

倍受教育界

商界关注的畅销书

培养孩子独立自主的精神

培养独当一面的领导人物

常胜

[日] 原田隆史 著
郭 勇 译

教育

▶ 如何设定目标及达成目标的学问

在7年的任教期间里，创造了13次

“成为全日本第一”的奇迹

成功地将商界管理中的精髓应用于教育改革中

众多知名企业已经引入“原田式指导”方法，

设定并达成了伟大目标！

世界图书出版公司

教育

如何设定目标及达成目标的学问

如何设定目标及达成目标的学问

如何设定目标及达成目标的学问

常胜

如何设定目标及达成目标的学问

教育

如何设定目标及达成目标的学问

- 如何设定目标及达成目标的学问
- 如何设定目标及达成目标的学问
- 如何设定目标及达成目标的学问
- 如何设定目标及达成目标的学问
- 如何设定目标及达成目标的学问

如何设定目标及达成目标的学问



常胜 教育

如何设定目标及达成目标的学问

[日] 原田隆史 ● 著

郭 勇 ● 译



世界图书出版公司

广州·上海·西安·北京

本书中文简体字版权由日经BP通过中资出版社(Grand China Publishing House)授权广东世界图书出版公司在中國大陸地区独家出版发行。未经出版者许可,不得以任何方式抄袭、复制或节录本书中任何部分。

图书在版编目(CIP)数据

常胜教育 / (日)原田隆史著; 郭勇译. —广州: 广东世界图书出版公司, 2005.7

ISBN 7-5062-7453-1

I.常… II.①原…②郭… III.成功心理学 IV.B848.4

中国版本图书馆CIP数据核字(2005)第031371号

CHARISMA TAIKUKYOSHI NO JOSHOKYOIKU by Takashi Harada

Copyright © 2003 by Takashi Harada. All Rights Reserved.

Originally published in Japan by Nikkei Business Publications, Inc.

Chinese translation rights arranged with Nikkei Business Publications, Inc.

Through China National Publications Import & Export (Group) Corporation

常胜教育

出版发行: 广东世界图书出版公司

(广州市新港西路大江冲25号 邮编: 510300)

电 话: 020-84451969 84453623

http: //www.qdst.com.cn

E-mail: pub@qdst.com.cn

经 销: 各地新华书店

印 刷: 深圳市鹰达印刷包装有限公司

版 次: 2005年7月第1版 2005年7月第1次印刷

开 本: 880毫米×1230毫米 1/32

印 张: 7

字 数: 170千字

书 号: ISBN 7-5062-7453-1/B·0007

版权贸易登记号: 19-2005-059

出版社注册号: 粤014

定 价: 18.00元

如发现因印装质量问题影响阅读, 请与承印厂联系调换。

目 录

Contents

前 言	1
-----------	---

第一章 普通孩子也能成为第一	3
----------------------	---

1. 带领公立中学的学生获得 13 次田径赛第一	5
2. 严峻的教育现状	7
3. 学生们需要梦想、榜样和表扬	8
4. 从劣势开始进行学校的重建	10
5. “成为全日本第一”的承诺	12
6. 任何人都需要提高生存能力	13
7. 没有器械，没有资金，没有训练场	14
8. 利用田赛项目采取差异化战略	16
9. 通过“田径教育”调动孩子们的积极性	17
10. 凭技术与体力取胜的时代	19
11. 与“经营管理”的第一次亲密接触	21
12. 向所有优胜者、成功者学习	23
13. 心灵的力量强于技巧和体力的人才能取胜	24
14. 代替没有教育能力的家庭进行“态度教育”	25
15. 通过设定目标并反复强化从而增强取胜的信心	26
16. 从这里毕业的学生们都已成为独当一面的领导人物	29

第二章 塑造孩子们的心灵	33
--------------------	----

第一节 用心设定目标——Plan	35
------------------------	----

1. 反复写出自己的目标，让它在心中刻下深深的烙印	35
2. 按照目标和计划去赢得胜利	37
3. 田径队的书面作业比语文课作业还要多	41
4. 掌握设定目标的技巧，可以提高竞技能力	42
5. 彻底抛弃自我否定和主动放弃的坏习惯	45
6. 找一个榜样，为自己的将来设计一个梦想	47

7. 这不是田径比赛而是人生，比赛就是人生的考验	49
8. 一颗不辞辛劳、回报学生的心	51
9. 没有理念，就没有成功的可能	53
10. 就连吃咖喱饭都不想输给别人	55
11. 最终的目标就是“成为全日本第一”	56
12. 三年前就为全日本大赛预订好了酒店房间	58
13. 向建筑设计师安藤忠雄学习	60
14. 必须分三个阶段确立目标	61
15. 为心灵设置一个感觉舒适的范围	63
16. 事先预测可能发生的问题，作好准备一步步走向成功	64
17. 根据“菜肴理论”，先从重要的事情做起	67
18. 通过承诺来预先宣布胜利	68
19. “抽签理论”与时机就是金钱	71

