

# 铁路团组织

## 体验式教育工作手册

Tielu Tuanzuzhi Tiyanishi

Jiaoyu Gongzuo Shouce

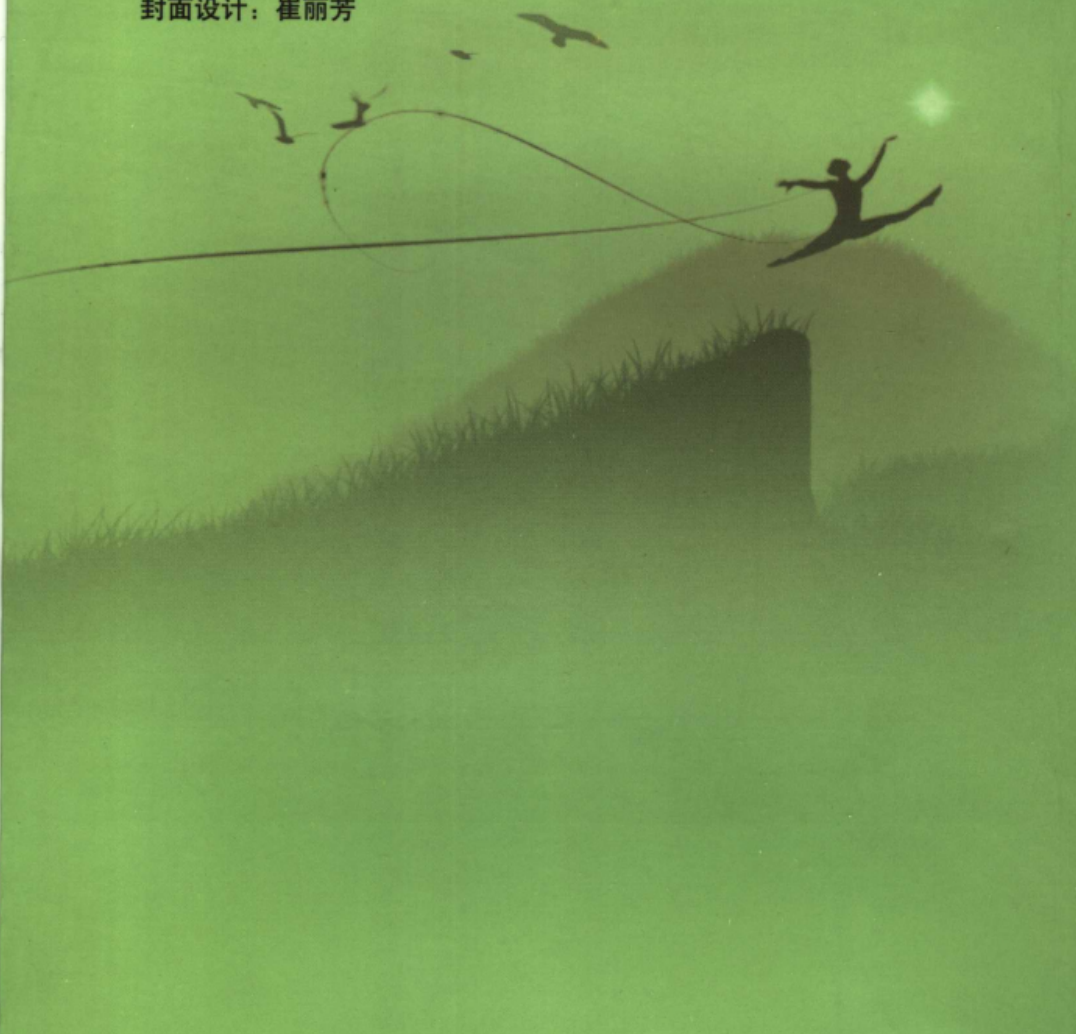
岳震 杨成 张腾 编著



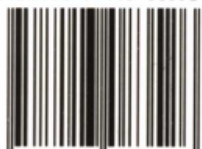
中国铁道出版社  
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE

