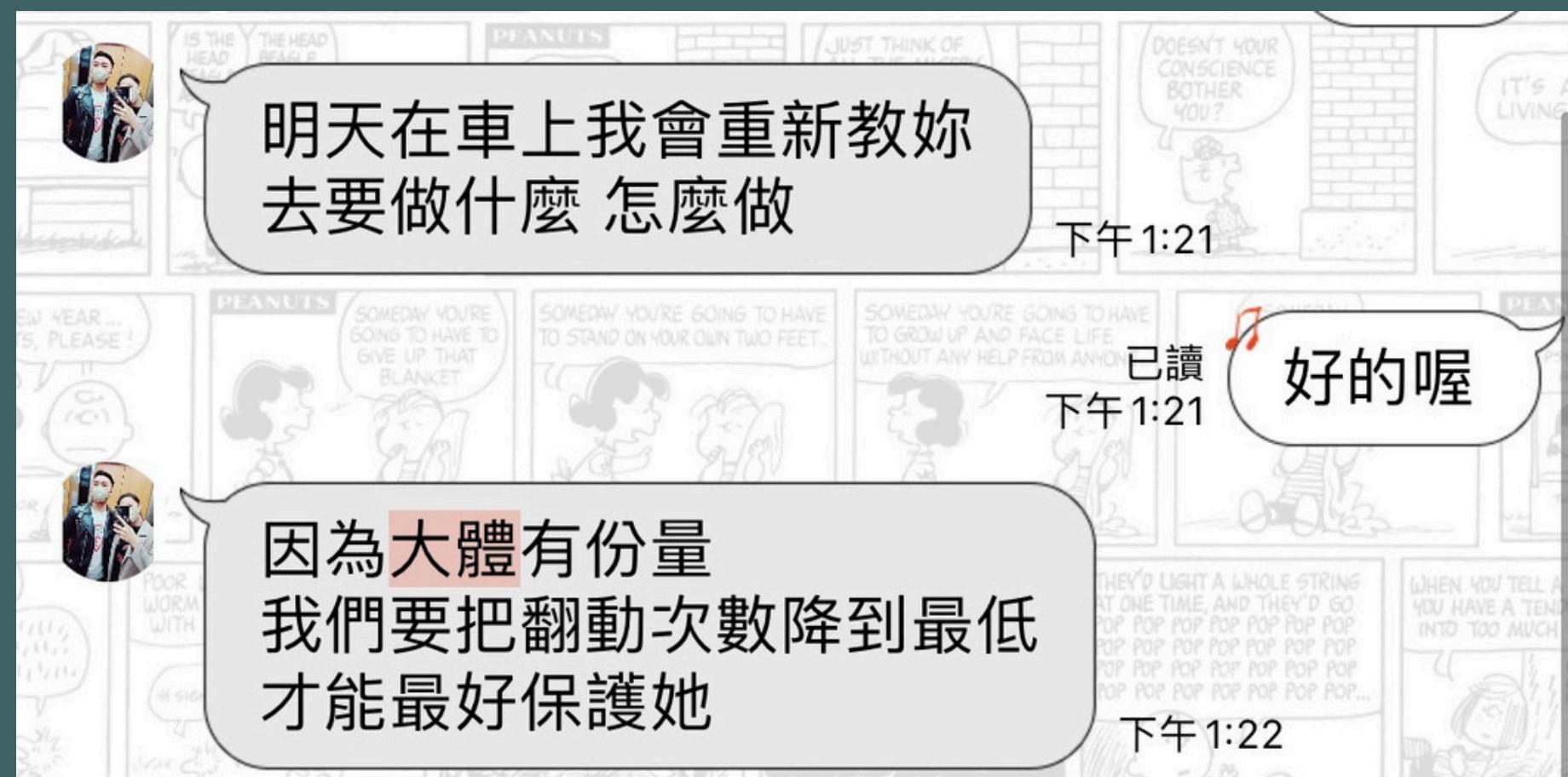
# 肆、花絮

# 學習片段

說明:在工作前認知禮體淨身知識



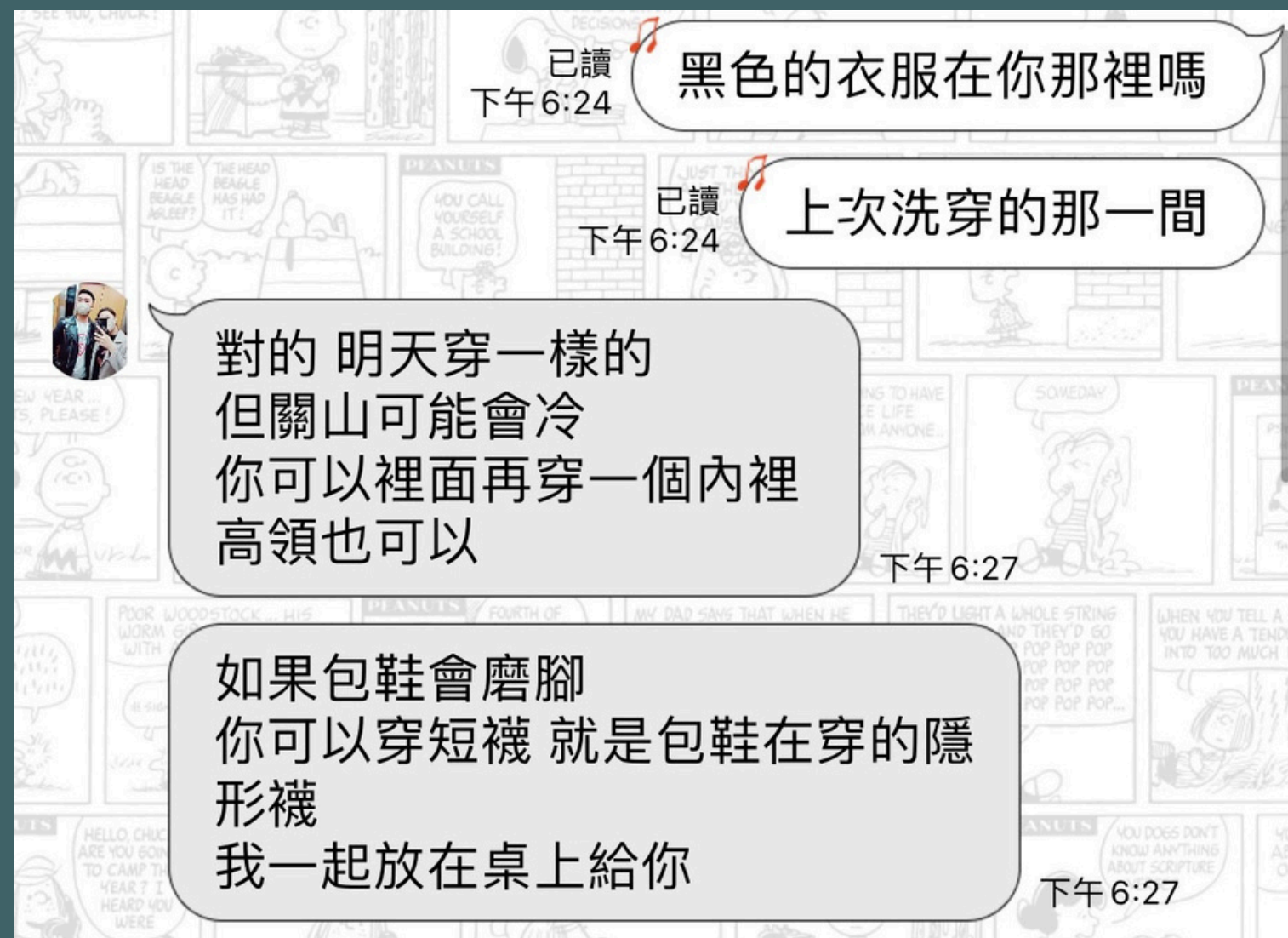
說明:在工作前討論最佳工作模式



# 肆、花絮

## 學習片段

說明:在工作前確認衣服穿著及記錄工作流程



屍袋拉開 蓋浴巾  
剪掉衣服  
合作翻身將屍袋拿掉  
副手檢視傷口並告知  
大體打濕  
副手問精油 (若無加購精油可直接去邀請家屬)

家屬入場  
正手說明注意事項  
正副手於腳邊向大體鞠躬  
淨身開始  
沐浴、沖、擦乾、擦精油  
淨身結束，請家屬退場

泡沫洗機台，沖機台，架好蓮蓬頭開水，準備泄水  
先把水源處關掉，水管拔掉拉出去  
機台內的水踩排水排出去，擦乾機台



謝謝觀賞

