

国家特色专业“公共事业管理”和江西省高校
高水平学科“教育学”建设成果

青少年 人生规划与指导

Qingshaonian Rensheng Guihua yu Zhidao

裘指挥 主 编
张 丽 副主编



高等教育出版社
HIGHER EDUCATION PRESS

国家特色专业“公共事业管理”
和江西省高校高水平学科“教育学”建设成果

青少年人生规划与指导

Qingshaonian Rensheng Guihua yu Zhidao

裘指挥 主 编

张 丽 副主编



高等教育出版社·北京
HIGHER EDUCATION PRESS BEIJING

内容简介

人生如大海航行,人生规划则是人生的基本航线。有了航线,我们才不会偏离目标,更不会迷失方向。青少年学会规划自己的人生具有重要的意义。全书的内容主要包括:充分认识和了解自我,树立正确的人生观,培养良好的身心素质,学会规划学习,建立和谐的人际关系,合理规划时间,学会理财和进行职业规划。本书可作为高等院校学生的教材和教师相关教学研究的参考书,也可作为青少年人生规划的通识读本。

图书在版编目(CIP)数据

青少年人生规划与指导/裘指挥主编. --北京:
高等教育出版社,2012.8
ISBN 978-7-04-033499-9

I. ①青… II. ①裘… III. ①人生观-青年读物②人
生观-少年读物 IV. ①B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 145829 号

策划编辑 崔凤文 责任编辑 崔凤文 封面设计 赵 阳 版式设计 杜微言
责任校对 陈旭颖 责任印制 田 甜

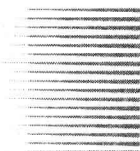
出版发行 高等教育出版社
社 址 北京市西城区德外大街 4 号
邮政编码 100120
印 刷 秦皇岛市昌黎文苑印刷有限公司
开 本 787 mm × 960 mm 1/16
印 张 19.5
字 数 290 千字
购书热线 010-58581118

咨询电话 400-810-0598
网 址 <http://www.hep.edu.cn>
<http://www.hep.com.cn>
网上订购 <http://www.landraco.com>
<http://www.landraco.com.cn>
版 次 2012 年 8 月第 1 版
印 次 2012 年 8 月第 1 次印刷
定 价 30.60 元

本书如有缺页、倒页、脱页等质量问题,请到所购图书销售部门联系调换

版权所有 侵权必究

物 料 号 33499-00



前言

我校的公共事业管理(教育管理)专业于2008年获教育部批准为第一批高等学校特色专业建设点。自该专业被批准立项以来,我们对该专业的建设工作高度重视,周密计划,潜心研究,狠抓落实。

专业的改革与建设可以说是一项系统工程。自我校公共事业管理(教育管理)专业建设立项以后,我们从该专业的建设目标、建设方案、进度安排、预期成果、支持保障等方面进行了系统的设计。该专业建设的总体目标为:通过四年的建设,将我校公共事业管理(教育管理)本科专业建设成在全国尤其是在中部地区具有示范性影响作用的教育管理专业人才培养基地和教师教育基地。该专业建设的具体内容包括专业人才培养规格与规模、支持与服务全校教师教育人才培养、以公共事业管理专业建设为主旨的科学研究、课程与教材开发、教学模式革新、师资队伍建设、提供专业性社会服务等。

整体实施方案的落实对于保证专业建设的质量至关重要,但在具体运行过程中我们注意区分轻重缓急,突出重点,努力抓好若干关键性要素。在各项具体建设任务中,我们特别重视人才培养模式的改革和专业课程的建设。在专业课程建设中,我们又将课程研发摆在特别重要的地位。经过多次讨论与论证,我们于2009年年初启动了该专业的课程研发工作。列入重点项目的课程都是围绕新的培养方案而研发的,它们的实施将有力地推进公共事业管理(教育管理)专业本科教学质量的提升。课程研发的具体项目主要包括以下10多种:教育原理与艺术、教育管理学、学校领导;理论与案例、教育评价的理论与实践、教育政策与法律、学校课程领导引论、学生组织与管理、当代教育新理念、名师与教师专业成长、青少年人生规划与指导、德育课程开发与实施、基础教育改革论、基础教育新课程改革理论与实践、中国传统教育管理文献选读、教育社会学、高等教育专题等。课程研发的内容

