

澳門青年指標 2020 社會調查

(摘要)

教育及青年發展局（原教育暨青年局）自 2008 年開始，每兩年一次進行“澳門青年指標社會調查”，期望透過調查，更全面地掌握本澳青年的狀況，從而讓青年工作能更好地回應澳門青年發展需要，2020 年委託澳門旅遊學院進行“澳門青年指標 2020 社會調查”。

是次調查內容涉及八個領域 33 項青年指標，調查對象為澳門 13 至 29 歲青年，問卷調查於 2020 年 1 月至 9 月期間分兩輪進行。首輪問卷調查於 2020 年 1 月啟動，採用“自填問卷”方式派員到抽樣之本澳中學及部分高校進行調查；其後因受新冠肺炎疫情影響，調查工作於本澳學校停課期間中止，並於其後再以“街頭訪問”方式開展第二輪問卷調查，收集第一輪問卷調查所不足的高校學生問卷以及訪問在職青年。最終取得 1,961 份有效問卷，其中，中學生佔樣本量的 20.3%、大學生佔 30.29%、在職青年佔 49.41%。

一、調查結果重點

1.1 “身心健康”領域

調查結果顯示，有 72.6% 的受訪者平均每天睡眠時間（不包括午睡）達到 7 小時及以上，而總體平均睡眠時間為 7.26 小時，基本達到美國睡眠基金會推薦的可接受睡眠時間 6 至 7 小時（14 至 17 歲為 7 小時、18 至 25 歲以及 26 至 64 歲均為 6 小時）。然而，在所有受訪者當中，以 16 至 18 歲年齡層的受訪青年的平均睡眠時間最少，只有 6.91 小時，存在輕微睡眠不足的情況，其他年齡層的受訪青年平均睡眠時間均達到 7 小時以上。另一方面，受訪青年整體平均睡眠質

量評價為 3.20 分，較 2018 年調查結果的 3.06 分略為上升，但仍屬一般水平，由此可見，本澳青年睡眠時間基本達標，但睡眠質量仍有改善空間。

受訪青年整體平均生活壓力程度為 3.14 分，與 2018 年調查結果一樣，屬於中等水平。而無論是中學生抑或是大學生和在職青年，家庭壓力同樣成為其首三項主要壓力來源之一，至於其他主要壓力來源則隨著身份轉變而有所不同，分別有學業、經濟、朋輩和工作等。另一方面，受訪青年的整體平均生活快樂程度為 3.64 分，平均生活滿意程度為 3.50 分，兩者均較 2018 年調查結果的 3.40 分及 3.32 分上升。反映本澳青年在生活上都持續有較正面的快樂和滿意程度。當中以 13 至 15 歲年齡層受訪青年的生活快樂程度最高，有 3.83 分。

1.2 “教育與培訓”領域

有 71.1%的受訪青年表示在疫情前一年曾離澳，當中中學生有 78.9%，大學生有 75.4%，比例顯著高於在職青年的 65.2%。受訪青年離澳到外地的目的以觀光旅遊、生活體驗及交流考察為主。到訪的主要國家或地區，依次以內地（粵港澳大灣區除外）、台灣地區、香港地區、粵港澳大灣區城市（港澳地區除外），以及東南亞地區為主，分別佔 45.2%、42.9%、37.4%、37.0%及 31.4%，前往歐美的則有 16.1%。其中，超過六成受訪青年同意能加深對當地歷史文化、社會發展、人民生活等方面的認識，同時亦可拓寬視野。

1.3 “勞動力與就業”領域

語言技能方面，97.2%受訪青年掌握／會說廣州話，其次是普通話和英文，分別有 93.9%和 78.6%，會說葡文的有 9.7%。至於受訪青年最想增強的語言能力是英文（有 82.3%），其他依次為普通話（有 25.5%）、葡文（有 19.4%）及廣州話（有 7.9%）。

