

中国 F1 赛车界第一人，是如何成长的

2021年11月16日，年仅22岁的周冠宇成为一级方程式赛车(F1)阿尔法罗米欧车队的正式车手，这是世界一级方程式锦标赛创办70余年来，首位参加正赛的中国车手，为中国赛车运动立起一座重要的里程碑，开启了赛车史新时代。

一时间，中国赛车圈奔走相告、激动万分，而关于周冠宇的报道中总会提到他的家庭至少为他投入了一个亿，被称为赛车界的“王思聪”。然而，一个亿就能够让一个人的梦想成为现实？

国际汽车运动联合会(FIA)副主席万和平说，成为F1车手考验一个人体能、智慧、为人等各方面的“完整性”，或许这是相对冷静客观的答案。

1 兴趣仅仅是开始

周冠宇最开始与赛车的结缘并没有太多与众不同之处。2007年，8岁的周冠宇在上海的一家赛车俱乐部，在父亲的陪伴下第一次坐进了卡丁车驾驶舱，前所未有的速度体验刺激了他稚嫩的大脑分泌出大量多巴胺，强烈的兴奋感让周冠宇把赛车列入了自己的兴趣之中。这与当下很多孩子喜欢篮球、钢琴、画画，是差不多的过程。但多数孩子没成长性，这样学半年、那样学一年就停了下来，半桶水晃荡，干啥啥不行。这点，周冠宇不一样，他坚持了14年，一路攀登到金字塔顶端。

威廉·叶芝说：教育不是注满一桶水，而是点燃一把火。

这把火就是“内驱力”。

内驱力一词始于1918年，由美国心理学家伍德沃斯首次提出，他将内驱力解释为激起行为的源动力。

赛车是一项竞技运动，并不因为周冠宇衣食无忧就能得到优待。在日晒雨淋下重复练习驾驶动作、循环往复进行体能训练，各种磕碰、拉伤是家常便饭。受伤的时候，周冠宇会喊痛，也会落泪，但从不会

退缩放弃的念头，宁愿带伤参加比赛——他的内驱力被赛车这项运动激活了。很快，他的付出取得了羡慕旁人的回报。

2009年，周冠宇获得全国卡丁车锦标赛NCJ-A组(8~12岁)年度总冠军；2010年，以11岁低龄，包揽全国卡丁车锦标赛NCJ-B组(12~16岁)八个分站全部冠军。

这种连续不断的成就感如一股无穷的力量，推动着周冠宇不断前进。

一次假期里周冠宇去了英国，并跟着英国车队训练，参加了几场当地赛事，却只获得第15名左右的排位，一下子把这位在国内已经登顶的少年拉下了神坛。

但周冠宇并没有因此而沮丧，内驱力一旦产生，就不会轻易被挫折“浇灭”，反而会更加坚定，由此周冠宇决定：要去国外，要在更高水平的环境里去竞技。

2 有规划地实现目标

2011年，12岁的周冠宇远赴英国谢菲尔德留学，并且加入了当地的卡丁车学校学习。在一色金发碧眼的欧洲车手，黑头发黄皮肤的周冠宇是那么格格不入，但他很快克服了语言、文化、饮食等方面的差异，还通过实力获得了应有的尊重。三年里，他相继获得全美洲锦标赛、全英锦标赛以及欧洲锦标赛14~17岁组别的年度总冠军。15岁，周冠宇正式签约法拉利，成为亚洲第一位签约F1顶级厂商车队青训系统的职业车手。2018年，周冠宇赢得F3欧锦赛波城站首回合冠军，成为首位在这一级别单座赛事中夺冠的中国车手。

2019年，周冠宇加入雷诺运动学院(现Alpine学院)并成为车队的发展车手。这个决定一度让很多人无法理解，毕竟相对于法拉利这样的豪门，雷诺当时还没有输出过任何一名新星。而周冠宇的回答是：适合自己的才是最好的。两年后，周冠宇用成绩证明了这个选择是明智的。

“他走的路是非常标准化、体系化的，唯一的目标就是进F1。”业内人士如是评价周冠宇的追梦之路。

《箴言二·迁都建藩议》中提到：“不谋万世者，不足谋一时；不谋全局者，不足谋一域”，其实就是规划力。

如果说激发内驱力是唤起梦想的起点，拥有规划力则可以让实现梦想的轨迹清晰可见。规划力是一个相对冷门的词，不是单指制定计划或按部就班，而是包含了思考能力、决策能力、应变能力以及协调能力等等。