当然不限于教材的编写与出版,其范围较为广泛,但教材毕竟是课程的重要载体。因此,承担课程研发任务的有关人员,在接受课程研发任务以后积极开展研究,勇于探索改革。我们研发的这些课程,情况并不完全一样。有的属于传统课程,在保留课程原有精华的基础上,努力深化和拓展,尽可能体现我们自己的特色;有的属于新设课程,我们的研发任务在于建构较为合理而相对完整的课程内容体系。

我校的公共事业管理(教育管理)特色专业是睦依凡教授作为负责人申报并获批立项的,他对该专业的建设一直非常关心并给予了有力的指导,在此向他表示衷心的感谢!

在本丛书的编写过程中,我们广泛参阅了国内外的有关成果和资料,在引注中有可能挂一漏万,在我们所引用的资料中未能注明出处的,作者谨致歉意和谢意!本丛书的编写和出版得到了教育部高等学校首批本科特色专业——公共事业管理(教育管理)专业建设经费的资助,高等教育出版社和江西师范大学给予了大力支持,同时还得到高等教育出版社胡巍同志的热心推荐和帮助,对此我们也表示诚挚的谢意!

由于作者水平所限,本丛书肯定还存在不少缺点和问题,敬请读者提出批评意见,以便我们今后作进一步的修改和完善。

郑重声明

高等教育出版社依法对本书享有专有出版权。任何未经许可的复制、销售行为均违反《中华人民共和国著作权法》,其行为人将承担相应的民事责任和行政责任;构成犯罪的,将被依法追究刑事责任。为了维护市场秩序,保护读者的合法权益,避免读者误用盗版书造成不良后果,我社将配合行政执法部门和司法机关对违法犯罪的单位和个人进行严厉打击。社会各界人士如发现上述侵权行为,希望及时举报,本社将奖励举报有功人员。

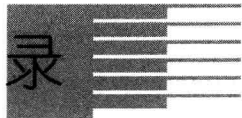
反盗版举报电话 (010)58581897 58582371 58581879

反盗版举报传真 (010)82086060

反盗版举报邮箱 dd@hep.com.cn

通信地址 北京市西城区德外大街4号 高等教育出版社法务部

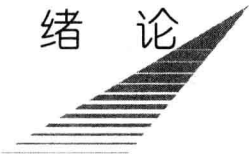
邮政编码 100120



绪论	1
第一章 了解自我	14
第一节 自我的概述	15
第二节 自我发展的历程	21
第三节 人生规划与自我了解	30
思考题	45
第二章 人生观的树立	46
第一节 人生观概述	47
第二节 公正意识的培养	51
第三节 权利意识的培养	58
第四节 诚信意识的培养	65
第五节 生命意识的培养	72
思考题	83
第三章 身心素养规划	85
第一节 身体素质规划	86
第二节 心理素养规划	94
第三节 良好自信心的养成	109
思考题	119
第四章 学习规划	120
第一节 学习的概述	121
第二节 青少年的学习规划	125
思考题	148
第五章 人际交往规划	151
第一节 人际交往概述	152

第二节 青少年的同伴交往	161
第三节 青少年的师生交往	179
思考题	186
第六章 时间规划	188
第一节 时间概述	188
第二节 科学管理时间	192
第三节 青少年如何有效地利用时间	205
思考题	220
第七章 理财规划	222
第一节 理财规划概述	223
第二节 理财理念	232
第三节 理财策略	247
思考题	256
第八章 职业规划	259
第一节 职业规划概述	260
第二节 自我了解与职业定位	269
第三节 职业规划的原则和步骤	279
第四节 谋职策略	284
思考题	291
附录:人生格言 100 句	293
参考文献	298
后记	303

