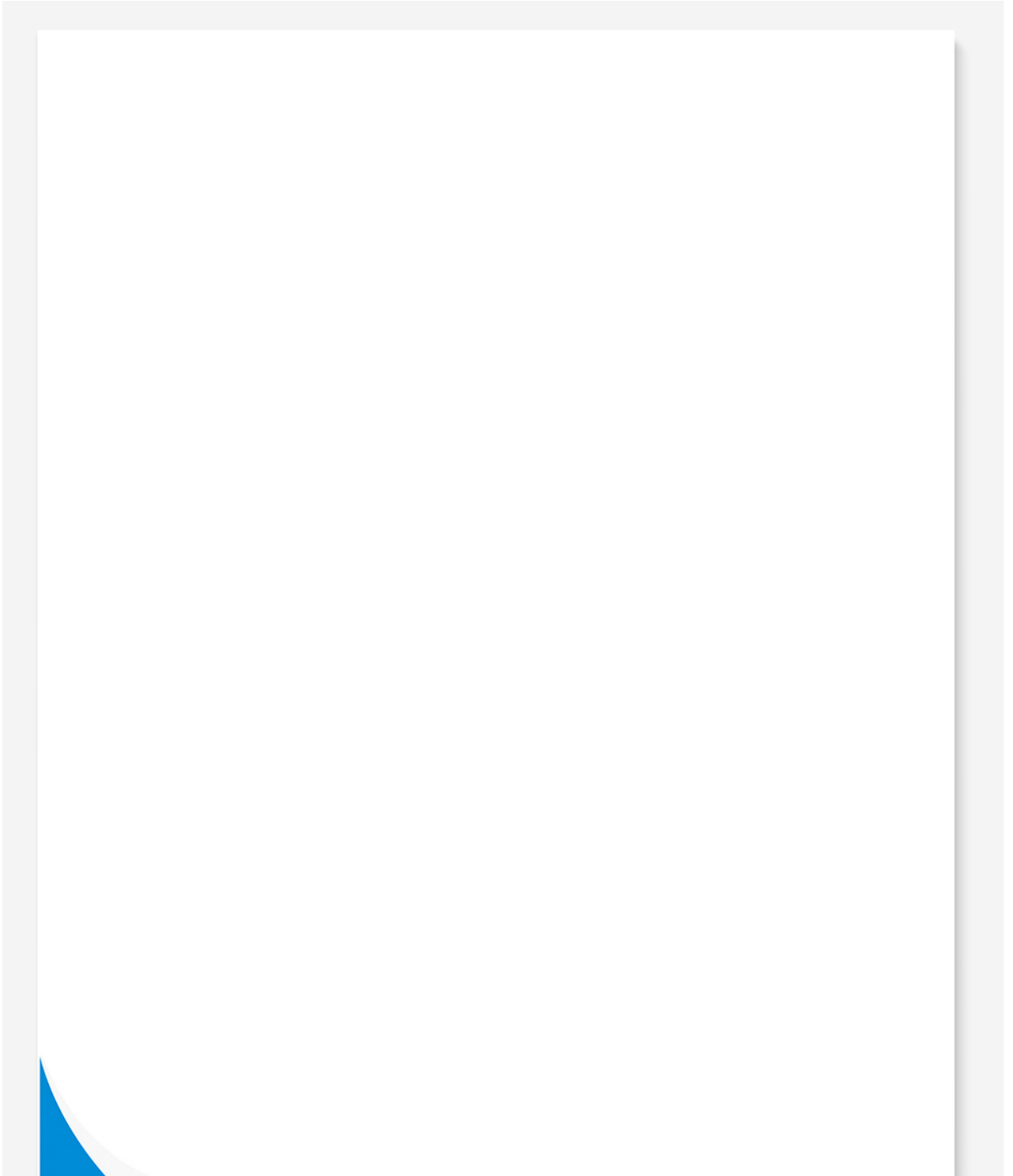


# QBQ 责任与个人效能训练

QBQ——提升企业运行效率最有效的管理工具！

