

青年领袖魅力丛书

青年领袖

青年领袖素质训练

主编 谭建光



广东高等教育出版社

青年领袖魅力丛书

青年领袖素质训练

主 编 谭建光

副主编 李学龙 陈小锋 杨 成 凌 冲

编 委 谭建光 李学龙 陈小锋 杨 成
凌 冲 余 冰 谭洪文 黄洁贞
谭 利 李春丽 董 黎

广东高等教育出版社

· 广 州 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

青年领袖素质训练/谭建光主编. —广州: 广东高等教育出版社, 2004. 10

ISBN 7-5361-3075-9

I. 青… II. 谭… III. 领导学—青年读物 IV. C933-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 088987 号

广东高等教育出版社出版发行

地址: 广州市天河区林和西横路

邮编: 510500 电话: (020) 87557232

广东省肇庆新华印刷有限公司印刷

890 毫米×1240 毫米 32 开本 5.875 印张 147 千字

2004 年 10 月第 1 版 2004 年 10 月第 1 次印刷

印数: 0 001~5 000 册

定价: 12.00 元

前言

曾经有一位大学生向我诉说，“现在的生活越来越乏味，越来越没劲。”我听了非常诧异。因为 21 世纪是科技日益发达、物质日趋丰富、社会变化迅速和人生机会多样的时代，怎么有些青年却感觉贫乏呢？这位学生反映：一是越来越发达、越来越完善的社会，使青年感觉到只能去顺应趋势，自己没有创造和发挥的机会；二是越来越丰富、越来越新奇的生活，使青年什么都容易得到，容易拥有，缺少珍惜的感觉。因此，自己只觉得是随波逐流，没有什么人生意义。

我想，如果一个物质日趋充裕的社会，人的精神却日渐贫乏，找不到生活的乐趣，那么就不是完善和美满的。我们希望青年一代健康成长、快乐成长，除了保障物质生活需求的满足，还要注重精神的充实、心理的协调、情感的丰富。因此，“青年领袖魅力”丛书的第一本，就定名为《青年领袖素质训练》，通过提供新观念、新方式、新技巧，让青年人有所启迪、有所收益。

我在演讲中说过，“如今，随着教育水平提高，科技信息发达，一些青年出现‘三有三缺’问题。”具体说来，“三有”是有外语水平、有计算机能力、有专业知识；“三缺”是缺理想、缺责任、缺热情。尤其是因为缺乏理想追求，使得一些青年目光短浅、斤斤计较，只能够“看到鼻子前的苍蝇”。

青年以为讲理想就是讲大道理、讲老传统。我觉得，可以先不讲得那么崇高。通俗一点、朴素一点地解释，“理想就是一个人有比现有生活更好一点的追求，不论是自己还是为他人”。具体的比喻是理想像“天上的星星”、“街边的路灯”、“海边的

贝壳”。首先，天上的星星你永远够不着、抓不到，但是每一个人都它有它追求的愿望。十全十美的理想生活，我们也许永远得不到，但是追求理想生活的动力，却能够支持我们实现越来越多的成功。其次，当你迷路、徘徊的时候，路灯给你豁然开朗的感觉。理想在青年生活中的作用似乎并不实际，但却能够照耀青年的辉煌人生。再次，理想有时像是海边的贝壳。第一次到海边的人，在沙滩上发现贝壳，非常高兴，大声叫喊：“我捡到贝壳啦！”然而，把贝壳带回家后，两个月就挤到角落，半年不到就清扫出去了。可是，我们认为，贝壳可以丢掉，捡贝壳时的激动心情永远不能丢掉。青年人的一些理想，随着年龄增长而反思，会发现比较幼稚、不够现实，但是它代表年轻时的憧憬和希望，是一生引以为豪、不必后悔的。

我们这本书，就是在青年朋友学习文化知识、科学技术的基础上，着重阐述“理想、责任、热情”的内容。通过“思想魅力篇”、“创意活动篇”、“历奇为本辅导篇”的活动、体验等环节，引导青年人探索富有生命活力的一生。

