**乘风破浪会有时，直挂云帆济沧海**

**早该帮 编制**

大家好！

美国作家罗曼·V·皮尔的代表作《态度决定一切》披露了一切人生财富的心理根源，心态决定了我们的人生，决定了我们该怎样更好的去生活，就像我们短暂的青马班素质拓展训练给我们的锻炼和训练给我们人生的领悟。

教练把我们分成3个小组，每组都有自己的队长，他是每个队的核心人物，是一个小组的领导者，但是在一些活动的过程中，队长可能有考虑不周全的地方，方法可能平稳有效，但是如果创新可以提高效率，而在此时，队员的方法简单有效，如果队长—味坚持自己的方法，那么可能导致整个集体的落后，这时候队长心态的转变应该是为集体利益而暂定队员为组长，为这个活动做指挥。而其他队员服从组织，团结集体，这样才能好使团队取胜。

在昨天的游戏过程中，无论是练习还是挑战，都难免会出现差错，我们团队出现了很严重的失误，我总结了一下原因:主要是因为，练习时，再接再厉环节我们计划的比较好，练习效果也很不错，所以就一直在强调过程，只要配合一致，就一定能在最短的时间里完成，但是，秒表一掐，教练开始口令一下达，每个人心里总是想着下一个项目，以至于球最短的时间内到达终点，却没有进入目的地，功亏—篑，只能从头开始，而这时候失误却让我们更加慌张了。其实这次失误责任在于所有人，求胜心态占据了内心，知识忘记了稳扎稳打，没有放平心态。所以无论何时都应该保持一颗平稳的心，要让任何付出都得到收获，不能让马上到手的成功毁在终点线上。

《态度决定一切》书中提到“‘事情不顺利时，首先要改变自己的行动’和‘立刻行动’，如果同时施行这两条法则，就能很好的改变自己，提高自己”，所以遇到任何事情无论是自己还是一个团队，都应该在问题出现时改变自己，摆平自己的心态，才能更好的完成—件事，走向成功。

在两个人的合作中，信任是最重要的。—项挑战，两个人的实力固然重要，但是当拼搏到没有力气的时候，自己怕不上去的时候，给你帮助、鼓励的是自己的队友，可以说这个挑战项目我们是互相踩着对方的肩膀成功的。在那前进不能后退的时候，只有调整心态，给自己加油，和队友团结合作，才能完成那个我们既定的目标。

但是人生总有自己一个人的时候，当爬上梯子，走上断桥的时候，当自己在7.5米的高空而脚下只是30厘米宽的木板，当身边只有自己的时候，说不害怕是假的，腿都会不知主的战栗，但是只要跨出去，就成功了。之前，可能会想我跨出去踩不住板子掉下去怎么办，那时候调整心态，深呼吸，最要跨出去，我们就成功了。

其实这次拓展训练就像我们整个人生的历程，自己一个人的时候，没有人帮我们的时候，不能退缩的时候，我们只能靠自己去取得成功。两个人的合作，合作伙伴，就像我们的父母，朋友，在遇到困难时伸出来一只手，给我们帮助，他们是我们在需要帮助的时候帮助我们走向成功的人。团队，就是我们身边的集体，每个人必须心往一处走，面对挑战，我们才能能好的完成。而高空项目时，保护我们的绳子，就像是我们的家，在心里永远是安全的，永远是我们的保护着。

短暂的拓展训练结束了，给我的感悟确是一生的，我永远都不会忘记训练的场景，而这其中的意义，我相信是这些都会激励着我在人生路上，只要保持一颗平稳的心态，不惧风险，勇往直前，坚定目标，就一定能成功。我相信“乘风破浪会有时，直挂云帆济沧海”!

关键词：乘风、破浪、乘风破浪、会、有时、，、直挂、云帆、云帆济、沧海

参考文献：[1]早该帮https://bang.zaogai.com/item/BPS-ITEM-29707.html