



社會福利署資助服務  
Subsidised Service by the Social Welfare Department



# 長康通訊

2024年10月號

# 樂活

探索及發展潛能

展現朝氣與活力

# 長康





# 院長的話

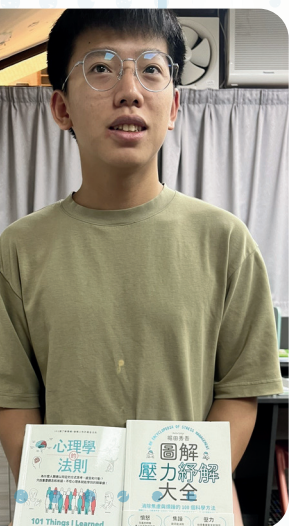
長康宿舍一直致力於為我們的舍友創造一個溫暖、充滿活力且富有啟發性的家。我們深知，每位舍友的需求都在不斷變化，因此我們也在持續思考如何更好地支持他們的全面成長和發展。

近年來，我們在保持「自律、有品」傳統的基礎上，致力於打造一個更具人情味和包容性的環境。我們重新設計了寢室，在有限的空間內巧妙平衡個人隱私和安全需求，目標是創造一個「具活力、時尚且舒適」的生活空間，讓舍友們能夠真正放鬆身心，專注於個人成長。此外，我們正積極籌備宿舍飯堂的優化工程，希望為舍友提供一個多功能的舒適空間，不僅適合用餐，還可以用於學習、社交和放鬆。這些努力都旨在讓舍友們更深刻地感受到這裡就是他們的第二個家。

我們深信，一個充滿關愛和支持的環境對舍友的成長至關重要。因此，我們大力推動「關係為本」的介入方向，努力建立互助互持的氛圍。我們希望長康宿舍能成為舍友們的「宿舍島」——一個安全、穩定的港灣，讓他們在此安心成長，「探索及發展潛能」、「展現朝氣與活力」。

每期的通訊都是我們團隊用心製作的成果。它不僅是對我們服務的回顧和總結，更是為舍友們記錄珍貴回憶的方式。正如暑假剛上映的電影「\*\*玩轉腦朋友2」\*\*所闡述的，我們希望這些點點滴滴的回憶，能成為一個又一個的「核心記憶球」，幫助舍友們建立自信，形成正面的價值觀，找到生命的意義。這些記憶將成為他們未來人生道路上的寶貴財富，指引他們面對挑戰，實現夢想。

每當我們看到通訊中舍友們燦爛的笑容，參與各種活動時的熱情，以及結業禮上精彩的表演，我們都感到無比欣慰。這些都是舍友們在長康宿舍成長、蛻變的見證。更重要的是，這些經歷正在塑造他們成為更好的人——富有同情心、具備批判性思維，並且準備好為社會做出積極貢獻。



## 劉鋼





# 好物分享

長康宿舍相信每一位青少年都是獨一無二的，瞭解他們的需要，並給予適切的支援，可以令青少年更加健康地成長。透過「好物分享」，我們希望更多人明白青少年的成長需要，藉此與他們在成長路上同行。

院長於今期通訊提及「宿舍島」、「核心記憶球」等詞語，其實是來自彼思與迪士尼的《玩轉腦朋友》電影系列，當中以動畫的形式講述青少年在成長過程中的情緒變化和自我形成，而每個電影細節都有心理學依據，不論是親身到戲院觀賞電影，還是瀏覽網絡分享平台的電影解析，相信都會令你對青少年的認識有所增加。以下將會分享一些在電影中曾經出現的概念。

今期推介：  
電影  
《玩轉腦朋友》



## 電影概念：情緒專員 與 記憶球

在2015年的《玩轉腦朋友》及2024年的《玩轉腦朋友2》中，電影透過代表不同情緒的擬人化角色(情緒專員)去讓我們明白情緒、行為及思想的相互影響。而劇中亦多次透過情緒專員交換控制權的情節，去解釋情緒會如何改變我們的行為和想法，繼而影響我們的日常生活表現。另一方面，電影以不同顏色的記憶球代表過去的回憶及當時情緒，並利用核心記憶球的概念去說明自我的形式。而劇中曾透過改變記憶球顏色的片段，告訴我們過去的回憶不能改變，但我們可以學習接受及改變自己，讓自己生活得更好。電影細節饒有趣味，對電影或青少年的成長感興趣的話，這部電影值得一看。





# 家舍講場

舊嘅唔去，新嘅點嚟？  
在過去的半年，  
仁舍有一半的成員離開，  
新人事沒有新作風，  
仁社仍然能保持和諧及互相尊重的氛圍，  
我亦希望仁舍能成為舍友的避風港，  
為舍友遮風擋雨。