第二节 通过态度教育，净化心灵——Check..... 73

1. 行动之前先检查一下自己的态度	73
2. 优异的成绩容易使学生产生自满心理	74
3. 我的态度教育严格到把别人的鞋子也要摆好	76
4. 态度教育是获得成功的前提条件	78
5. 认真去做！何谓认真？	80
6. 无处不在的个人主义的丑陋嘴脸	82
7. 现代孩子的头脑由多个小房间组成	83
8. “破窗理论”与内心的颓废	85
9. 谦虚与骄傲只有一纸之隔	87
10. 将书包立着摆放的静态指导	89
11. 抢在对方前面主动打招呼的动态指导	91
12. 拉拉队也要挺直腰板	93
13. 通过劳动培养孩子们心存感激	94
14. 观察力的巨大作用	97

第三节 坚持到底，强化心灵——Do..... 99

1. “坚持每天刷盘子，就可以取得胜利”	99
2. 坚持做力所能及的事情，可以强化心灵	101
3. 推卸责任是最恶劣的行为	103

4. 既然决定做, 就不能受“意外事件”的干扰	104
5. 每个人有每个人的任务	107
6. 重复6次: “永远不放弃!”	109
7. 胜利因素大于失败因素	110
8. 高桥尚子选手通过集中精神闯过难关	112
9. 桑田真澄选手的自言自语与自我放松	114
10. 铃木一郎和泰格·伍兹的习惯动作	116
11. 在规定时间内完成训练	118
12. 谁是最大的敌人? 自己!	120
13. 通过冰激凌事件看到孩子们的执著	121
14. 他人的支持和协助是坚持下去的好帮手	123

第四节 通过记日记, 整理心情—— See 125

1. 每天用红笔记录“过去× 未来○”	125
2. “为了不犯同样的错误, 所以我记日记”	126
3. 我要让学生完全掌握写日记的技巧	130
4. 偏重母性教育的后果	131
5. 只追求“趣味性”的教师们	134
6. 掌握正确的表扬与批评的方法	135
7. 评价只有合格与不合格, 没有“将就”	137
8. “干得不错”一句话激励一个人	139
9. 禁止使用扫晴娘	140
10. “曙光就在不远的远方”	141

第五节 团队合作可以开阔心胸—— Share 143

1. 建立相互体谅的“学习型组织”是我的理想	143
2. “我们绝对支持他!”	145
3. 单独教育无法培养孩子的组织性与方向性	146
4. 通过权限移交来培养领导型人才	149
5. 通过一对一指导来培养后辈	151
6. 新生犯错, 我把责任归咎于指导他的高年级学生	152
7. 指导者的六种类型	154
8. 培养男女冠军需要“船长型+男女型+农民型”的教练	156
9. 从美国海军陆战队的理论中学习培养队员的方法	158

10. 与当地社会共同教育孩子	160
11. 集中力量改变文化	162

第三章 磨炼大人们的心灵 165

第一节 “3 分钟作文”法，敲碎心的外壳

——大学生改造计划 167

1. 让自立型人才遍地开花	167
2. 3 分钟时间让您体验自身的变化	169
3. 作文越写越有趣	171
4. 不要抛弃那些表面上看起来没精神的人	173
5. 成年人也需要态度教育	176

第二节 这不是工作，而是人生

——食品连锁店培养领导者的方法 178

1. 按照计划创造见面的机会	178
2. 意志薄弱的人更应该训练目标设定技术	180
3. 领导小组以身作则	181
4. 通过简短的每日报表检查一天的行动	182
5. 只要店长有决心，业绩就会成倍增长	183
6. 意识改革变成人事考试	185
7. 职员必须有个人理念	186

第三节 领导者有理念和同志的陪伴才能战斗

——大阪·教师学堂的实践 189

1. 首先从改变指导者入手	189
2. 全新的教育改革和教师的必备能力	191
3. 深入挖掘自身优点以提高自信	192
4. 拥有理念才能克服障碍	193
5. 活跃在各个领域的毕业生	195
6. 面向未来，确立宏伟目标	197