绪 论



一、人生规划的概念

(一) 人生

人生,简单地说,就是指人的一生,即从出生到死亡的全过程。人的一生包括童年、青少年、成年、中年、老年和晚年阶段。对于“人生”这一概念不同的人有不同的解读。

明朝刘基的《医说赠马复初》:“天地辟而人生,蠢蠢焉;圣人出而后异於物。”这里的“人生”指:人出生,人类产生。毛泽东的《采桑子·重阳》词:“人生易老天难老,岁岁重阳。今又重阳,战地黄花分外香。”,这里的“人生”指人的一生。《左传·成公二年》述:“人生实难,其有不获死乎?”《后汉书·张霸传》:“人生一世,但当畏敬於人,若不善加己,直为受之。”唐朝杜甫《送殿中杨监赴蜀见相公》诗:“人生在世間,聚散亦暂时。”叶圣陶《隔膜·苦菜》:“劳动是人生的真义,从此可得精神的真实的愉快。”这里的“人生”指人的生存和生活。

中国幸福学研究者认为,人的本性是不满足,幸福是人们的渴求被满足后所获得的愉悦感觉,人类的最终追求是幸福。因为人的本性是不满足,不满足导致了人们的渴求——渴求获得了满足——人们就获得了幸福。同时,幸福的感觉都是暂时的,随着时间的流逝,每一个幸福的感觉都是会消失的。此后又会萌生新的渴求,因而又会继续寻找新的幸福。人生就是这样不断追求寄托,追求幸福的过程。

人生,按国际著名公益组织君友会的概括,是指人的生命、人的生活或人的一生。

(二) 人生规划

人生规划就是在了解与认识自己的基础上,根据社会发展的需要和个人发展

的志向,对自己未来的发展道路做出一种预先的策划和设计,即计划怎样走好自己的人生道路。通俗地讲,人生规划是个人对自己人生做出的一种安排,它包括一个人的学习、工作、生活各个方面的内容,目的是使每个人在人生的征途上充分发挥自己的价值,过得有意义。所以,我们可以这样理解人生规划,人生规划就是一个人人在认识自己的基础上,充分发挥自己的能力,运用各种条件,实现自己的人生目标。人生规划的核心内容是人生目标和规划,这个规划的过程贯穿人的一生。

人生规划是关于人生总的计划,是为实现自己的人生理想而制定的奋斗过程,而不是短期内的想法或短期的计划。在当今社会中,青少年有必要尽早规划自己的人生,确立自己的人生目标,设计自己的人生道路,增强自己的竞争力,选择好适合自己的职业,让自己的人生充满光彩,实现自己与社会共同发展进步的目标。

人生规划概括起来包括:认识自我、人生观的树立、身心发展规划、学习规划、人际交往规划、时间规划、理财规划、职业规划等。人生规划能够帮助我们在规划自己人生的同时,合理地思考自己的未来,尝试性地选择将来适合自己从事的职业,并从青少年时代就开始培养自己适应将来职业需要的综合能力。此外,人生规划可以帮助我们确定人生目标,制定行动的措施,增强责任感,增强学习的动力。

与人生规划相关的概念有职业规划、生涯规划等。职业规划是指个人发展与组织发展相结合,在对个人和内外环境因素进行分析的基础上,确定一个人的事业发展目标,并选择实现这一事业目标的职业或岗位,编制相应的工作、教育和培训行动计划,对每一步骤的时间、项目和措施作出合理的安排。职业规划是人生规划的一个组成部分,人生规划的范围更广泛,包括人生各个方面的规划。

要理解生涯规划,首先要理解生涯的内涵。生涯的英文单词是 *career*,是道路(*way*、*road*、*path*)的意思,指的是一个人一生的成长道路或发展轨迹,与之类似的单词还有 *work*、*vocation*,指的是职业、工作的意思。美国国家生涯发展协会(*National Career Development Association*)提出,生涯是个人通过从事工作所创造出的一个有目的的、延续一定时间的生活模式。我国很早就出现过生涯一词,最早在庄子的著作《庄子·养生篇》就有生涯一词,书中这样写到:“吾生也有涯,知也无涯。”生命是有限的,求知是无限的。

美国的生涯理论专家舒伯(*Super, 1976*)指出:生涯是生活中各种事件的演变

方向和历程,包括人一生中的各种职业和生活角色,由此表现出个人独特的自我发展类型。它是个人从青春期开始到退休以后一系列的有报酬或无报酬职位的总和,还包括了副业、家庭和公民的角色。舒伯(1980)认为个人的人生发展主要由三个部分组成:一个是时间,就是一个人的一生或生命历程,包括成长、探索、建立、维持、衰退五个阶段;二是范围,就是一个人一生所扮演的各种不同的角色,如子女、学生、家长、公民、职员、领导等;三是深度,就是一个人扮演每一个角色时投入的程度,如有的人作为职员工作上非常认真,尽职尽责,得到同事的认可和领导的表扬,这种投入的程度就很深。