創業意願及環境方面，受訪青年的平均創業意願為 3.07 分，較 2018 年的 2.93 分略有上升。對創業環境的評分為 2.90 分，評價略低於 3 分，此與澳門創業活動研究 2019 報告中“創新環境指數”較低的結果相吻合。另一方面，調查結果發現創業青年的抗逆力較強，當創業受訪青年面對毫無希望的事情時，與非創業受訪青年相比，不放棄的態度更為堅決，也更相信困難是可以解決，反映創業青年在面對和處理困境的心態更為積極樂觀。

1.4 “文娛康樂活動”領域

受訪青年過去一星期平均每天用在閱讀書籍的時間最多，為 1.74 小時；其次為閱讀報章，為 1.06 小時。至於閱讀方式，主要以手機為主，有 81.2%；通過電腦和實體刊物閱讀的比例相約，分別有 35.2%和 34.2%；透過平板電腦閱讀的比例則有 27.5%。與 2018 年調查結果相比，受訪青年通過以手機及平板電腦閱讀的比例分別上升了 10.9%和 8.6%，反映了青年的閱讀方式很大程度已傾向電子化。

網絡使用方面，受訪青年過去一星期平均每天的上網時間用在社交網站的最多，為 2.49 小時，較 2018 年調查結果上升 0.33 小時；其次是用於輔助工作或學習（不包括網上上課），為 2.46 小時，較 2018 年調查結果上升 0.03 小時。

體育活動參與方面，有 81.0%受訪青年過去一年有參加體育鍛鍊，當中，有 40.0%平均一星期進行 1 至 2 次鍛鍊，23.4%平均一星期進行 3 至 4 次鍛鍊。受訪青年鍛鍊的時數以 1 至 2 小時最多，有 40.3%；其次是 30 分鐘至 1 小時，有 39.2%。

1.5 “公民義務與社會參與”領域

社會參與方面，有 38.9%受訪青年在疫情前一年曾參與社會活動，當中，以參與“公益活動”最多，有 84.9%；其次，通過不同渠道“對政府政策措施／社會議題發表意見”的則有 15.7%。與此同時，有 27.6%受訪青年曾對青年相關政策發表過意見，較 2018 年調查結果的 12.5%明顯提升。另有 26.4%受訪者在疫情前一年曾參與義務工作，當中，最常參與的義務工作是“探訪”（有 41.6%）；其次是“賣旗”（有 41.4%），以及“推行學校／社區活動”（有 36.1%）。

關於環境保護方面，受訪青年對特區政府推動環保工作滿意度的整體評價為 3 分，較 2018 年度的 2.53 分上升。逾半數的受訪青年認同澳門現時較重要的環保工作是“資源回收”（有 59.9%）、“垃圾分類”（有 59.0%）、“宣傳教育”（有 56.5%）及“環保政策”（有 52.3%）。而最受關注的首五項環境問題依次為“空氣質量”（有 66.9%）、“噪音水平”（有 42.1%）、“垃圾回收”（有 40.8%）、“廢棄物處理”（有 37.1%）及“光污染”（有 35.0%）。至於受訪青年願意為保育環境所作的付出，首五項依次為“自備購物袋”（有 73.6%）、“自備水樽”（有 61.8%）、“節約用電”（有 57.0%）、“不浪費食物”（有 53.1%）及“節約用水”（有 52.6%）。

1.6 “價值觀”領域

“教育價值觀”方面，在受訪青年當中，逾九成受訪青年偏向認同“學校的教育對個人成長有幫助”（有 92.9%）、“整體澳門人的知識水平正在不斷提升”（有 92.0%）、“學歷會影響一個人的前途”（有 92.7%）、“政府投放的教育資源有助於鼓勵個人增長知識水平”（有 95.0%）。調查結果反映本澳青年對教育的重視程度以及對澳門政府在教育方面投入的肯定。

