附件：（1）致学员的一封信

致即将参加拓展训练的学员

亲爱的朋友：您好！

作为华天人力资源集团培训顾问，我代表集团全体员工感谢您对我们的信任和支持。为了即将到来的这次培训，我们与您单位的组织者已进行了一段时间的沟通并做了认真的准备，在培训即将实施之际，让我们就有关情况和要求作个沟通，您可是这次培训的主角！

关于体验式培训

体验式培训是现代组织经常使用的培训方法，它把工作变成游戏和活动，用学员的亲身体验代替老师乏味的讲授，在充满乐趣、挑战和对现实工作的模拟体验中完成培训，再将培训中的切身感受和提升出的理论带回到工作中，得到单纯讲授无法达到的效果。

培训中为达到好的效果，您会在心理和解决问题的能力上面对种种挑战，通过对心理上的“舒适区”的突破，获得新的感受和感悟。我们的目的并非考验您的身体和心理的极限，在培训中我们鼓励您面对并克服挑战，同时也尊重您的选择。

体验式培训可以在室内、户外场地、水上或野外进行。您所参加的这次培训的大致安排，请您向培训的组织者了解；在培训开始前，我们还会专门向您介绍。

关于集合：

本次活动组织地点在天津 **宝坻云杉镇** ，时间为 6 月 23 - 24 日 ，行程是两天一晚，要求所有参训团队成员务必准时，过期不侯；本次拓展培训集合时间为:2018 年 6 月 23 日 06:45 - 07:15，**并现场领取拓展服装** ，集合地点为： **红庙校区停车场** ，07:20 准时出发,请大家不要迟到。本次拓展的返程时间预计为 6 月 24 日 16:30 请各位学员安排好时间

您需要做什么准备

充分的准备，将有助于您在这次培训中获得好的效果。

心理

好的心态对一个人来说也许是最为重要的，不同的心态会导致不同的结果。体验式培训也是如此。这次培训中抱着以下的心态对您和您的团队都会有益：

- ✧ 对自己有充分的信心，愿意客观面对自己的缺点，相信有更多的理想经过努力是可以实现的。
- ✧ 相信事情可以做得更好，愿意与大家一起努力并分享成功。
- ✧ 更愿意选择建议和行动，而不是抱怨和指责。
- ✧ 这是一个在挫折和努力中发现缺点、改进自我的共同学习的机会，而非休闲、旅游

或单纯满足刺激的假期。

✧ 这是一个平等的、宽松的、愉快的模拟体验和探讨的过程，而不是平时工作中等级角色和固定工作模式的延续。

✧ 在培训期间的培训和生活中，尽可能支持和鼓励同伴。

✧ 愿意换位思考，尽可能发现自己不曾意识到的优点和弱点，并愿意从同伴处征求看法和建议。愿意抛开成见，发现和赞赏同伴的优点并对其不足诚恳提出建议。

身体

健康而强壮的体魄无疑对户外体验式培训是有利的，但并非只有身强力壮者才能参加培训。只要身体基本健康，无特殊疾病和不适，都可以参加培训。因为体验式培训注重体验和感悟，并不以完成项目为重要目的，也不是一种身体能力的竞赛。但由于要在户外进行一些活动，基本的体能和活动能力也是必要的。如果您平时较少参加体育锻炼，那么从现在起您就应该做些慢跑和伸展等活动（不必剧烈），让身体处于更好的状态。

以下情况属于不能参加培训的范围：精神病、心脏病、脑淤血、癫痫、孕妇、习惯性脱臼、较重的颈椎腰椎疾病、骨坏死、肌无力，以及各种传染病正处于发病期的患者。

有其它疾病和身体残疾的学员须预先申明得到允许才可参加培训；培训中仍须随时与培训师保持沟通和确认。

物品

1、 请准备适合运动的服装、运动鞋。

2、 培训期间住在宝坻云杉镇。

3、 携带本人身份证（入住宾馆备用）。

4、 一部相机，将能留下您值得记忆的画面。摄像机操作比较麻烦，会影响您的培训，另外学校谢绝拍录讨论过程。

5、 学校备有外用急救药品，附近的卫生院能够处理一般疾病。您也可以根据个人的情况带上备用药品（特别是内服类药品）以及驱蚊药等。（紧急备用：最近卫生院距离基地500 米，距离县城最好的县医院距离本基地车程 20 分钟）

6、 不要携带含有酒精的饮料。

7、 下列物品可能会在培训中给您带来不便，请最好不要携带：

耳环、项链、镶嵌类戒指、硬质发卡等饰物及其它贵重物品。

8、 如果您佩带框架式眼睛,请自备眼镜绳。

9、 不要携带国家法律法规禁止的音像制品或其它宣传品。

安全是我们共同的责任

体验式培训融入了娱乐和挑战的要素，使学员在兴奋和战胜挑战的成功感的刺激下得到很好的学习效果。一般来说，在学员心理和身体能够承受的限度内，娱乐性越强、挑战越大，学习的效果就会越好。然而，在紧张或兴奋中的学员进行具有挑战性活动的过程中，必然存在出现安全问题的可能，尽管其概率大大低于一般体育活动。

我们把学员和培训师的安全看得比一切都重要，因为“拓展”既是我们的产品，更是我们的事业；安全是培训效果的基础。我们建立起了完善的安全保障体系，以随时随地的安全意识、国际认证的器材装备、严格规范的操作方法和多年积累的实战经验使安全得到最大的保证。同时我们努力使安全也成为学员培训过程中的重要体验。

为了您的安全，请您务必做到：

1、 培训前认真填写身体和健康情况调查表并由我们统一为您办理人身意外伤害保险。
2、 患有上面所述各种疾病及特殊情况的不得参加训练。有其它疾病的学员须事先说明。在培训中身体如有不适，须及时向培训师报告。
3、 培训期间请务必服从培训师的安全警告、指导和管理；不要离开您所在的小组单独活动，如有困难请向培训师要求帮助。
4、 禁止在无保护的情况下攀爬 1 米以上的高度。
5、 禁止在训练场地内吸烟；培训期间禁止饮酒。
6、 参与安全保护时恪尽职守，发现问题立即报告。
7、 请勿擅自参加计划外的项目；不得自行操作。
8、 请勿擅自游泳和外出。

预祝您培训顺利，得到更多收获！

咨询顾问：吴远汉

华天人力资源（GROUP）• 培训公司