

在21世纪的今天,生活在水泥森林中的人们关系却越来越疏远,随着信息化、网络化的发展,似乎只需要在显示器前敲敲打打,就可以搞定一切。人与人之间总有一层隔膜,沟通竟然成了彼此间的一种奢望。但一位朋友告诉我,自从他参加了一次拓展训练以后,他懂得了信任的重要,懂得了合作的重要,懂得了团队的重要。拓展训练有这么神奇吗?在一般人眼中,它不就是一种军训,或者说就是一场游戏吗?带着这些疑惑,我们走近了“核桃”,一位从事拓展训练教练工作5年多的“过来人”,让他来为我们解答。

晚报记者 韩娟 实习生 李曦



伸出手 我们是伙伴

当上教练后,更明白集体的含义

看过章子怡的新片《非常完美》的人都会记得其中一个细节,章子怡在戏中为了夺回被抢去的未婚夫而展开连场争夺战,设计向范冰冰报复,而其中一场两人斗攀石墙戏中,子怡幻想情敌范冰冰中了她设计的陷阱,结果从高空倒地受伤,搞得一条腿骨折,这其实是范冰冰在为她系绳索的时候在绳扣上做了手脚。虽说是电影中的情节,不过对于攀岩和其他拓展训练的项目来说,安全是第一位的。核桃说,当上了教练后,不仅让他更明白集体的含义,还更明白了自己肩上的使命的职责,因为他要保证每一个学员的安全。核桃解释说,他们每个教练都有红十字会急救员资格证,平时会十分注意学员的安全问题。从2004年到现在,他已经在这个岗位上做了5年多,到目前为止还没有出过什么意外。只是有一次有惊无险的经历,令他到现在都记忆犹新。

拓展训练,是精神上的一种超越

和以前的工作不同,“教练”的工作让核桃每次活动的时候都能见到形形色色的人,即使是同一个人每次见到也会有不同的变化。正所谓活到老,学到老,见的人多了,就能汲取每个人长处,而改进自己的不足了。参加拓展训练,不仅对体能是一次考验,在精神上也是一种超越。“就拿毕业墙来说吧,要完成这个项目,就必须有人甘愿为他人做梯,4.2米高的墙只有人踩着人才能上去。

“那是在今年的7月底,我带团去素有北国第一漂的三门峡淇河进行军事漂流。由于淇河长度长、流量大、险滩急弯多,又逢当地进入汛期,河水比平时大很多,出于对学员安全的考虑,我立刻将船艇靠岸停下,并大声呼喊,让后边的队员注意安全。”可是就在这个时候,两个来自南阳的学员在慌乱中一不小心滑入滚滚流水中。危机时刻,核桃奋不顾身,跃入水中,最后终于将这两名学员救了上来。核桃勇敢救水学员,感动了在场的所有人,大家都不约而同地为他鼓起掌来。两名获救学员对核桃十分感激,一直拉着他不让走,说是非要好好感谢他,被核桃拒绝了。

“我当时是想都没想,就去救人了。”核桃说,“这已经是一种下意识的行为,做了这么长时间的拓展训练,我深知自己肩上的责任。”

可如果来组团的人是同一家公司的但关系不和,或是互不相识,怎么办呢?那必须摒弃前嫌,真诚对待,互相信任,成为朋友,从不和到和睦,从认识到认知,才能顺利过关。队员也要懂得什么叫执行力,什么叫团队合作。这些体会拿到工作和生活中也同样适用,同样会受益匪浅。



改变,使自己变得成熟

放弃以前简单的工作,转为做比较辛苦的教练工作,生活一定会有很多变化吧?“最大的改变就是家庭了”,核桃笑着说,“起初我老婆并不支持我做拓展训练教练。因为以前的工作就是天天不回家,出门在外的时间比在家的时间都多,辞去上份工作后,老婆以为会换个轻松点的工作,谁知现在做了教练后在家的时间更少了。她经常埋怨我怎么这份工作又是这样,既然都不顾家,那何必放弃以前待遇优厚的工作呢?”说到这里,核桃呵呵一笑,说:“以前刚工作的时候认为自己什么都懂,什么都能干,其实人外有人,天外有天,自己是很渺小,很微不足道的。那时候很自闭,也不爱和人讲话,就连过节回家见了老丈人也不知道说什么好。可是自从走上拓展训练的道路以后,真的是开阔了眼界,打过交道的人多了,了解的事情就多了,知识自然也就越来越丰富,性格也变得开朗起来。感觉自己明显比以前成熟了许多,像是个男人了。家人欣慰地看到了自己的转变,也就十分支持我的工作。”