在“就業價值觀”方面，有 90.5%受訪青年偏向認同“當選擇工作時，第一個考慮因素是薪酬”，較 2018 年調查結果上升 6.0%；與此同時，分別有 85.3% 和 80.1%受訪青年偏向認同“你清楚自己現時／將來的職業取向”及“本澳就業市場充滿機會”，較 2018 年調查結果分別上升 2.4%和 12.0%，反映本澳青年雖然普遍仍注重工作的薪酬待遇，但其就業價值觀正逐漸轉變，並較過往更清楚認識自己未來職業發展方向，同時，亦反映受訪青年對本澳未來的發展較有信心。

愛國愛澳一直是澳門社會的核心價值觀，調查結果顯示，逾九成受訪青年偏向認同“澳門作為以中華文化為主流的地方，傳承和發揚中華傳統對社會有正面影響”（有 90.2%）、“國家的綜合國力（包括外交，國防，經濟以及科技等）正不斷提高”（有 91.7%）及“每個國家的國民都應該尊重自己國家的國旗和國歌”（有 92.6%）。反映本澳青年的國家認同感較強，並擁有繼續深入了解國家發展的意願。當中以 13 至 15 歲年齡層的受訪青年對國家認同度最高，其次是 16 至 18 歲及 25 至 29 歲年齡層的受訪青年。一定程度上反映了特區政府在愛國愛澳教育工作上的成效，尤其在處於非高等教育階段的青年成效更為顯著。

1.7 “消費與生活質量”領域

至於收入方面，中學生、大學生及在職青年的收入中位數分別是 700 元（澳門元，下同）、2,000 元及 18,000 元。此外，有 21.0%受訪青年有兼職，當中，13.6%是中學生，68.9%是大學生，17.5%是在職青年。至於兼職收入中位數為 1,000 元。

開支方面，最多受訪青年選擇的首三項開支依次是“飲食”（有 76.8%）、“娛樂消遣”（有 59.1%）及服飾支出（有 44.6%）。至於儲蓄或投資方面，有 81.1%受訪青年平均每月儲蓄或投資在 6,000 元及以下，有 6.1%在 6,001 至 8,000 元，有 12.9%在 8,000 元以上。

居住狀況方面，有 61.6%受訪青年居住於購置的私人樓宇，遠高於現時租用私人樓宇的受訪青年（有 20.2%），居住於經濟房屋的則有 9.3%。至於居住人數（不含受訪青年本人）平均為 2.7 人，中位數為 3 人。另有 41.4%的受訪青年需要承擔部分家庭開支，有 53.0%的受訪青年會分擔日常家務。

1.8 “社會環境與青年發展”領域

“博彩業發展與青年成長”方面，16.0%受訪青年在過去一年內有賭博，當中以男性、22 至 24 歲、大學生身份的受訪青年參與賭博的情況較多。另外，有 28.2%在 21 歲及以下的受訪青年在期間亦曾經賭博。

青年向上發展方面，受訪青年認為決定個人社會地位的因素依次為“職業地位”、“經濟能力”、“教育程度”、“社會貢獻”及“家庭背景”。另外，分別有 67.3%和 66.3%的受訪青年認為自己相對於父母輩“有更多開拓國際視野的機會”和“有更多接受教育和培訓的機會”，而認為“有更多發揮個人潛能的機會”以及“有更多職業選擇的機會”的則有 61.7%及 60.5%。

二、因應調查結果而提出的參考建議

2.1 調查結果顯示，本澳青年平均睡眠時間基本達到美國睡眠基金會推薦的可接受的 7 個小時基本睡眠時間，但睡眠質量仍有提升空間。因此，建議學校和家長多鼓勵青年養成良好的作息習慣。另一方面，由於來自家庭的壓力是受訪青年主要壓力來源之一，故強化有助家庭成員彼此之間交流和溝通的親職教育，幫助家庭成員及時發現問題，以及早改善其壓力和負面情緒。此外，政府亦應多關注學生的身心健康發展，推出多元評核，並加強跨部門合作，共同進行積極預防、教育和開展多方位的支援工作。而學校應多關注中學生