回顾周冠宇的成长历程，从卡丁车到F4、F3、F2直至圆梦，他总是在关键的时间点，拿到相应的成绩，一步一步进阶，最终水到渠成，这不是单凭某一项能力或运气能够做到的，一定是具备了总揽全局、掌握节奏的综合能力。

有没有规划力，人生大不同。

3 稳定积极的心态

在一次采访中，周冠宇说：进军F1，这是一代人一次的机会。F1是当今世界最高水平的赛车比赛，每年只有20来个正式车手，门槛之高，毋庸置疑。

从本世纪初开始，程丛夫、马青骅、董荷斌、张臻东等几代中国车手为了这个梦想，前赴后继，最终由周冠宇接下关键一棒，把中国车手的名字刻进F1的版图。

这次机会为什么周冠宇能够抓住？

马青骅说，周冠宇的特点就是稳定，各种条件下都能有不错的发挥。

周冠宇的这个特质，有故事为证。

2020赛季，周冠宇参加F2锦标赛。赛季初期，周冠宇遇到许多赛车故障，这些意外导致原本可以赢得的积分都遗憾从手中溜走，于周冠宇而言，面临的压力之大可想而知，但他依然保持着自己的竞技状态，在赛季后半程开始发力。

在赛季接近尾声时，周冠宇排名第八，但他不骄不躁，在最后一周仍然奋力追逐，最终获得了年度排名第六的好成绩。

走出状态低谷后，周冠宇在2021年3月历史性夺得F2巴林站正赛冠军，彼时的他也没有被一时的春风得意冲昏头脑。

赛后接受记者采访时，他冷静地表示：首先要完成一个小目标，我会一站一站去兑现我赛季前制定的计划。不会因为这一次夺冠就更改既定的计划。

胜败在竞技场里是常事，心态上出现波动也是人之常情，然而，当竞技水平相差无几时，胜者往往是心态更稳定的一方。

拿破仑曾说：能控制好自己情绪的人，比能拿下一座城池的将军更伟大。

稳定的心态犹如坚实的铠甲，能够抵挡各种外在干扰因素，使自己全身心地投入其中，朝着既定目标努力。

稳定的心态亦如徐来的清风，能够让人时刻保持头脑清醒，看清自己的优势与短板，促进自己不断反省提升，保持良好的状态。

这样的人不成功，谁成功？

虽然不是每个孩子都能够成为周冠宇，但我们相信一个拥有强大的内驱力、规划力且心态稳定的孩子会多一些成功的机会，会离美好的未来更近一些。在孩子的成长中，与一个亿比起来，这些更有价值，也更具有普适性。

慧妈简介 >>



罗畅

湖南长沙人，作家、心理治疗师。“我是愿意和孩子一起成长、勇敢在孩子面前承认自己不足的职场妈妈。”



■ 亲子资讯

“国门故事进校园”撒下爱国教育的种子

今日女报/凤网讯(通讯员 蒲启荣 王亚博)为深入推进警校共建，扎实开展“我为群众办实事”实践活动，2021年12月28日，湖南出入境边防检查总站走进长沙天心区实验小学开展“国门故事进校园”活动，两名荣归荣调民警秦谷丰、陈银谟为孩子们讲述了移民管理警察卫国戍边、抗击疫情的感人故事，播撒爱国教育的种子。

“同学们，你们知道我国的边防线有多长吗？”活动中，民警秦谷丰把主旋律电影《长津湖》和国防教育巧妙结合，以问答互动的形式，声情并茂地讲述了他在20年的戍边生涯中，经历的那些惊心动魄的缉毒故事，以及他捐资助学的爱心义举。

民警陈银谟通过分享真实感人的戍边视频，向学生们娓娓讲述17年来他在条件异常艰苦的雪域高原

戍守边疆的难忘经历，以及他和战友们克服恶劣天气坚守国门的感人事迹。他们的故事深刻诠释了边防警察向困难挑战、向极限挑战“缺氧不缺精神”的品质。

活动获得了老师学生们的交口称赞，纷纷表示，这是一堂很有意义的思政课，也是一堂深受启发的爱国主义教育课。