后 记 199

前 言

二十一年前的春天，我怀着对教育的美丽梦想和憧憬第一次踏上了讲台。我的梦想就是：成为一个受爱戴的、快乐的教师。

只要有“梦、理想和毅力”，就没有做不到的事情。

开始的时候，我对自己的教育生涯充满了自信。

但是，摆在我面前的现实却是一个“荒芜”的学校。我在大学中学到的教育理论和指导技巧丝毫派不上用场。经过了一段时间的苦恼和深刻的反思，我决定改变自己的教育方针。

以前，我所掌握的是指导技巧占主导地位的教育方法，后来，我决心为了改变学生、改变人而进行教育。为此，首先要做的就是探寻改变自己的方法。

要想使学生接受自己的教导，并激发他们的干劲，老师必须具备强大的人格魅力和指导能力。我一直以这两点为核心，努力提高自身全方位的修养。

经过十三年如一日的刻苦钻研，我具备了一定的教育指导能力，并承蒙各界的厚爱在大阪有了一点点名气。如今，我在工作岗位上发挥着自己所有的热量，尽情地享受着充满激情而且充实、愉快的教师生活。

八年前，一个消息突然传到我的耳朵里：“以前的同事身陷困境”，于是我做出了一个重大的决定，到松虫中学任教。松虫中学是目前为止我任教的最后一所学校。

面对松虫中学一片混乱的教育现状，我只能背水一战了。不过，非常幸运的是我从经营管理的方法中找到了医治教育现状的答案。

“开发客户”、“差别化”、“向其他行业学习”……

教育与商业，看起来是完全不相容的两个世界，而实际上它们之间却有着共通的改变现状的法则。

从此，我的人生进入了新一轮的冲刺。我把身体内的潜力全部发挥出来，“日本第一量化指导”、“制造V13的神赐力量”、“生活指导的神”、“原田魔法”等奇迹相继上演。随着我取得这些成绩，全国各地慕名而来的参观访问学者如同潮水一般纷至沓来。我的经验不仅在教育界受到了重视，甚至在商业界也开始流传起来。