综合来说,生涯就是个人生活中各种事件的前进方向和历程,它包括人生中各种职业和生活的角色,体现出一个人独特的自我发展特点。

在当今的社会,生涯已经成为激励人们在人生中努力奋斗的巨大引擎,使人们不间断地做出努力和创新。个人(尤其是青少年)应该通过生涯规划来认识自己的能力、兴趣、性格、特质、潜能等,以建立适合的生涯目标。

生涯规划简单来说,就是对影响我们生涯发展的经济、社会、心理、教育、生理等各种因素的选择和创造。它通常建立在个体对自我全面、深刻认识的基础之上,是在考虑个人的智能、性格、价值及不足的前提下,规划、调整、完善自己,以实现完满人生的过程。有的学者认为生涯规划等同于人生规划,而有的学者认为其不同于人生规划的重点在于生涯规划更多关注的是职业规划。

二、人生规划的意义

我国有句名言:“凡事预则立,不预则废。”在当今信息化社会,青少年进行人生规划具有重要的意义。通过人生规划能够让青少年找到人生发展的正确方向,发挥自己的聪明才智,从事适合自己的职业,既发挥对社会的积极作用,又让自己的人生过得更精彩,最终实现自己的人生价值。

2003年7月24日的《中国青年报》刊登了一则引起社会巨大反响的消息:

23岁的刘立早这个暑假收到了清华大学建筑系的入学通知书。这意味着刘立早将在四年后拿到清华大学建筑学的本科文凭(清华大学建筑系的学制是五年,因为刘立早已经拥有了学士学位,可以免修部分公共课程,入校后可以与大二同学

一起学习);而此前他已经是国内某顶尖大学的“直博生”(即硕博连读)。如果不是做出新的选择,他原本可以在四年后获得博士学位。这位已经修完一个学期研究生课程的青年,事隔五年再度参加高考的唯一目的是要学习适合自己的专业。

2003年6月25日四川成都的《华西都市报》也报道了一则类似的消息:

今年高考,成都市理科状元邹挺的经历堪称传奇:2000年他以成都市理科第二名的优异成绩考取北京大学医学部,去年,渴望重新寻找“专业定位”的他毅然从北京大学退学,回到母校成都七中“补习”。今年6月,20出头的他再次走进高考考场。据了解,邹挺原在北京大学医学部临床医学专业八年制“直博班”学习,并在班上担任班长一职。知情人透露,邹挺2000年应届高中毕业时,高考成绩仅次于他的同学——当年的四川省理科状元,即成都七中才女叶欣。邹挺进入北大后,由于所学专业并非自己的兴趣所在,为此十分苦恼,并萌发了重新参加高考,重新选择专业的念头。经过反复思考和权衡之后,邹挺于去年告别了北京大学,回到了母校成都七中,插班进入该校高三年级,与学弟学妹们一起备战高考。

在我国之所以会发生这种事情,主要原因之一是家长、老师和青少年自身的人生规划意识不强。家长或老师在遇到孩子填报志愿、选择专业、找工作、爱情婚姻等人生重大问题时往往是凭借自己的人生经验代替孩子做主,没有合理地分析孩子的主客观情况,从而做出的决定缺乏科学性和有效性。此外,一些传统文化因素也妨碍着青少年进行人生规划,家长只希望孩子的学习成绩好,考试能得高分,能考上好的大学,而无视孩子的个人情况、兴趣爱好、性格特点,不注重孩子的潜能开发,家长把自己没有实现的愿望寄托在孩子身上,给孩子增加了过重的负担,以至阻碍了孩子的专长发展。由此可见,及早引导青少年进行人生规划具有重要的意义。

首先,人生规划有助于青少年确立明确的人生奋斗目标。目标犹如黑夜里的灯塔,为人指明了前进的方向。期望追求成功,实现理想的人必须有一个明确的人生奋斗目标,并朝着这个既定的目标做出努力。青少年还有很长的人生道路要走,制定人生规划能强化青少年的目标意识、方向意识,使他们少走弯路,始终朝着自己的目标努力。

