



- Teacher training: Through providing training for key teachers, exchanging with outstanding teachers from Mainland China, and organizing curriculum professional development activities for school leaders, to provide supports in different aspects to school teacher in the course of this curriculum reform.
- Pilot scheme: To encourage school to take the lead in the implementation of curriculum framework and basic aptitude requirement so as to accumulate curriculum implementation experiences for the reference of other schools in Macao.
- Enrich curriculum resources: To strengthen the construction of curriculum website, improve the equipment for school teaching and develop local teaching materials continuously, thus providing overall supports to school teacher.
- Promotion: To promote the directions and focuses of this curriculum reform and development to the public, school, teacher, students and parents through different channels such as web page, promotional video and lectures etc.

5) Conclusion

Through the introduction of this article, I believe that you have a preliminary understanding on Macao's curriculum reform and development. The purpose of curriculum reform and development is to let every student learn how to learn, to develop their potentials in various aspects and to promote their all-round development towards quality education. Therefore, curriculum reform and development depends greatly on the support and aggressive participation of the public, schools, teachers, students and parents, for the non-tertiary education in Macao to develop steadily and continuously.

For latest news on this curriculum reform and development, you are welcome to visit the web page address below:

<http://www.dsej.gov.mo/crdc/mainnews.php>

Lok Weng Fai (Division of Research and Education Reform)

Excerpted from: «Teacher's Magazine» 35th issue, December 2011

04

生涯规划与终身学习

内容摘要：现代生涯规划学说起源于美国，而在内地、香港和台湾地区之发展亦已超过了二十年，只是澳门在近年才刚刚起步。生涯规划内涵丰富，实施方法具体可行，个人学习及专业服务形式多样。生涯规划是一个持续的学习过程，终身学习是实施生涯规划的必要手段。

一、前言

全球分工，区域融合，经济发展急速而动荡。知识主导，人材致胜，决定地区之可持续发展。尊重个性，以人为本，准确定位，人尽其才，生涯角色精彩演绎。

二、何谓生涯规划

中国古代就有类似生涯规划的概念。现代的生涯规划学说来自美国，起源于职业指导，至今大约一百年，并在上世纪50年代以后得到迅速完善和普及，成为咨询心理学的重要分支。广义的生涯规划涉及人的方方面面，狭义的生涯规划关注人的职业发展。

在欧美，生涯规划的理念渗透于各级教育和人事管理，有从事职业兴趣、能力、价值观评测和咨询的专业人员。在中国各地，以香港和台湾起步较早；由于就业形势紧张，内地也在高校推广职业辅导，职业指导师的培训和认证已有十年历史。

澳门近年经济发展蓬勃，教育水平不断提高，青壮年群体就业不难，但碍于产业结构所限，要做到学以致用、人尽其才也非易事。据早几年的调查数据显示，澳门的博彩业青年从业员的进修习惯尚未形成，惧怕外来竞争，因而有团体提倡生涯规划，希望协助更多人找到人生路向。

三、澳门亦开始推广生涯规划

生涯规划有着庞大的理论体系，但并不是一些空洞无物的说教，在应用层面，它提供的原则和方法具体而实用。然而，在起步阶段，澳门未有条件为全部学生上职业指导课，也缺乏一大批有经验的职业指导师，加上环境特殊，很多工具本土化的工作还需要有人去完成。

目前坊间惯常的推广方式是请知名人士讲理想，讲成长历程，讲未来展望，也有团体开展较大规模的问卷调查，透过传媒呼吁青年重视生涯规划。起步较早的团体则着手培训职业指导师，开设工作坊，组织企业参观、人物访谈、招聘会，建立大学生人力资源库、预约工作实习、整理澳门常见工种的岗位说明书、尝试推出咨询服务等。

活动项目似是繁多，推广力度却远远不够，最多只能解决部分燃眉之急。例如高中生如何正确选择大学学科，大学生如何为进入职场做好准备，在职青年如何善用余暇，积极进修等都是问题。生涯发展是人的一生当中连续不断的过程，需要反复地学习、探索、准备、实施、调整，所以也就离不开终身学习。