青年朋友拥有本书后，可以阅读、领会，也可以三五成群搞活动，还可以一群人到郊外体验训练。各取所需、各有所获，读者的收益就是我们最大的快乐。

谭建光

2004年10月

目 录

一 思想魅力篇

课程一	成功基础——好公民从微笑做起	(3)
课程二	成长机遇——我们生长在好时代	(19)
课程三	自我设计——人生成功的“六六”诀窍	(34)
课程四	职业发展——善于寻找工作的乐趣	(52)
课程五	人生体验——在游玩中学习与成长	(68)
课程六	充满信心——未来的幸福不是梦	(82)

二 创意活动篇

课程一	导入——打破樊篱，勇于创新	(103)
课程二	成功第一步——特色自我介绍与印象管理	(108)
课程三	快乐人生——巧用压力的情商法则	(114)
课程四	创意人生——创新思维训练与能力培养	(119)
课程五	社会排练场——培养领袖素质与社团工作	(125)
课程六	女性新世纪——才貌双全与独立自主	(131)

三 历奇为本辅导篇

课程一	历奇为本辅导的起源和理念	(139)
课程二	历奇为本辅导的体验式学习	(144)
课程三	历奇为本辅导操作技巧	(148)
课程四	建立高绩效的团队	(159)

青年领袖素质训练

课程五 沟通助你成功	(163)
课程六 挖掘潜力 提升自我	(171)
后记	(177)
参考文献	(178)

思想魅力篇

课程一

成功基础——好公民从微笑做起

如今的青年一代，其最旺盛的年龄正处于中国全面建设小康社会的关键时期，其公民素质是否提高，公民道德水平是否提高，对中国实力增强、形象改善具有极其重要的影响。

中共中央印发的《公民道德建设实施纲要》指出，公民道德建设，“这是提高全民族素质的一项基础性工程。”所以，我们一方面在各种讲座中，都涉及公民素质问题；另一方面，设计一些专题讲座，专门讨论青少年公民道德的提高问题。

青年公民道德的培养，有什么影响，有什么作用？为了加深理解，我先讲一件事情，让大家分析：

某学校两位大学生曾应征参加我组织的暑期调查组，到一些市县进行青年需求与青年工作改革调查。A 是女生，B 是男生，两人的学习成绩都很优秀，但调查后得到的基层单位的评价却差异很大。

A 学生除了认真记录，整理资料之外，还注意尊重别人的劳动，关心他人的感受。座谈会其间，记录之余，她主动帮助端茶倒水、收拾桌椅。一次，我发现她自己掏钱在精品屋商店买一些小祝福卡、小纪念品，以为她是带回家送人。她说，“不是。我看每个单位、企业接待我们调查的工作人员非常热心，也非常辛苦。就想着买些小纪念品，每次调查完之后送给工作人员表示感谢。”这位学生给所到之处的领导、干部、群众留下很好的印象。如今还有基层的领导传话说，“那次来调查的某某同学毕业

找到工作没有？如果没有，就来我们单位工作吧。”

B 学生也认真做记录、整理资料。但是除此之外的事情就不闻不问。一次，某市安排一辆面包车，由一位处长陪同到企业调查。B 同学正好坐在靠车门位置。车到目的地，停车好一阵子，居然没有人开车门。坐在靠边位的 B 同学毫无感觉，一动不动。我坐在最里边，急也没办法。后来，一位处长越过 B 学生，很辛苦地开了车门。B 学生率先大摇大摆地走下车，一点礼貌都不懂。调查结束，回到招待所。我批评 B 学生不懂公民礼仪。他说，“谭教授，我们老师从来没有教过我要开车门呀。”

这件事情让我深思。

一、青年公民道德培养的关键

青年公民道德建设的最重要因素是什么？三句话：“好公民从微笑做起；好公民从身边做起；好公民——从我做起！”这三句话是青年公民道德培养的关键。

（一）好公民从微笑做起

青年朋友经常问：“究竟怎样才算是好公民？”专家和干部往往列出许多条件，从公民意识到公民责任、公民义务，等等。这些都非常有道理，但是青少年记不住、记不全。一次讨论时，有位小伙子说，如今有许多宣传公民道德的资料，单位、学校也成天让我们学习、理解。然而，我们年轻人对这些东西的评价就是一句话——“非常好，做不到”。