责任编辑：荆志文 靳 岭

封面设计：崔丽芳



ISBN 978-7-113-08352-6



9 787113 083526 >

ISBN 978-7-113-08352-6/G·269

定 价：25.00 元

# 铁路团组织体验式 教育工作手册

岳震 杨成 张腾 编著

中国铁道出版社

2007年·北京

## 图书在版编目 (CIP) 数据

铁路团组织体验式教育工作手册/岳震, 杨成, 张腾  
编著. —北京: 中国铁道出版社, 2007. 9

ISBN 978-7-113-08352-6

I. 铁… II. ①岳… ②杨… ③张… III. 中国共产主义  
青年团—基层组织—共青团工作—手册 IV. D297-62

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 151553 号

书 名: 铁路团组织体验式教育工作手册

作 者: 岳震 杨成 张腾

出版发行: 中国铁道出版社 (100054, 北京市宣武区右安门西街 8 号)

责任编辑: 荆志文 靳 岭

封面设计: 崔丽芳

印 刷: 北京市兴顺印刷厂

开 本: 880 mm × 1 230 mm 1/32 印张: 8.375 字数: 174 千

版 本: 2007 年 9 月第 1 版 2007 年 9 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-113-08352-6/G · 269

定 价: 25.00 元

版权所有 侵权必究

凡购买铁道版的图书, 如有缺页、倒页、脱页者, 请与本社发行部调换。

编辑部电话: 010-51873014

发行部电话: 010-51873117

# 编写组

项目策划	徐总茂
课题顾问	高建男
统    筹	张荣峨 许寒秋
资    料	李伟 张洪涛

使用本书开展活动之前应当接受过相应的培训，并强烈建议应当取得相应师资认证。

确保安全是最重要的原则。使用本书开展活动应确保做好安全预案，同时任何高风险项目均应在专业人士指导下完成。

建议使用者掌握心理学和教育学领域的基础理论。

# 前言

## PREFACE

体验式教育是一种培训的新模式、教学的新方法和新理念，可以广泛运用于团干部培训和教学创新、心理辅导等方面，同时也是共青团组织改进思想政治工作方式方法的有效途径。

2004年全国铁道团委在团干部培训中引入了能力拓展训练的培训方式。2006年9月，铁路系统第一批体验式教育辅导老师在广州通过了师资认证。

为了让更多的铁路团干部了解、掌握这种新的工作方法，并在日常工作中娴熟地加以运用，以广东青年干部学院杨成先生所著的《经历·体验·成长》为蓝本，结合铁路自身的行业特点和时代特色编写了本手册。

本书介绍的体验式教育不仅仅是一种技巧和方法，更重要的是以此推动铁路共青团组织

# 前言

## PREFACE

思想政治工作方式方法的创新。一直以来，如何加强思想政治工作的效果始终是团组织关注的课题。本书介绍的各种活动所表达的理念可以在不同的情境中相互转换和迁移，而程序、技巧和方法都可以由运用者根据具体的情况进行调整。希望能够对铁路各级团组织和广大团干部有所启示，并且善以利用，以促工作。

如上提及，本书是以杨成先生的著作作为蓝本编写而成，其中部分内容也凝聚了铁路青年的智慧结晶。在此隆重致谢。

编 者

2007年7月10日

# 目录

## CONTENTS

### 第一篇 操作技巧

第一章 培训前的准备 .....	(3)
第一节 确定培训的目的 .....	(3)
第二节 全面了解培训的对象 .....	(4)
第三节 做好客观环境的准备 .....	(5)
第四节 关于教案的设计 .....	(7)
第二章 培训中的技巧 .....	(9)
第一节 热身和破冰技巧 .....	(9)
第二节 活动的带领技巧 .....	(12)
第三节 小组建立技巧 .....	(21)
第四节 小组庆贺技巧 .....	(28)
第五节 小组辅导员的工作技巧 .....	(30)
第六节 解说技巧 .....	(40)
第七节 安全防范技巧 .....	(49)

### 第二篇 体验式教育的理论深化

第三章 体验式教育的概念与特点 .....	(55)
第四章 体验式教育的理论基础 .....	(64)

# 目录

## CONTENTS

- 第五章 体验式教育的历史与发展 ..... (73)
- 第六章 培训计划必须达到的标准 ..... (80)
- 第七章 应用体验式教育容易出现的误区  
..... (83)
- 第八章 活动项目的评估 ..... (85)
- 第九章 师资培育技巧 ..... (88)