列夫·托尔斯泰说:“理想是指路明灯,没有理想,就没有坚定的方向,而没有

方向,就没有生活。”苏霍姆林斯基说:“如果一个人的头上缺少一颗指路明星——理想,那他的生活将会是醉生梦死的。”车尔尼雪夫斯基说:“人的活动如果没有理想的鼓舞,就会变得空虚而渺小。”有无理想,理想是高尚远大还是平凡庸俗,能否为了自己的理想而矢志不渝地奋斗一生,这是伟人与庸人、成功者与失败者的一个重要分水岭,甚至是人与动物的本质区别之一。理想会赋予人明确的奋斗目标和无穷的奋斗动力,使人燃烧起熊熊不息的生命火焰,像火山一样喷射出巨大的能量和耀眼的光芒,那种创造的滚烫激情和释放的酣畅淋漓,就是一种最大的自我实现和人生幸福。前苏联政治家加里宁说:“只有向自己提出伟大的目标并以自己的全部力量为之奋斗的人,才是幸福的人。”苏格拉底说:“有理想是世界上最快乐的事。”法国哲学家哈伯特说:“你的目标确定了,你的脚步也就轻快了。”歌德说:“理想,一串跳荡的音律,奏响了我们心中青春的乐章;理想,一束心灵的阳光,点燃了我们胸膛里的火焰。”

戴尔·卡耐基曾对世界上一万个不同种族、年龄与性别的人进行过一次关于人生目标的调查。他发现只有3%的人能够明确自己的人生目标,并知道怎样把目标落实;而另外97%的人要么根本没有目标,要么目标模糊,要么不知道怎样去实现目标。10年后的回访结果令人吃惊:属于原来97%的没有人生目标的那些人,除了年龄增长10岁以外,在生活、工作、个人成就上几乎没有太大的变化,依然那么普通和平庸;而原来有自己人生目标的那3%的人,却都在各自的领域中取得了相当的成功,他们10年前提出的目标,都不同程度得以实现,并在按照原定人生目标继续前行,正越来越接近自己的人生总目标。

这个案例从一个侧面得出了“杰出人士与平庸之辈最根本的差别在于有无人生目标”这一论断,“志不立,天下无可成之事”,“如果你不知道你要到哪里去,通常你哪里也去不了”。

其次,人生规划有利于培养青少年的进取心和责任感。青少年时期是一个人身心发展逐渐成熟的时期,有心理学家把这一时期称为“心理断乳期”。该时期内,青少年的自我意识快速发展形成,能够慢慢地学会认识自己的性格特征和内心活动,逐渐减少对父母的依赖,开始参加一些社会活动,用自己的眼光来审视这个社会,但是青少年又是刚刚接触社会,涉世未深,对社会的认识还不成熟,处于独立

与依赖相互交织的矛盾状态。人生规划有利于培养青少年的进取心和责任感。

云南大学学生马加爵杀人被捕后,终于有所悔悟,他对自己的姐姐说:“姐,现在我对你讲一次真心话,我这个人最大的问题就是,我不知道人生的意义到底是什么?”在临刑前的最后一次采访中,马加爵又说:“我觉得,没有理想、没有责任感是我最大的失败!”人之将死,其言也善,这是一个年轻的死刑犯用生命代价换来的人生教训,只可惜为时已晚,他已经永远没有悔过补救的机会了!

英国作家维克多·费兰克说:“每个人都被生命询问,而他只有用‘负责’来答复生命。因此,‘能够负责’是人类存在最重要的本质。”责任感是人之为人最重要的品质之一,一个人必须有对他人、对家庭、对社会、对人类的责任意识和奉献意识,否则就算不上一个真正意义上的人。但人所有的负责都要以对自己的负责为前提。契诃夫说:“自己的命运应由自己创造,而且应该绝对排除虚伪和坏事。”所以,人应当确立积极进取、正直高尚、拼搏奋斗、创造奉献的人生信仰,选择健康光明、独立自主、目标明确、自我实现的生活方式。