# 仁社



# 義社

在義社，我們最重視義氣和團結。共享美食，共同玩樂。我們不只是舍友，更像是家人，彼此支持，共同成長。義氣讓我們團結一心，更讓我們走在一起克服挑戰，未來的日子德sir期望與您走更遠的路。







# 家舍講場

看著禮社一點一點的我跟你  
似是套幾千分鐘的對手戲  
活動後 編織印記 立體照片 去讓它佔領

有沒有一天心思去試一試  
願意閉上眼睛呼吸的心機  
再次一瞬間 於一刻變化 的你

「以禮社命名」



# 禮社

智社經過上年度各種的轉變和整合之後，已逐漸穩定下來，一眾舍童亦已經適應智社的新風貌。智社會繼續以不同形式的家社活動（例如：戶外活動、「好人好事」獎勵計劃及社集會），藉此增加社內凝聚力，並建立一個「和諧」及「包容」的家社。



# 智社



# 重要活動

當宿舍一年一度的盛事遇上七一回歸這個重要日子，究竟會發生什麼事?? \(\odot/\ \odot/\)



在結業禮上，同工以遊戲和短片的形式，與舍童回顧這一年的生活點滴。當中舍童在新家舍模式下的變化，亦透過投影機在同工和舍童的眼前中重現。

每個家舍對於這一年的宿舍生活也有不少感受，而舍童在社主任的協助下，嘗試將心中所想化作一段段的影片在結業禮上分享。 ✧ \(\odot/\ \odot/\) ✧



# 結業禮精彩回顧







我們期望為來到長康宿舍的舍友創造一個舒適和溫暖的環境。透過在宿舍環境運用上的巧思，新舊舍友間的正面互動，讓新加入的舍友更容易感受到長康宿舍的歡娛氣氛，順利地在宿舍安定下來，並繼續克服各種成長挑戰。



「Welcome Home!」

咖啡拉花工作坊



我們相信青少年的潛能是無限的，給予探索的機會和成長的空間，他們的生活可以變得更有朝氣、更有活力。



舍友日常鮮有接觸咖啡拉花的機會，亦對咖啡師的工作缺乏認識。透過咖啡師分享其工作經驗，亦嘗試在咖啡師的指導下，製作屬於自己的咖啡。這段探索過程在舍友的成長上亦留下別具意義的紀錄。

# 活動花絮



## 西九藝遊

藝術與生活息息相關，仔細地留意日常生活中的細節，更可以啟發對美好事物的追求。宿舍致力探索社區上的資源，擴闊舍友在生活上的體驗。走進西九文化區，觀賞M+博物館內的視覺藝術展品，透過讓舍友置身於藝術空間，感受不一樣的生活。



可曾想像過科技發展對日常生活的影響？懷抱著對生活的好奇，與舍友走進香港創科展一起尋找答案。展品主題由生活小事到城中熱話，實在包羅萬有、不勝枚舉，令人想到科技早已融入生活之中。當中舍友與參展學生的交流則更加珍貴，令舍友感受深刻。



## 異想 · 日常

# 活動花絮





人類閱讀計畫



新生適應之必要



媽Me Time·調香體驗工作坊



義社與貓同樂



學習智多Fun



仁仔War game體驗



生日會



禮社人-朱古力之戰



智社共聚大澳

# 相片集



# 同工分享

在長康宿舍工作了廿一年的社工經歷中，曾經面對過不同價值觀的受助者和家長，當中若果他們能以正面的態度面對現實及自身的問題，肯接受宿舍的服務，有接近七成的受助者能合理地與家人相處，最後能返回家與家人生活。

子女在出生後接受父母及外間事物的薰陶，父母責無旁貸需承擔在管教上的責任。有父母訴說要生活，搵食，沒有時間去管教，這是推卸的說詞。每個人需要為自己的選擇承擔責任。有父母埋怨這是兒子的問題，不學好，我這樣教他，有錯嗎？在成功的經驗中看到，有父母肯放下自己的「尊嚴」，肯面對自己在管教上的錯誤，能接受以對等的態度與兒子溝通、相處，改變自己過往以為「對」的觀念，讓「變壞」的兒子能重新感受父母正面及愛的關顧，他們才會作出改變，對父母才會給予接納。