### 第三篇 常用活动项目

- 第十章 44项常用活动项目的适用情景 ..... (95)
- 第十一章 44项常用活动项目的说明 ..... (98)

### 第四篇 主题教案示范

- 第十二章 和谐团队建设课程 ..... (195)
- 第十三章 新人融入课程 ..... (200)
- 第十四章 青年班组长课程 ..... (205)
- 第十五章 团干部作风建设课程 ..... (210)
- 第十六章 安全理念课程 ..... (215)
- 第十七章 有效沟通课程 ..... (220)
- 第十八章 自我突破课程 ..... (225)

# 目 录

## CONTENTS

第十九章 创新意识养成课程 .....	(230)
---------------------	-------

### 第五篇 心语集

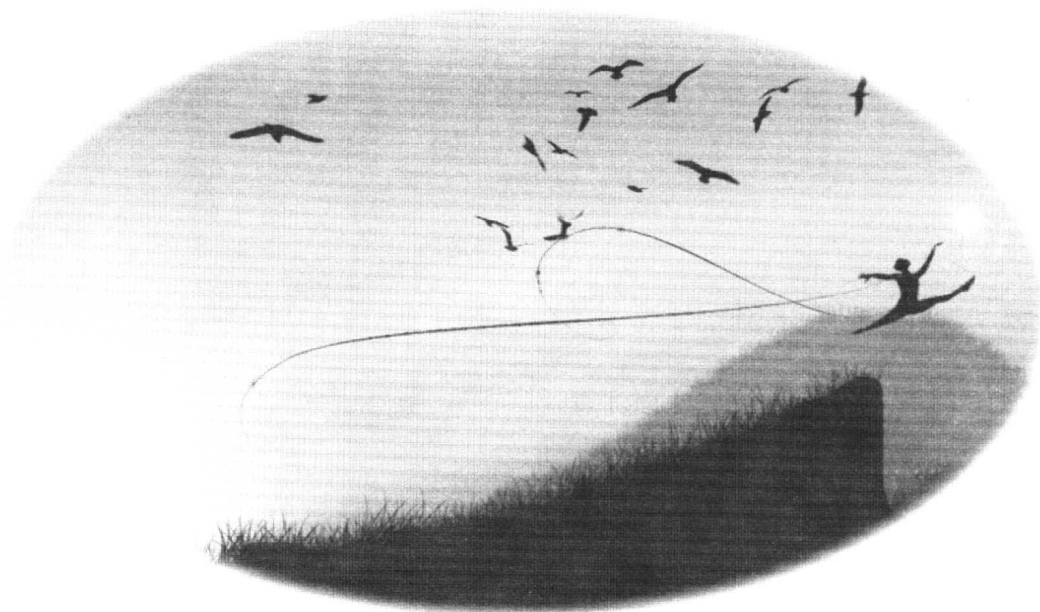
体验式教育的关键在于本土化 .....	(237)
别样的培训，别样的体会 .....	(239)
体验式教育的感悟 .....	(242)

### 附录 相关资讯

附录一 铁路师资名录 .....	(247)
附录二 国际体验式教育协会 .....	(253)
附录三 国际培训认证协会简介 .....	(254)
附录四 相关书目 .....	(257)

# 第一篇

## 操作技巧





# 第一章

## 培训前的准备

### 第一节 确定培训的目的

举办培训活动首先要明确培训将要达到的主要目标，也就是说，要为培训设定主题，开展一次培训所选用各种游戏活动，都要与活动或课题的目标一致。许多游戏活动在组织过程中可以注入不同的理念，最佳的效果是学员所获与导师期望一致。

因此，让所有的培训者充分了解每一个环节的活动要达到的目的是非常重要的。只有在充分明确培训目标的情况下，导师才能引导学员在无意识的状态下按照拟定的思路接受引导，并且得出组织者希望得到的启示。如果只因一些游戏运用方便或看似有趣而随便运用，往往会变成为娱乐而做游戏，不仅会影响到培训工作的整体效果，还有可能使人得出“体验式教育只是青年人的玩闹而已”的印