青年的态度引起我们反思。如果为群众推出的东西又远离群众需求、远离群众实际，往往难以取得实效。我们公民道德的宣传，从古代到现代，从外国到中国，讲解许多英雄故事，归纳许多精辟道理。然而，广大群众特别是青年朋友感觉远离自己的生活实际，缺乏参照、体验的可能性，那就失去了指导的意义。

基于这种认识，我们提出“好公民从微笑做起”的口号。因为，在现代社会，一个青年是否具备公民意识，是否具有公民责任，首先就从他对待他人、对待社会的态度上体现出来。青少

年以微笑对待生活、对待社会、对待他人，就能够为周围的人带来快乐、带来宽慰。

有人列出了微笑的 10 个好处，可供大家参考：

1. 微笑比紧锁双眉好看。
2. 微笑令别人心情愉快。
3. 微笑让自己的日子有滋有味。
4. 微笑有助于结交新朋友。
5. 微笑能表示友善。
6. 微笑留给别人良好的印象。
7. 微笑让自己看起来更有自信和魅力。
8. 微笑让别人减少忧虑。
9. 微笑带来别人会意的微笑。
10. 一个微笑可能随时帮你展开一段终生的情谊。

因此，我们希望青少年以微笑面对生活，以微笑接纳他人，以微笑协调社会，以微笑克服困难。中国人通过微笑展示自信和魅力，通过微笑显示公民意识的增强和公民素质的成熟，这就为社会的发展与进步提供了良好的人文环境。

（二）好公民从身边做起

可能是因为过去对公民素质宣传得过于神圣化、“高大全”，导致青少年对公民形象敬而远之，以为英雄人物、有大业绩才是好公民。其实，这是误解。从最本意上说，公民道德就是一个基本的为人处世的准则，就是一点一滴地维护权益、履行职责。

我们提倡“好公民从身边做起”，就是引导青少年不要好高骛远，而是脚踏实地，勤奋、认真、仔细地做好每一件工作、每一件事情。这样，实际上就很好地履行了公民的职责。

有位 L 姑娘，是扬州市的修脚工。被人们美称为“扬州名片”。她的事迹为我们在平凡小事中体现公民道德，提供了很好的榜样。

1988 年，L 成为国内第一批正式培训发证的修脚女工，承传扬州市古老的修脚行业。学习非常艰苦，而且要承受社会的偏见

与非议。几十个人的学习班，最后只有两人正式毕业，她是其中之一。

毕业初期，生意不好。客人都愿意找老师傅，不相信年轻人。有一天，L姑娘看见两位上海客人，洗浴后走出来时一瘸一拐，就主动提出帮他们修脚。客人说：“别修了，技术不好，修坏了更难受。”并说前一阵就是被人修脚时切伤了，至今难受。L说：“这次修好就免费，修差了我赔偿损失。”客人见如此诚恳，勉强同意一试。结果，修脚完毕后，两位客人感觉脚舒服了许多，回去上海进行传播，导致很多客人前来。

随着L姑娘精湛的修脚技术美名远扬，不仅国内各省市的顾客纷纷前来，而且港澳同胞、外国客人也远道而来。香港知名人士董建华、邵逸夫、陈方安生专门找她修脚，一些外商也专门要L修脚。

她为人特别的地方就在于非常喜欢扬州，热爱扬州。不仅外宾外商、港澳同胞高价聘请她出去任职，被她婉言谢绝；而且，每次为外宾、客商修脚时，聊天总是介绍扬州的文化、风俗、特色、优势，从而吸引不少客商前来扬州投资办厂。客商说：“L姑娘修脚修得好，对扬州的介绍也很有感情，真正吸引了我们。”当地领导、群众都说：“L姑娘是扬州市的一张名片。”

好公民有多种多样，有些英雄是惊天动地、成就大业的；有些文人是弘扬精神、振兴文化的；但大多数的民众则是在日常的平凡琐事中为国家服务，做出积极的贡献。“好公民从身边做起”，就是鼓励青少年立足现实，做好每一件社会需要的事情。