最后,人生规划可以帮助青少年发掘自己的潜能,增强人生实践的能动性。人生规划是对自己人生的安排,包含着对未来的期望,这种期望对青少年的作用是能够激发他们努力奋斗,发掘自己潜能的热情,调动青少年积极的情绪力量,最大限度地发挥自己的全部能量。

1944年,美国洛杉矶郊区有一个没有见过世面的15岁少年约翰·戈达德在《一生的志愿》表格上认真地填写了127个目标。这些目标包括:到尼罗河、亚马孙河和刚果河探险;登上珠穆朗玛峰、乞力马扎罗山和麦特荷思山;骑上大象、骆驼、鸵鸟和野马;探访马可·波罗、亚历山大一世走过的道路;驾驶飞行器起飞降落;读完莎士比亚、柏拉图和亚里士多德的著作;写一本书……

写完后,他给每个目标编号说:“这就是我的生命志愿,我要用自己的生命去一一完成它!”

16岁那年,他和父亲到了乔治亚州的奥克费诺基大沼泽和佛罗里达州的艾佛格莱兹探险,他完成了表上第一个项目;

18岁那年的秋天,他踏着漫天落叶离开了自己的家乡;

20岁的时候,他成为了一名空军驾驶员;

21 岁的时候,他已经旅行过 21 个国家;

22 岁,他在危地马拉的丛林深处发现了一座玛雅文化的古庙。同年,他成为了“洛杉矶探险家俱乐部”有史以来最年轻的成员……在亚马孙河探险时,他几次船毁落水,差点死去;在刚果河,他几乎葬身鱼腹;在乞力马扎罗山上,他遇到雪崩,甚至被凶猛的雪豹追逐。将近 60 岁的时候,他已经实现了 127 项目标中的 106 项。这在一个普通人看来实在是一个奇迹。

爱因斯坦说:“我们一来到世间,社会就在我们面前树起了一个巨大的问号,你怎样度过自己的一生?我从来不把安逸和享乐看作是生活目的本身。”他又说:“生命会给你所要的东西,只要你不断地向它要,只要你在要的时候讲得清楚。”所谓“讲得清楚”就是要有非常明确的人生理想和奋斗目标,人必须深刻地思考生命及其存在的价值和意义,只有清醒地意识到生命的短暂性和有限性,人才会有一种时不我待的紧迫感和规划意识,才会对自己的一生负责,做自己人生的设计师和命运的主宰者,为自己树立人生的理想和奋斗的目标,找到最适合自己的位置,让自己的生命潜能最大程度的释放,让自己的一生活出最大的价值和意义。屠格涅夫说:“我们的生命虽然短暂而渺小,但是伟大的一切都由人的手创造。”法国画家范戴克说:“生命是一支箭,因此,你必须知道瞄准什么目标和如何运弓,然后把弓弦拉足,让箭飞射出去!”

旅美华人高燕定先生在 20 世纪 80 年代带着自己的妻子和女儿前往美国定居。到达美国后,高燕定先生专门拿出时间辅导女儿的学习,思考女儿今后的发展方向。他非常注重培养女儿的独立自主精神与解决问题的能力,从女儿小时候开始就让她独自乘坐校车上学,有问题就鼓励她去图书馆查找资料,解决问题。在他细心的辅导与照顾下,女儿顺利地拿到了哈佛大学的法学博士学位,并跻身于美国的上层社会。高燕定先生结合自己教育女儿的心得体会,写了一本《人生设计在童年》的书,这本书在国内极为畅销,作者在书中提出了“人生设计”的概念,作者主张家长应该结合孩子的情况,从小就开始做人生规划,设立人生目标,家长和孩子可以及时找出差距,调整孩子的学习内容,培养相应的能力,有意识地为孩子的未来做准备,可以保证孩子在教育资源有限、生存竞争日趋激烈的社会中保有立足之地,拥有美好人生。

人生规划可以帮助青少年有目的地充分利用身边的有利条件,结合自己的性格特点挖掘内心的优秀品质、独特的创造力,锻炼自己,提高自己,有意识地按照制定的计划去实现人生目标。