接第16页





四、也谈学习生涯规划

人不规划自己，就要被周遭规划。规划也非易事，生涯因人而异、因时而异、因地而异，每段生涯，独一无二。尽管如此，研究人员还是找到了一些规律，切实地协助人们少走弯路，降低风险，为社会多作贡献。首先是学习。感兴趣者可以自行了解，看看当中能提供怎样的帮助。如果喜欢阅读，互联网很方便，相关的文章不少，从不同的侧面描述生涯规划的定义、来由、发展、理论流派和代表人物、分析工具、实施方法等，也有一堆测验，有空不妨试试，增加学习趣味。

如果有毅力读一本专著，中港台都有不错的选择，外国就更不用说，讲授理论的、分析个案的、解答疑难的、激发斗志的、指导求职的都有。如果喜欢听课，估计机会越来越多，中港台有名家，本地有课程，网上有视频。如果喜欢聊天，可以预约本澳的免费咨询，或者购买外地的商业服务。

初时接触有关理论，会觉得有些概念似懂非懂，有些提法似曾相识，有些论述发人深省。在方法的层面，都离不开“认识自己—认识环境—设计方案—实施方案—评估方案—调整方案”这个套路，但当中每一步都蕴含着大学问。

以认识自己为例，要尽可能地清楚了解自己的兴趣、特长、学识、各种社会能力、性格、智商、情商、人生观、价值观、成就意愿等。很多人或有同感，即使工作多年，仍然不晓得自己喜欢甚么，擅长甚么，重视甚么，哪些潜能可以发掘，最终能够成就甚么。

幸而，业内已经准备了一系列的评测和设计工具，包括各种心理评测或游戏、往事回忆、生涯幻想、职业组合卡、生涯家谱、职业生涯策略平衡单、个人或集体咨询等，让职业决策更有根据。即使您暂时不打算寻求这种程度的专业辅导，我相信，您依然能够在生涯规划理论的学习、思考、交流中获益。

五、生涯规划编写人生蓝图

生涯规划的设计让人在职业发展乃至整个人生历程中更有方向感，更加主动、更有策略地迈向目标，更好地适应未来的各种转变，更好地扮演不同的人生角色。设计让人学习取舍，把时间、精力、金钱和其它资源合理地分配在不同的工作、学习、余暇项目上。

还有一点必须澄清，生涯规划是当事人的人生蓝图。人最了解自己的愿望，也具备克服困难的能力，能够设计出最合理的方案，并对自己的决定负责。职业指导师的职责是细心聆听，严加保密，理解尊重，不作价值判断，适时引介方法，扮演镜子角色，让人理清思路，并且从旁协助，绝不代人规划，希望大家对此不会感到意外。

做不到终身学习，生涯规划只是空谈。学习的目的和策略可能很多，生涯规划的学习策略是学以致用，鼓励人们将学习跟个人的兴趣、能力、职业、目标结合起来，选择性地学，有目的地学，专注地学，为提高专业水平而学，为演好生涯角色而学，为迎接环境转变而学。

磨刀不误砍柴工，学好专业知识，若能提高效率，“工作忙”就不应再是拒绝学习的借口。如果培训提升个人技能，即使占用私人时间，甚至自己支付学费，也不应斤斤计较。有人说学习是最划算的投资，日本学者有321理论，花30%的时间，20%的金钱，参加排名前10%的课程，即使学费昂贵也物有所值。我看，读书是最便宜的娱乐，是优质的免费学习资源，网上地面同样丰富。有人提议每年读书五十本，犹太人、俄罗斯人做到了，美国人在努力，试问澳门人还差多远？

六、结语

一国两制之下的澳门，有中央政府的支持，有庞大的外来投资，提供了不少优质就业岗位。随着教育水平的不断提高，区域合作的持续展开，本地产业适度多元化，必将为本地居民开拓更广阔的职业发展空间。生涯规划在澳门虽然起步较晚，但这里有其独特优势，诸如经济自由，资讯流通，出入边境方便，社区网络完备，注重机会平等；若能获得各方重视，凝聚各方力量，则不难迎头赶上，齐来造福未来。

梁焯庭(澳门中华新青年协会副会长)

摘自：《终身学习杂志》第十七期, 2010年8月