我此后的目标就是将学校与企业联系起来，寻找全新的“人生教育”方法，培养出能够担负起日本未来的自立型人才。

我在本书中介绍了学校以及企业中培养优秀人才的方法，如果能够给读者朋友们带来些许的启发，帮助您赢得竞争的胜利，我将感到莫大的欣慰。

原田隆史

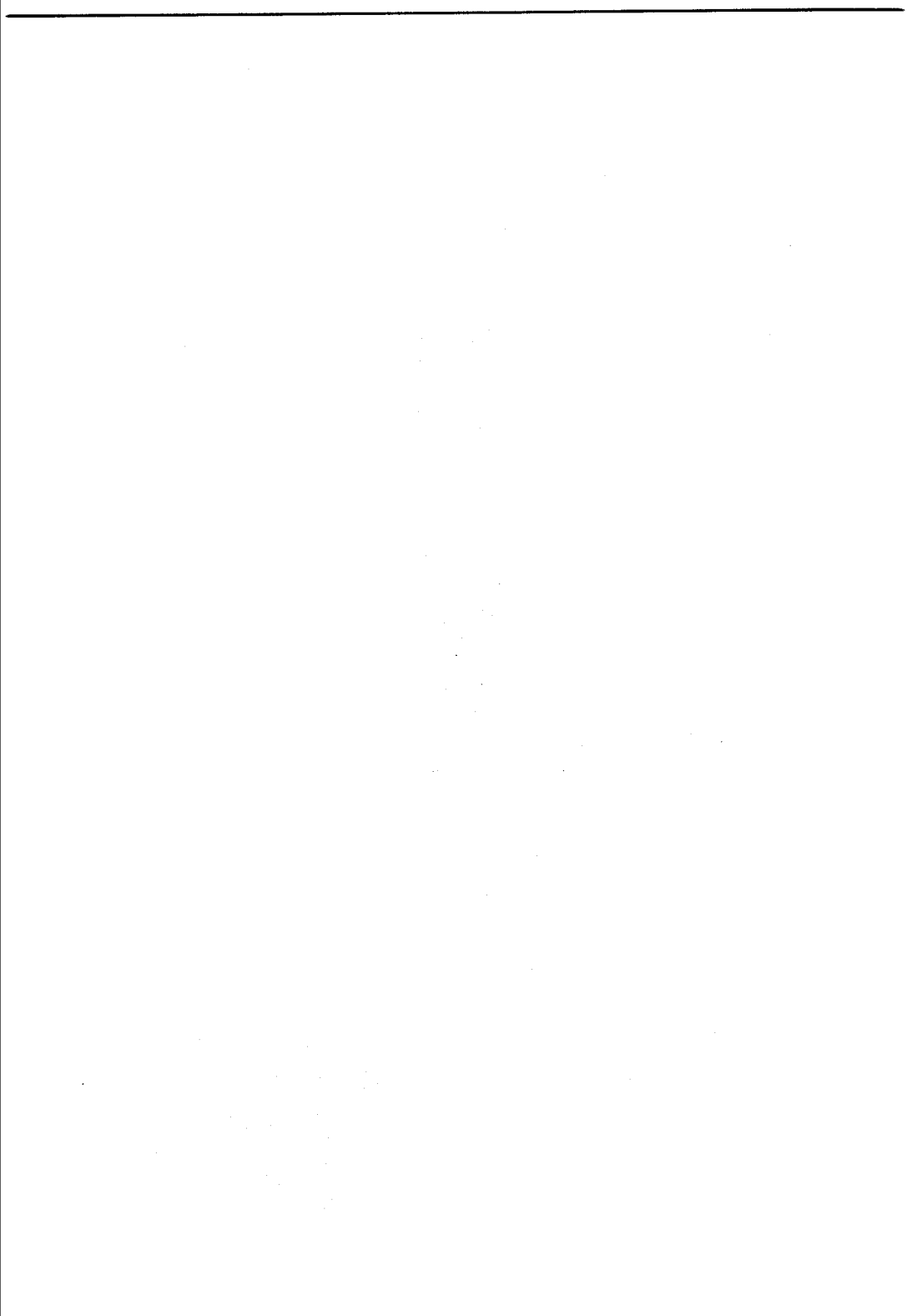
第

一

章

普通孩子也能成为第一





1. 带领公立中学的学生获得 13 次田径赛第一

20 年来，在大阪的公立中学中，我曾担任过保健体育科的教师、生活指导员、田径部的教练等多种职务，在每个工作岗位上，我都取得了辉煌的成绩。

从教以来，我先后在三所学校任教。不管在哪一所学校，我都经历过教育混乱的时期，甚至还发生过学生袭击老师以及学生在家庭暴力中丧命的恶性事件。

我不止一次地感觉到作为一名教师的无助与无奈以及在现实面前的无能为力。不过，通过这些经历也更加坚定了我的信念：教师教育失误，就等于害人性命。于是，我决心把自己的教师生涯奉献给改变学校教育现状的事业。我的方法是通过体育活动（田径竞技俱乐部）来指导学生的生活方式，进行态度教育，并指导学生如何磨炼心志。

目前为止，我任教的最后一所学校是大阪市立松虫学校，可是当我刚到那所学校的时候，它还是一所各个方面都十分混乱的“问题学校”。7 年来，我以田径部为中心开展了田径训练，并担任生活指导员和体育教师，在这些岗位上，通过贯彻我自己的教育方针和方法，最终让学校重新焕发了生机。结果，田径部的学生们，在所有的田径比赛中，都获得了令人吃惊的骄人成绩。

在我的带领下，松虫中学的田径队在个人项目上获得 13 次全日本比赛的第一名，在大约有 400 所学校参加的大阪市田径大赛中，连续十二届获得男子团体冠军，连续五届获得男女团体冠军，以

所向披靡的成绩刷新了连战连胜的纪录。在我的家中，摆放着孩子们在全日本中学田径竞技冠军大赛、国民体育大会、青少年奥林匹克运动会等各项赛事中获得的奖状的彩色复印件，我数了一下，总共有 53 张。

在介绍松虫中学田径部的时候，还有一件事情我要着重提一下，那就是选手的胜利预告宣言。我训练的很多选手，都会在比赛前预告自己的胜利，比如“我一定要在下届全日本比赛中获得冠军”、“今天我肯定能够刷新全日本中学生比赛的纪录”等等，并且将自己的宣言变成现实。然而，这些孩子都是再普通不过的中学生了。

正是由于我的这些学生在体育比赛中的出色表现，近几年来，“松虫的奇迹”在全日本中学田径界流传甚广。

但是，孩子们在田径比赛中取得的优异成绩，不是偶然的，更不是什么奇迹，而是我教他们首先确立了“要成为全日本第一”的目标，然后向这个目标不断迈进的必然结果。

我所教的这些孩子，现在有的升入了高中，有的考上了大学，还有的已经步入社会。他们所拥有的不仅仅是在田径赛场上夺冠的美好回忆，还有在现实生活中正发挥着的领导才能。因为他们已经具备了“磨炼内心的能力”。换句话说，就是用自己的双手创造未来的能力、将梦想掌握在手目标设定技巧以及磨炼日常观察能力、提高生活质量的技巧。正是这些能力和技巧，使他们具有常人无法匹敌的竞争力。