家庭關係，沒有「理」可「拗」，只有「愛」。父母能懂得放手，在有底線下不要「過份管控」，繃緊的關係才有望舒緩。所謂「有容乃大無欲則剛」，希望可以令看者作出思考。

鄭劍鋒 社工



袁志方

大家好，我係社工袁Sir。  
曾經籃球是我的唯一，而現時我喜歡旅遊，體驗世界不一樣的生活，學習不同的文化，增廣見聞。期望將我的生活態度及人生經歷與大家交流及分享！



盧紹毅

長康宿舍的各位好，我係新到職的文書主任盧Sir，負責宿舍日常運作、行政及財務工作。我是一個1人，希望能與大家真誠相處。在閒暇時，我喜歡閱讀、看電影和探索大自然。



劉亦琪

大家好，我係亦Sir。  
香港七百萬人，而我哋嚟呢個地方相遇，都係一個緣份。不如我哋一齊珍惜呢個機會，一齊成長一齊進步。期待可以同大家有更多交流！



吳以德

大家好，我係德sir。  
時間飛逝，原來我黎左長康宿舍1年1個月零1日了~大家都長高了，而我則增磅了。期望與大家一起成長和學習！

認識我們

# 長康天地



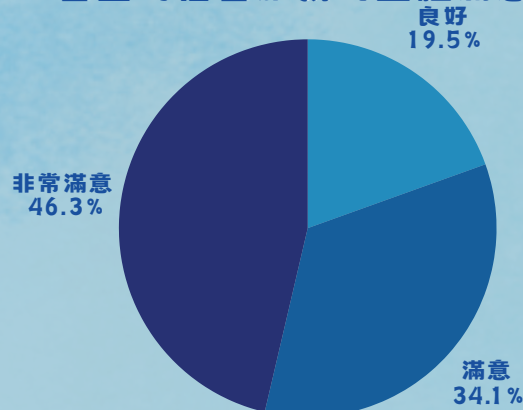
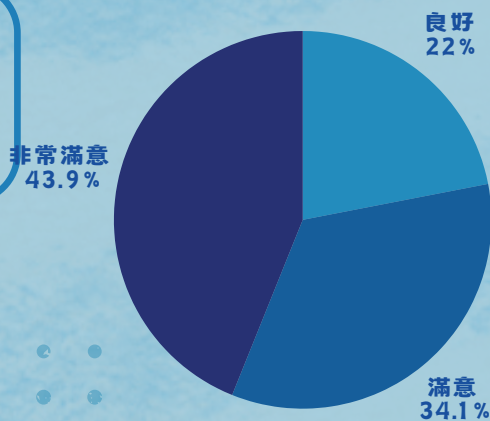
# 對宿舍服務滿意程度調查問卷

(2024年4月至2024年10月)

## 長康宿舍住宿生活及滿意程度調查問卷(舍童)

### 舍童與宿舍同工及社工相處的經驗

### 舍童對宿舍服務的整體滿意程度

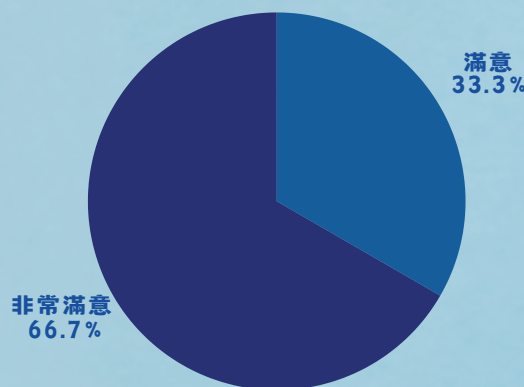
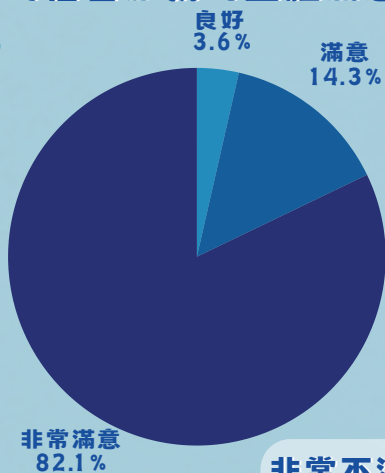


非常不滿意 滿意 非常滿意

## 長康宿舍住宿生活及滿意程度調查問卷(家長/社工)

### 家長對宿舍服務的整體滿意程度

### 外間社工對宿舍服務的整體滿意程度



非常不滿意 滿意 非常滿意

香港扶幼會 長康宿舍

地址:新界青衣長康邨康豐樓地下

出版:香港扶幼會長康宿舍

顧問:劉鋼院長

編輯及校對:出版及公關小組

印刷量:200份

電話:2495 0000 傳真:2435 3950

電郵:info@sbcchh.org.hk

網頁:http://www.sbcchh.org.hk