（三）好公民——从我做起

每一位青少年都可以，而且应该将成为好公民当作自己努力的目标；只有这样，中国的发展与进步能够融合所有人的进取、奋斗、贡献，才能取得辉煌成就。

然而，目前有一种倾向，就是好像谁都知道公民要承担的责任与义务，但谁都认为是别人应该承担，而没有想到自己应该承担。互相推诿、推卸责任变成一种普遍现象时，社会的合作就非

常困难。经常在遇到问题、发生失误时，就听到埋怨声：“是你的错，不是我的错。”“谁叫你这样做，活该。”“他们太没有责任感了，太差劲了”等等。可是，很少听到有人反思自己有无责任，很少看到有人主动帮助失误者进行补救。

有位作者叙述了这样一件事情。

在甘肃敦煌附近有个月牙泉沙滩，非常美丽，银白的沙子吸引游客脱下鞋子、赤足步行。一天，作者正在沙滩游玩，远远看到几位西北大汉聚会喝啤酒。喝到醉醺醺的时候，他们互相撞击酒瓶。瓶子碎裂，玻璃洒在沙滩上。大汉喝完酒就扬长而去。作者看到这种情形，心里暗暗骂道：“这帮人实在缺德，太缺德，缺德透顶了！”但却没有联系到自己。

这时候，有两位外国中年人，一男一女（后来知道是一对美国夫妇），走过来，弯下腰捡玻璃碎。捡了十多分钟，清理干净后，两人才快乐离开。

作者说：“这时，我脸红了。我们只知道职责、埋怨别人，就不知道自己有责任帮助他人弥补过失。”

确实，当有别人的行为作为“镜子”，映照我们的思想和行为时，就能够发现种种问题。中国人互相推诿、互相职责的传统习惯，不仅在小事上表现出来，而且在一些涉及重大事项中也表现出来。例如，在企业改革、机构改革、体制改革过程，一些官员、一些人员不是互相“补台”，而是互相“拆台”，为改革制造了大量的障碍。

提倡“好公民——从我做起”，即希望提高每个青年的公民责任感、公民义务感，在社会活动中随时联想自己的职责，尽自己的努力使社会更加美好。

二、青少年公民道德培养的内容

我们知道，青少年公民道德培养的主要内容，已经高度精辟地概括在《公民道德建设实施纲要》中，即“爱国守法、明礼诚信、团结友善、勤俭自强、敬业奉献”。如今关键问题是怎样

理解，怎样联系，怎样运用。下面分别给予解释：

（一）爱国守法

青少年朋友往往以为爱国主义的体现主要是在危难时期、突变时期。如抵抗外国侵略时的热血为国，抗击自然灾害时的舍身为国。然而，现实生活中，随时随地都能够体现爱国精神、爱国热情。

另外，任何国家都会提倡爱国主义，对于各国青少年的爱国精神也相互钦佩。并不是只有中国讲爱国主义，外国不讲爱国主义。因为自从有民族、国家的区别以来，爱国的感情、爱国的精神是人类共通的。

我国有一位女生，移居日本。大学毕业后，到一家著名的传播公司应聘。上班第一天，她直率地告诉总经理：“我计划在贵公司工作三年。希望积累足够的工作经验后，就自主创办中日文化传播公司，为我的祖国——中国服务。”她详细介绍了一些中国人对日本社会、日本文化的误解；也谈了日本人对中国社会、中国文化的误解；表达承担沟通责任的意愿。她说：“我虽然在日本学习、工作，入了日本籍。但是，我总是记得自己的祖国是中国，我应该为祖国做些事情。”日本公司的总经理不仅没有解雇她，而且特意安排她每半年转换一个重要部门，有助于她尽快了解、掌握公司业务。三年后，她辞职时，公司破例举办盛大的欢送晚会。总经理说：“人人都爱自己的祖国。时刻想到为祖国利益服务的人是可敬的。”

我们知道，如果心胸狭窄的公司经理，对于来应聘是学习业务后自立门户的人通常有反感，或者解聘，或者排挤。但是，日本总经理欣赏、钦佩中国女生的事例，说明见识深远的人会看到人类共同的精神、人类共同的气质。我们的青年应该以爱国为自豪。