普通的孩子一个一个成为第一，一个一个成为全日本冠军，其中的原因和过程将在后续的章节中一一进行介绍。

2. 严峻的教育现状

现在，来松虫中学参观访问的人士络绎不绝，可是谁会想到当初我刚来到这所学校任教的时候，它只不过是一所教育状况混乱的“问题学校”。

松虫中学坐落在大阪市南部的阿倍野区与西成区的交界处。“松虫”是一个比较奇怪的名字，恐怕不了解情况的朋友初次听到这个名字的时候会联想到松树的虫子。其实学校取这个名字还是有典故的，因为学校附近有一处平安时代末期的古迹——“松虫冢”，松虫中学由此得名。松虫冢在日本传统戏剧“能乐”的谣曲《松虫》中也出现过，虽然是相当著名的历史遗迹，可是如今在围绕松虫冢修建的公园中，到处都是无家可归者搭建的窝棚，这也真实地反映了当今日本经济不景气、失业严重的社会现实。

另外，在学校的走读区域内，有大阪市著名的繁华街区天王寺和二战前就开始兴盛的娱乐一条街——飞田新地。在狭窄的街道上鳞次栉比地分布着卡拉OK厅、电子游戏中心、各种时装商店、饮食店以及风流场所。

说实话，受到经济不景气的影响，作为孩子的保护者、监护人，很多家长和教师自身也处于严酷的生活环境中。

在来松虫中学任教之前，我曾经教育过很多所谓的“问题少年”或者“不良少年”，并帮助他们走上了正路，所以对重建学校充满自信。我曾下定决心“帮助松虫中学重振雄风，一定要超过自己以前任教的学校”。

尽管有了思想准备，可我到松虫中学赴任的第一天，还是强烈地感受到了这所中学的“荒芜”。首先，给我印象最深的是孩子们的态度，他们看待大人的目光异常冷漠。

即使我大声向他们打招呼：“早上好！”也没有人理睬我。而且迟到或者忘记带课本等在他们是来看是非常平常的事情，根本没有罪恶感。

对于孩子们的这种态度我深感不安。

在学生食堂，经常有“不良学生”汇集于此，只要教师稍微松懈，学生之间就会发生暴力事件。我到这所学校的第一年，几乎每天都是一边制止打架事件一边吃午饭的。另外，开饭时间已过，也有毕业班的学生经常来食堂，由于食堂要关闭，不让学生进入，所以还为此发生过纠纷。

学生“讨厌”老师，甚至会做出袭击老师的行为，从楼上向老师头上泼水、在老师的皮包中放小刀以示威胁诸如此类的事件屡屡发生。

令人吃惊的还不仅限于学生们的态度，为了熟悉环境我在校园里转了一圈，发现狭小的运动场也透着“荒芜”。操场就不用说了，就连跳远的沙坑里面都长满了青草，还有随意丢弃的垃圾……

摆在我面前的是一个接一个的严峻现状。

3. 学生们需要梦想、榜样和表扬

这个学校缺少些什么，有什么东西不对劲。

到底缺少些什么呢？为了找到问题的答案，我又将校园的各个

角落巡视了一遍。首先，我要做的是收集准确的信息，然后对学校的现状进行分析。

结果我发现，松虫中学缺少的是很多学校应该具备的三个非常重要的因素。那就是“梦想”、“榜样”和“表扬”。

当时的松虫中学被其他学校的学生嘲笑为“毛毛虫、松毛虫中学”。

孩子们自身在日常生活、学习中被消极的思想所笼罩着，他们经常对我说：“老师，大阪第一、全日本第一是不可能的。”自己首先丧失了拥有梦想和希望的勇气。从这些不相信自己身上存在“成为第一”的可能性、完全自我否定的孩子们身上，根本看不到“好的，我来试试”的激情与自信。

除此之外，更为严重的一个问题是没有榜样。

一部分热心教育的家长看到松虫中学那一派“荒芜”的样子，又从传闻中听说“校园暴力”的横行，只得纷纷把自己的孩子送到私立中学去读书。松虫中学的走读区域内有两所小学，正常情况下初中一年级应该能够招收到140多名新生。但是，大多数时候至少有20人去读私立中学。我访问了这个地区内将孩子送到私立中学读书的一些家长，他们不愿意孩子读松虫中学的原因有：“听说那所学校高年级学生欺负低年级学生的现象很普遍，非常恐怖”、“把孩子放在那样的学校不放心”……

基于上述原因，具有榜样力量的孩子、学习成绩优秀的孩子、身体素质好善于运动的孩子以及热心于“家长教师协会”（PTA）的活动、协助学校进行教育的家长都无法集中到松虫中学来，这是一个非常棘手的问题。