的功課負擔及其心理健康。考慮“經濟”及“工作”都是在職青年主要壓力來源之一，建議政府向在職青年提供更多生涯規劃以及就業方面的支援。

2.2 由於 2020 年受新冠肺炎疫情影響，過去一年，除內地與本澳之間能保持往來外，本澳往外地的交流活動幾乎停頓，基於相信未來一段時間，本澳青年到訪的目的地仍以大中華為主，因此，建議政府及學校應藉此積極開展並鼓勵青年多到訪內地，增加青年對國情的認識和了解。

2.3 語言技能方面，目前絕大部分受訪青年具備廣州話、普通話及英文的溝通能力，但掌握葡文的卻不足一成。澳門作為溝通葡語系國家與內地之間的橋樑，未來需要進一步加強本澳葡語專業人才的培養。

2.4 數據亦反映，受訪青年對澳門創業環境的評價偏低，建議政府相關部門、教育機構應提供更多元化的課程或培訓，尤其是提升青年對現時創業環境的了解。同時，為了讓青年把握粵港澳大灣區發展機遇，本澳的創新創業環境亦有待完善。

2.5 由於受訪青年上網用於瀏覽社交網站，以及用於輔助工作或學習的平均時間（不包括網上上課）有上升趨勢，而青年的閱讀方式日漸電子化，導致使用電子產品的平均時間有所上升。因此，學校及教育部門應持續倡導多元化閱讀並引導學生養成閱讀習慣，同時，建議政府通過資源整合，順應青年閱讀習慣，為青年提供更多閱讀的資源，如將電子圖書館與公共圖書館更緊密地整合起來，讓青年可快速搜尋感興趣閱讀興趣的書籍文章，持續以多元化的形式增進青年的閱讀興趣。另一方面，亦建議加強青年的網絡素養。

- 2.6 在鼓勵澳門青年參與社會活動和義務工作方面，建議政府、教育界和社會機構未來進一步推動青年參與社會各項活動，提升其社會責任感及承擔意識，使青年的生活更充實、更有意義。
- 2.7 本澳青年的整體價值觀積極及正面，對待國家、社會、精神和物質的態度和看法均體現良好的認知及道德水平。但基於現實，青年普遍對待金錢和就業的看法比較務實，並會結合實際情況進行選擇。建議政府、家庭、學校和社團組織應繼續引導青年建立正確的金錢和就業價值觀，並透過大力弘揚優秀青年個人事蹟來引起更多青年的共鳴，從而引導他們精神層面的成長。
- 2.8 調查結果顯示，無論是受訪的在職青年、大學生及中學生，在過去六個月，其選擇的首三位開支依次是“飲食”、“娛樂消遣”和“衣服”。同時，雖然受訪青年於2019年的收入有所上升，但與2018年的調查結果變化不大。由於新冠肺炎疫情給本澳經濟民生帶來重大的衝擊，尤其是勞動力就業和收入方面，故未來應加強對青年有關金錢管理的宣傳和教育，幫助青年樹立正確的理財觀念，提高其對突發事件的風險承受能力。另一方面，社會各界亦應勉勵青年要因應現實的環境情況，適當調整心態，對工作薪酬待遇須有合理期望。
- 2.9 政府部門、博彩企業和學校需要加強對青年的負責任博彩教育，對博彩活動有正確的認識。另外，由於大部分青年認為“經濟能力”和“職業地位”是決定社會地位的兩大主要因素，因此政府和社會應加大對青年宣傳教育，鼓勵青年通過服務社會來創造自我價值，同時亦應營造對社會有突出貢獻的個人及團體予以重視及尊重的社會氛圍，以鼓勵青年更多地服務和貢獻社會，提升個人的責任意識，此亦是增進青年向上發展的途徑之一。