一个人最开心的莫过于自己的工作 and 兴趣能结合在一起,“核桃”现在就是如此。他说,有了家人的支持,自己的干劲儿更大了。同事之间相互理解,一起努力,现在做起来也是得心应手,过得十分开心。

在游戏中,人们懂得了相互合作

2004年7月,那时的核桃还没有人喊他“教练”,他只是在一个某通讯公司上班的职员,和许许多多的职员一样,每天过着朝九晚五的生活。接触拓展训练,还要从公司集体组织员工参加的那次活动说起,那时候拓展训练在郑州还算是新兴事物,大家对这方面也不是很了解,都以为是去玩。核桃说:“我记得很清楚,我们一共142个人,其中只有8个是男的,理所当然的是我们几个男的在墙下做支撑点,把团队中的每一个人都托举过去。

可是头一天下了一场大雨,再加上墙底下又都是小石头,踩在我们几个人肩膀上的脚都是泥水混着石子,十分疼,但感觉自己的队友一个个从自己的身上爬过,真的好有成就感,虽然很累甚至被踩得很痛,但我们做人梯的也没有什么抱怨的。一开始也没注意,后来托的人多了才发现我们穿的迷彩服肩膀的那个部分已经都磨烂了,血肉模糊,还一直在滴血。但是为了完成任务,我们几个必须坚持到底。”

正是从这次拓展训练归来,使得核桃渐渐爱上了“拓展”这项新鲜事物,也认识到拓展绝不仅仅是一项游戏这么简单,不但能锻炼一个人的身体,还能让人们懂得相互合作,加强团队意识,更能使一个人思想得到升华。于是核桃利用业余时间自学拓展训练课程,学成以后就放弃了以前待遇优厚的工作,彻底投入到拓展训练中,成为了一名专业的拓展训练教练。

房产/生活资讯 郑州最大的实用资讯互动平台 找信息看晚报 刊广告登晚报 信息服务热线:63396000 24小时广告刊登热线:63399000 67655128

感恩中秋

郑州晚报分类广告 超值大礼真情回报

一、特价栏目天天有,每行10元
 每周一:“招商加盟”特价栏目
 每周二:“二手车辆”特价栏目
 每周三:“招聘求职”特价栏目
 每周四:“房产信息”特价栏目
 每周五:“征婚交友”特价栏目
 (此栏目特价仅限刊登基本块50元)
 每周六:“美食搜索”特价栏目

二、特惠栏目每天每行9元起
 夕阳红、电脑服务、求职求购、旧货回收、礼品回收、机械物资、锅炉采暖、庆典礼仪、印刷包装、机票代理、网站建设、陪练服务、二手车等广告栏目,包季700元,包半年1300元,平均每天每行9元。

三、超值大礼免费送
 1、驾校信息、汽车租赁、贷款、典当、家政服务、防水治漏、疏通钻孔、家电维修、医疗药品、起名改名、婚介服务、咨询代理、商标专利、法律服务、商务礼仪、设计施工等广告栏目,刊半年免费赠送一个月。
 2、一次性签定包季以上的客户免费赠送2010年《郑州便民信息大全》价值100元的广告,黄页展示,包含大量市民所需的实用、丰富信息,有较高的保存价值。
 3、《通通有》消费指南免费刊登40字以内行状招聘、求职、个人房产、二手商品、征婚交友信息。

房产中介
 ★好老师房产 63848778
 ★我爱我家 65710457 租售加盟
 ★二手房买卖租赁 68017282
 ★海洋不动产 66666696

楼盘销售
 ★金牌办房产疑难 13383822616
 ★西区现房 1180元起 67197391
 ★专办房产疑难证 13837196666
 ★炮校双气好房 68017282
 ★天韵和城 1600教师余房 67823098
 ★西流湖特价现房 67826026
 ★售郑上路二化职工住宅 60120688
 ★交警二大队双气 68017282
 ★40中旁现房 3300起 13703866977

写字楼租售
 ★写字间超低价出租 63222806
 ★城东路北段写字间 66397690
 ★精装金运写字间 0.4m/1398475387
 ★国企写字楼 220m²/13073732022
 ★新迪大厦 94m²/0.57/天 68550088
 ★写字间低价出租 67038883
 ★省实验中学附近教室 66176793
 ★远征大厦精装 190m²/13598037607
 ★豫港大厦 62-150m²/13703983667
 ★泰隆大厦 113m² 出租 66564890
 ★经三路东风路东 190m² 精装临街写字间廉价出租 13837160727

