

「SOUL Keeper 義·遊·團」

服務計劃

童軍知友社於2025年9月至2026年4月期間舉辦「SOUL Keeper 義·遊·團」服務計劃，共招募20名中學生參與，透過 SOUL Keeper 證書培訓課程、體驗活動、探索台北精神健康服務和手法，讓計劃成員掌握「自我關懷、彼此關顧」的概念；並於本年1至4月籌備和推行，以「關顧青少年精神健康」為主題的義工服務，建立精神健康友善社區。

文 童軍知友社
馮藹熙、周倩文、莫偉倫

該計劃分為三個階段進行：

參與「友善社區 — SOUL Keeper 精神健康守護者證書課程Level 1」

第一階段讓計劃成員參與「友善社區 — SOUL Keeper 精神健康守護者證書課程Level 1」，認識青少年精神健康守護者的理念，學習「及早辨識、及早介入並加以支援」的技巧和方法，掌握「自我關懷、彼此關顧」的概念，從而成為自己及他人的精神健康守護者。

參與SOUL Keeper 精神健康守護者證書課程（Level 1）

第1階段



體驗本社「SOUL Keeper 精神健康守護者體驗館」活動



到訪香港心理衛生會賽馬會恆健坊，認識香港支援青少年精神健康服務



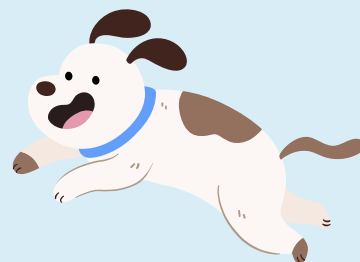
參與花花姐姐工作坊，體驗和學習如何帶領兒童參與活動，感受到「陪伴」和「創意」



森林浴活動，體驗大自然療癒的力量



認識「動物輔助治療」，親身感受治療犬帶來療癒、如何讓人釋放壓力並感到放鬆



於香港及台北進行探索、體驗和學習

第2階段

第二階段，計劃成員於香港及台北進行探索、體驗和學習多種關顧青少年精神健康的方法，並將所見所聞與實踐結合。



到訪台北的大學，參加了由公民教育與活動領導學系安排的社會情緒學習（SEL）活動，學習自我關懷的方法



探訪精神健康基金會，從腦科學角度了解精神健康議題



兒福聯盟專業團隊和青少年分享支援有自傷行為青少年的策略和工具



體驗張老師基金會「笑吧校巴！環島計劃」部分活動內容

第3階段

構思及籌備以「關顧青少年精神健康」為主題的義工服務

第三階段，計劃成員構思及籌備以「關顧青少年精神健康」為主題的義工服務，於4月舉行的「香港童軍115周年國家安全暨軍樂匯演嘉年華」活動中，透過「情緒放大鏡 — DeeDee偵探社」攤位活動，結合文字訊息及科技遊戲，向參加者傳遞「自我關懷、彼此關顧」的訊息。



「情緒放大鏡 — DeeDee偵探社」攤位籌備會議



「情緒放大鏡 — DeeDee偵探社」營業中