在中国走向法治社会，推动依法治国的进程中，爱国的青年就要成为守法、护法的典范。所以，学习法律、运用法律、传播法律精神也是青年的重要任务。

（二）明礼诚信

这里，一是要求青年懂得礼仪、礼节，具有修养、风度；二是要求青年诚实做人、讲求信用。如今，社会对缺乏礼仪、缺少诚信的现象批评较多，对文明礼仪、诚实信用的呼声强烈。我想，最重要的不仅仅在于呼吁，而且是每一个人的身体力行。至于怎么做，我还是介绍一个真实事例，供大家参考。

有位潮汕籍学生小吴。大学毕业后，不依赖做生意的父母，自己在社会闯荡、锻炼。由于难找工作，曾经在广州市的一个村庄做勤杂工。不久，他在报纸上刊登一则诚实的求职广告：“吴某某，男，22岁，潮汕人。大学本科，经济管理专业，曾在一家大公司实习。现在干的活是扫地、洗碗。希望遇到伯乐。”

有几家企业、机构看了这个有特色的广告，主动与他联系。其中，一家外资企业的态度特别热情，对小吴的面试成绩也很满意，就招收了他。公司人事经理说：“我每天都注意各种求职广告。像这么坦诚、诚实的很少见到，所以首先有了较好的印象。”

正因为社会缺乏礼仪、诚信，主动、自觉学习礼仪、表达诚信的青年，就能够更快得到社会、他人的信任，工作和生活能够获得更多机会。

当然，有些青年提出疑问：“我们讲求礼仪、讲求信用；但别人不讲礼仪、不守信用，导致我们吃亏怎么办？”在社会信用体现并不健全的时期，因为讲礼仪、守信用而吃亏的现象是存在的。然而，我们相信，只要从我做起，从每一个人做起，更多地讲礼仪、守信用，那么得益的人越来越多。相比之下，某些时候吃一点亏并不可怕，只要将它当作认识社会、了解人性的积累就行了。

（三）团结友善

培养青少年团结合作、友好互助的精神非常重要。我们要结合社会主义集体观念、中华传统合作观念和外国协调合作观念，进行融合创新，力求提炼出当代青少年喜欢接受的因素，开展切

实有效的教育。

目前，有些人认为西方人缺乏集体合作观念，中国传统具有集体合作观念。所以，讲竞争要向西方学习，讲合作只要向中国传统学习就行了。我们觉得，这里存在片面的认识，容易误导青少年。

传统俗语说中国人“一个人是条龙、三个人是条虫”，反映了缺乏团结友善精神的恶果。近现代一些学者、政治家、改革家也多次批评中国人“一盘散沙”。虽然语言过激，但也揭示出特殊的问题。

缺乏公民意识的前提下，传统中国人的教育，往往是以家喻国、以国喻家。经常说：“国家国家，有国才有家，国家就像大家庭。”然而，正如一些专家指出，人们“说起道理来关于家的概念越来越大，从小家庭到大家族，到村落、地区、国家、地球；计较利益时关于家的概念越来越小，从地球、国家、地区、到村落，从大家族到小家庭”。因此，单纯运用传统思想来进行公民教育是不够的。

相比之下，欧美国家也不是单纯的个人主义。确实，他们突出个人利益，崇尚个人英雄，但正是为了个人的发展又必须学会群体协调合作。美国学者弗兰西斯·福山在《信任》一书中指出：“从许多方向来看，个人主义传统是美国的主力传统，而社群传统则是一股中和的力量，正好可以防止个人主义的冲动超越逻辑的尺度；美国的民主制度和经济表现之所以成功，并不是单靠个人主义，也不是只依赖群体主义，而是这两股相反的力量整合起来所发展的效果。”中国发展社会主义市场经济的过程中，青少年重视个人利益、追求个人发展的倾向越来越明显。与此同时，我们要及时引导他们将个人发展与群体发展协调和结合起来。

团结友善的体现，在为别人提供机会的同时，也扩大了自己发展的机会。

十多年来，笔者从事社会服务研究和青少年教育事业。原来