招租天一大厦东100米一写字楼,三楼层约800m²可做健身房、咖啡厅、补习班、宾馆等
 吴先生 13071079998

商铺租售
 ★未来路辅路1年租 15038222438
 ★兴华南街市场门面 13838158686
 ★大学校园商铺招租 13663816142
 ★200m²出租转让 13073709991
 ★东大厅旺铺招租 100m²/13215999907
 ★财经学院对面 1200m²/13598031301
 ★高校餐厅窗口招租 13603841908
 ★经三路 500m² 一层旺铺招租,可分割 15903655777
 ★北大学城部分教室、机房对外合作或出租 67926663
 ★嵩山南路门面 300m² 空院 3亩 现对外招租 13603861672
 ★陇海中路29号临街二楼 800m² 出租 13503857580、13526820186

商铺转让
 ★万元转 160m² 台球厅 13017675747
 ★大学门口营业超市 13213055129
 ★医院对面招待所转 15238372217
 ★长江路附近幼儿园 13073729917
 ★低价转位佳干洗店 63791035
 ★中原路汽修厂转让 13526621388
 ★急转大学周边网吧 18837155555
 ★优胜北路美容院 13783632141

餐饮休闲
 ★庆丰街 400m² 低租饭店 15038327517
 ★营业中 300m² 带后院 13603996826
 ★学院门口饭店转 13203846901
 ★饭店急转 160m²/13838309892
 ★转品牌加盟饭店 13298318353
 ★移民急转餐馆价优 13603988660
 ★曼哈顿附近营业中 13903862271
 ★北顺城街饭店转让 15039088714
 ★学校窗口转让 13663863225
 ★营业中西餐厅 15838180319
 ★转营业 1100m² 饭店 13849167277
 ★封闭学校餐厅转让 15515975366
 ★封闭大学餐厅转让 13700850998
 ★转大学门口饭店 80m²/13633857128
 ★郑大体育学院餐厅 15538222221
 ★南阳路营业饭店急 13837182756
 ★营业中连锁特色小吃 15515621118
 ★航海路 160m² 饭店 15838247895
 ★饭店分层转让/出租 15538351312
 ★红专路两层精装 1300m² 中餐设备 13343713650/13007602441
 ★转精装修营业中 300m² 位佳饭店 13673629978

其他转让
 ★低价转让位佳洗浴 61058887
 ★转让麻将桌 13271558012
 ★转东区亲子园 13783622753
 ★转让钢琴培训班 13838587225
 ★转设备齐全油滑油厂 13103822108
 ★出租须水千人校园 64962810
 ★转让干洗设备一套 13803995588
 ★转让毛衣编织机 66675016
 ★急转B超机等医疗设备 13140140837

转洗浴饭店 68755566
厂房租售
 ★中原西路大法院 13838545289
 ★嵩山北路空院 11亩 13598805796
 ★大面积冷库出租 13837150597
 ★西环厂仓出租 13526607786
 ★富民路厂院出租 13592433197
 ★邮政仓库招租 6000m²/13103718260
 ★西三环厂仓办院 13607693921
 ★西四环新车间出租 13938517688
 ★郑上路空8亩厂仓 13273027236
 ★嵩山北路 300m²/13203803233
 ★中原西路庭院厂房 13937196180
 ★大小厂院大变压器 13503817196
 ★大小厂院出租 15038135539
 ★嵩山南路车间 13938468299
 ★东南郊10亩院设施全 13903861070
 ★郑汴路白沙工业园厂房一万m² 办公 880m² 出租 65805797
 ★13523068151 南曹鸵鸟园附近 3亩 厂房有土地证 13838381556
 ★中原路厂院(国有土地)30亩,整、分租均可,配套设施全 13939030100

高新区 13203869479
产权标准厂房
 5成10年按揭租售 65006777

其他出租
 ★管城区委门面 305m² 66696510
 ★租售帝湖三层 154m²/65032950

矫正口吃
 ★郑州新伦口吃康复中心 63733162

夕阳红
 ★陶然老年公寓 68706669
 ★郑州田馨养老院 86030929
 ★专护收住瘫痪老人 67861160

网站建设
 ★258元快速全套推广 61616267
 ★烽火台群发软件 63293626
 ★188元建站全套推广 66880031
 ★268诚信建站后付款 61215790
 ★258元建网站全套 67516200

起名改名
 ★郑州起名网 zqzm.net 66798966
 ★专业起名公司 13027611288
 ★博士起名 15516951008
 ★起名改名大学路老店 68871086
 ★起名环境布局 13613832825
 ★起名专家论坛 13598400168

个人征婚
 ★女48岁好男50左右 66107665
 ★女离39高168有房车175以上 素质高经济条件相符 13903712064

婚介服务
 ★征婚成功后付费 66385039
 ★三毛婚介 38元至成功 66976980
 ★美好征婚交友聘红娘 63920370

使用本栏目信息请认真核实,由此产生的后果自负。
 河南明治律师事务所 律师张喆 13007608804