1968年的春天,罗伯·舒乐博士立志在加州用玻璃建造一座水晶大教堂。教堂的预算为700万美元,这对当时的舒乐博士来说是一个惊人的数字。当天夜里,舒乐博士拿出一页白纸,在最上面写上“700万美元”,然后又写下10行字:一、寻找一笔700万美元的捐款;二、寻找7笔100万美元的捐款;三、寻找14笔50万美元的捐款;四、寻找28笔25万美元的捐款;五、寻找70笔10万美元的捐款;六、寻找100笔7万美元的捐款;七、寻找140笔5万美元的捐款;八、寻找280笔25 000美元的捐款;九、寻找700笔1万美元的捐款;十、卖掉10 000扇窗,每扇700美元。

60天后,舒乐博士用水晶大教堂奇特而美妙的模型打动富商约翰·科林,使他捐出了第一笔100万美元。第65天,一位倾听舒乐博士演讲的农民夫妇,捐出第一笔1 000美元。90天时,一位被舒乐博士孜孜以求精神所感动的陌生人,在生日的当天寄给舒乐博士一张100万美元的银行支票。第二年,舒乐博士以每扇700美元的价格请求美国人认购水晶大教堂的窗户,付款的办法为每月70美元,10个月分期付清。6个月内,一万多扇窗全部售出。

1980年9月,历时12年,可容纳一万多人的水晶大教堂竣工,成为世界建筑史上的奇迹与经典,其最终的造价为2 000万美元,全部是舒乐博士一点一滴筹集而来。

(资料来源:<http://www.edudo.com/ziyuan/0606/18009.asp>)

不是每个人都要建造一座水晶大教堂,但是每个人都可以设计自己的梦想,每个人都可以摊开一张白纸,敞开心扉,写下10个甚至100个实现梦想的途径。

三、不同时期人生规划的任务

人的一生,是“学”的一生,从小“学”到老。人的一生是逐渐成长的一生,是不断充实的一生。成人要引导儿童和青少年理解人生不同时期的特性,逐步地读懂自己,规划好自己的人生。

人生规划与人生各阶段的智力、性格特点、兴趣、社会化的程度息息相关,成为

一种动态的过程,随着青少年年龄的增长,经验的增加,认识能力的提高,个人的发展任务也会不断变化。为此,帮助儿童和青少年了解人生在各阶段的特点,确定符合年龄特点的发展任务具有重要的意义。

出生~10岁:打基础时期。这一时期最重要的任务就是培养健全的人格,感受家人与集体的温暖、享受快乐的童年。发展任务包括:培养儿童良好的自我协调能力,增进自我认同感;培养孩子的人际交往能力和团结合作的精神,使孩子养成良好的学习和生活习惯;鼓励孩子参加自己感兴趣的活动的;从事一些力所能及的事情,如家务劳动,以培养责任感。

10~20岁:“成人”的时期。在这个阶段,要学会从学校走向社会,通过实践活动,认识自己和社会,进一步培养自己的能力和专长;树立正确的人生观,培养良好的身心素质,特别是自信心、独立性和交往技能的培养;了解高等院校各种专业的开设情况,了解职业类型,初步确立职业价值观。一般要解决定位问题:我有什么样的性格,有什么特长,我想成为什么样的人,哪个行业适合我,我应该往什么方向发展等。

20~30岁:走好第一步。这是谈婚论嫁、事业起步的最佳时段。主要任务是选择职业,在某行业中站住脚,获得一个初始位置;成立家庭,解决基本的生活问题,有一个安定的心态;要树立自己良好的形象,逐渐积累各种资源,包括知识、技能、经验和人脉关系等。

30~40岁:不可忽视修订目标。这是充分展现自己才能、婚后事业发展的最佳时段。除成为单位的骨干、行业的专家,获得较高的职位外,对很多人来说,还有一个调整职业、修订目标的任务。人到30多岁,应当对自己、对环境有了更清楚的了解。看一看自己选择的职业,选择的生涯路线,确定的人生目标是否符合现实,如有出入,应尽快调整。

40~50岁:及时充电。这一阶段是人生的收获季节,是人生事业达到高峰的时段。这时候,要上的台阶是从小康到富裕,必须进入社会的精英阶层,在单位中要进入决策层,在行业中要有影响力。此阶段的一个重要任务是及时充电,很多人在此阶段都会遇到知识更新问题,特别是近年来科学技术高速发展,知识更新的周期日益缩短,如不及时充电,则难以满足工作需要,甚至还会影响事业的发展。