**铭刻的是经历**

**——2013年强化培训班小结**

斗转星移，时光如梭，两天的时间转瞬即逝，时间就是这样在不经意之间就慢慢流逝了，留下了许许多多值得永远珍藏和回味的记忆。

“选苗育苗”计划是上海市开展多年的培育型工程，目的在于选拨一批优秀的毕业生作为干部的后备力量，为党和国家的未来发展提前贮备力量。在短短两天的时间中，我们从紧凑的课程中学到了如何交流、如何做人，如何看待党和国家的发展，如何树立我们的中国梦。时间虽然不长，但却收获良多。

**一、学会自信的沟通和交流**

第一堂课是由卡内基的资深培训师王玮老师带来的《赢在影响力，发挥沟通魅力》。王老师本人为人亲和，始终面带微笑，本身就散发出一种极具影响力的气质。王老师在这堂课中向我们阐述了沟通和交流的技巧，比如如何选择话题，如何倾听对方的语言，如何发挥自己的沟通魅力。其实每个人都会沟通，但每个人又不一定会真正的沟通，通过王老师的课，我深刻的体会到拥有良好的沟通和交流能力的重要性，这样的能力往往会让事情起到事半功倍的效果，能够帮助你在最短的时间内让对方了解你，让你能在短时间内建立良好的人际关系。让我印象最深刻的就是在一开始王老师让我们在会场中找尽可能多的人握手，本来我以为这样做大家彼此都会觉得尴尬，可事实证明当你和第一个人握手后，你就会渴望和第二个、第三个人握手，究其原因似乎很微妙，这可能就是人与人真诚交往后的“触电”吧。

**二、团队合作是永恒的话题**

中国关于团队、团结之类的古语箴言非常的多，我们在学校基本都是学生干部，或多或少的都组织或参与过一个新团队的素质拓展活动。素质拓展活动就是希望通过寓教于乐的形式，打破团队之间的隔阂，消除彼此的陌生感，让新生的团队能够更快的建立起良好的合作机制，让这个团队尽快具备最基础却是最重要的素质——合作。当下，合作扮演着成功的必然要素，没有合作，就不可能有成功，一个人的成功不是成功，一群人的成功才是成功，成功来源于大家的共同努力，真正的成功是一群人用自己的汗水和热情所浇灌的。

**三、我们的中国梦**

在第二场报告中，王冰教授向我们阐述了我国目前的国际形势和政策。中国目前正处于社会转型的重要时期，内有国家体制官员的不足，外有强国虎视眈眈。中国如何认识世界，世界如何认识中国，中国又如何自己？尽管国际形势复杂，包括众多邻国在内的国家，对我国的发展充满了担心，并不遗余力的想要阻止我国的发展，但我们的国家依然坚守自己的底线，为祖国的和平发展和崛起做着不懈的努力，我们用一种自觉自信的态度，进行着从传统大国向新兴大国的转型，面对国际体系中结构性、制度性、意识形态的挑战，我们积极谋划对外战略，并取得了良好的效果。我们有理由相信，我们的中国梦势必会实现。

谈到中国梦，就会与我党去年召开的十八大相联系，也不得不提到谷宇教授为我们带来的第三场报告，他用生动诙谐幽默的语言，向我们阐述了什么是中国梦，什么是中国特色社会主义，让我们对中国梦有了更加明确的认识。他鼓励我们要定好人生目标，找到自身的弱点，并努力改进和克服它，充分发挥学生干部带头讲原则的模范作用，这样才会让我们的中国梦更有质量。

在两次小组讨论的过程中，大家都积极抒发了自己心中的中国梦。有的同学从自己社会实践的经历谈起心中的中国梦，有的同学从社会现象谈起心中的中国梦。其实，我们心中的中国梦也许没有那么的宏大，但却是心中每个人的理想和追求，每个人心中的小中国梦汇聚起来就是伟大的中国梦，我们的中国梦就是为了实现每一个中国人心中的梦想而存在的。当然，也许我们心中的中国梦离我们实现它还有一些距离，但只要我们坚守这个信念，厚积薄发，总有一天我们将具备实现心中梦想的条件和能力。

**四、投身公益，回馈社会**

公益事业是最伟大的事业。虽然红会事件等诸多负面事件让我们看到了公益制度还需完善，但我们也可喜的看到红会在这一方面做出的改进和努力，我们更应该看到红会作为一个最具实力的公益组织所发挥出的重要贡献。同时，作为一个个体，我们也应该尽自己的能力做一些公益活动，虽然贡献很小，甚至杯水车薪，但是从无到有就是一种转变。如果我们人人都是那一杯水，何愁汇聚不出一片湖？

两天的学习不仅让我学到了一些基本技能，也让我领略了一些别开生面的思想政治课，更让我收获了来自沪上各大高校同学之间的友谊，从他们身上，我也学到了很多。我们有一个QQ群叫做“苗苗班”，真心希望这个苗苗班是一个起点，在我们的共同努力和呵护下，这个班级可以茁壮成长，培育出一棵棵能够顶天立地的参天大树！

**上海理工大学**

**蒋 宇 欢**

**2013年5月**