象，为团组织更广泛、更深入地进行课件开发带来不良影响。

## 第二节 全面了解培训的对象

### 1. 学员分析

对学员的年龄、性别、学历、经历、职务、工作状况、学习态度、能力等进行科学分析，有针对性地选择和设计游戏的趣味性、参与性。能提升培训的质量，促进历奇活动的开展。

进行体验式教育要着重分析学员以往参加类似培训活动的经历。因为体验式教育以游戏活动为主要方式，因此，一旦学员以往参加过类似的游戏项目，就很容易利用已获取的经验干预活动小组整体活动的正常开展。特别是当整个培训过程中有较多的游戏项目都重合时，不仅参与过的学员会游离于培训过程之外，其他的学员也会对参与过的学员产生依赖的心理，从而影响到培训的整体效果。

### 2. 人 数

大多数人开展活动都是以2~15人为一组。小组人数少，可令学员之间、学员与导师之间的沟通更密切。当较多人共同参与游戏活动时，要拥有足够的空间和时间，另外还必须配备足够的小组导师（辅导员）。在团队活动或培训中，常常以8~12人为一组最佳。

### 3. 初步考虑分组方式

对学员分组宜打破原有的建制。学员参加培训时，如果不另行分组，很容易造成局部学员交流过多，整体学员交流过少的情形。一般来讲，人们的心理特点会使学员满足于与

自己熟识的人交流，并自然的形成一个小团体。从心理学的角度，在这个小团体中就会有原先的社交角色和社交规则存在，使得学员在游戏的过程中就会有所顾忌而不能全身心投入。具体的分组技巧将在下面的章节中进行说明。

## 第三节 做好客观环境的准备

### 1. 器材设施

必须再次强调，任何活动使用的设施要有严格的规定和计划，必须绝对确保安全。要充分考虑潜在的安全风险，这在下面的章节中也会有专题说明。

由于团组织开展体验式教育地点多是不固定的，特别是从因时、因事制宜的角度考虑，便携带、可循环、易购且廉价的器材是最适宜的。在开发项目的过程中，也要对器材做出相应的考虑。

### 2. 场址要求

开展项目需要一定的空间，楼道、教室都可以作为上选的地点。当地选在室内时，室内的桌椅应当是易于移动的。固定的桌椅不仅会为开展活动带来限制，同时也容易成为安全隐患。

灯光、音响、投影的配合能为活动增加整体效果。一方面这些设备设施的应用可以使导师的总结和引导更为直观。此外，当开展感情挖掘类的项目时，充分地运用灯光、背景音乐等手段会更快地引导学员进入拟定的感情氛围。

户外活动场地更容易使学员放松下来，而且对于学员来说，相对陌生的空间能带来更大的挑战，更能令学员表

现出自然本性。

### 3. 所需时间

要对培训做出整体的时间计划。对于培训的每个阶段，直至每个项目所需的时间都要做出科学合理的安排，介绍游戏项目的过程要简明。进行游戏项目的过程要科学控制，学员成功完成游戏项目的概率与时间的长短没有必然的联系。时间太短自然难于完成，但无限制的拖延并不能保证学员一定会完成项目。同时，时间过长也会使学员失去耐心和信心，导致团队士气的低落。

### 4. 结合活动场地以及培训的目标及时间确定选择活动的类型

#### 层次一：运用于室内的历奇活动

目标是热身和破冰，活跃气氛。这是开展任何主题的体验式培训都必须具备的环节。下面章节会有详细介绍。

#### 层次二：低风险的室内外历奇活动

以小组为单位或在小组支持下，以个人为单位迎接挑战。目标是加强合作，促进沟通，增进团结，树立小组自信心，提升解决难题的能力。促使学员最终在导师的引导下将活动的体验提升为积极的理念。活动范例：蜘蛛网、穿越太空。此层次的活动常常通过小组动力使学员潜移默化地改变。

#### 层次三：较高风险的室内外历奇活动

这一层次的活动往往能够给学员带来更大的震撼和刺激，通常也更为学员们所欢迎，但是也意味着有更大的风险。要在做好充足的器材准备以及风险控制预案的情况下才能够组织实施。这一层次的活动能够帮助学员更好地认识自我，协调自己与他人的关系；用新思维审视自己的能