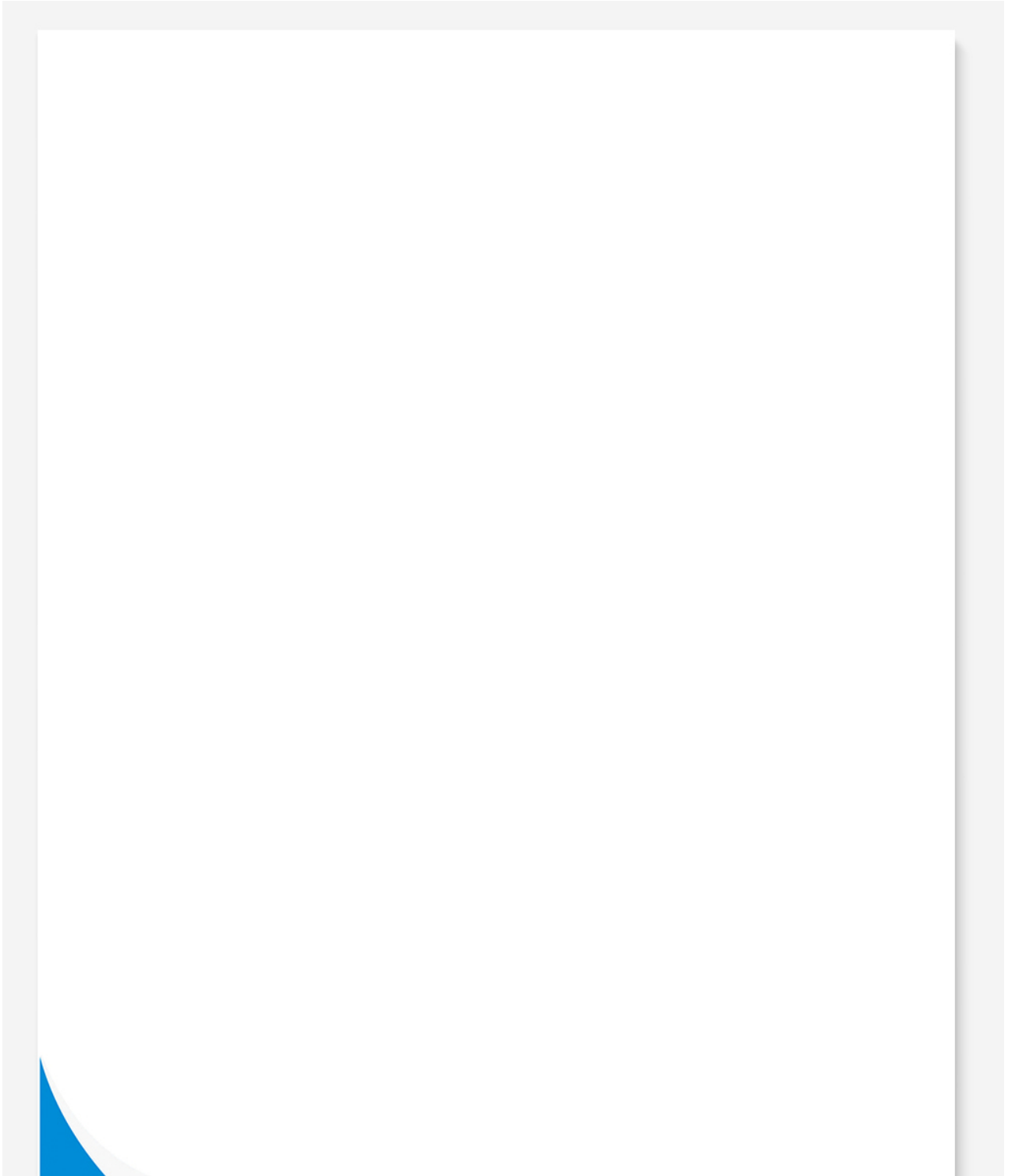
QBQ——降低人力资源管理成本最实用的沟通工具！



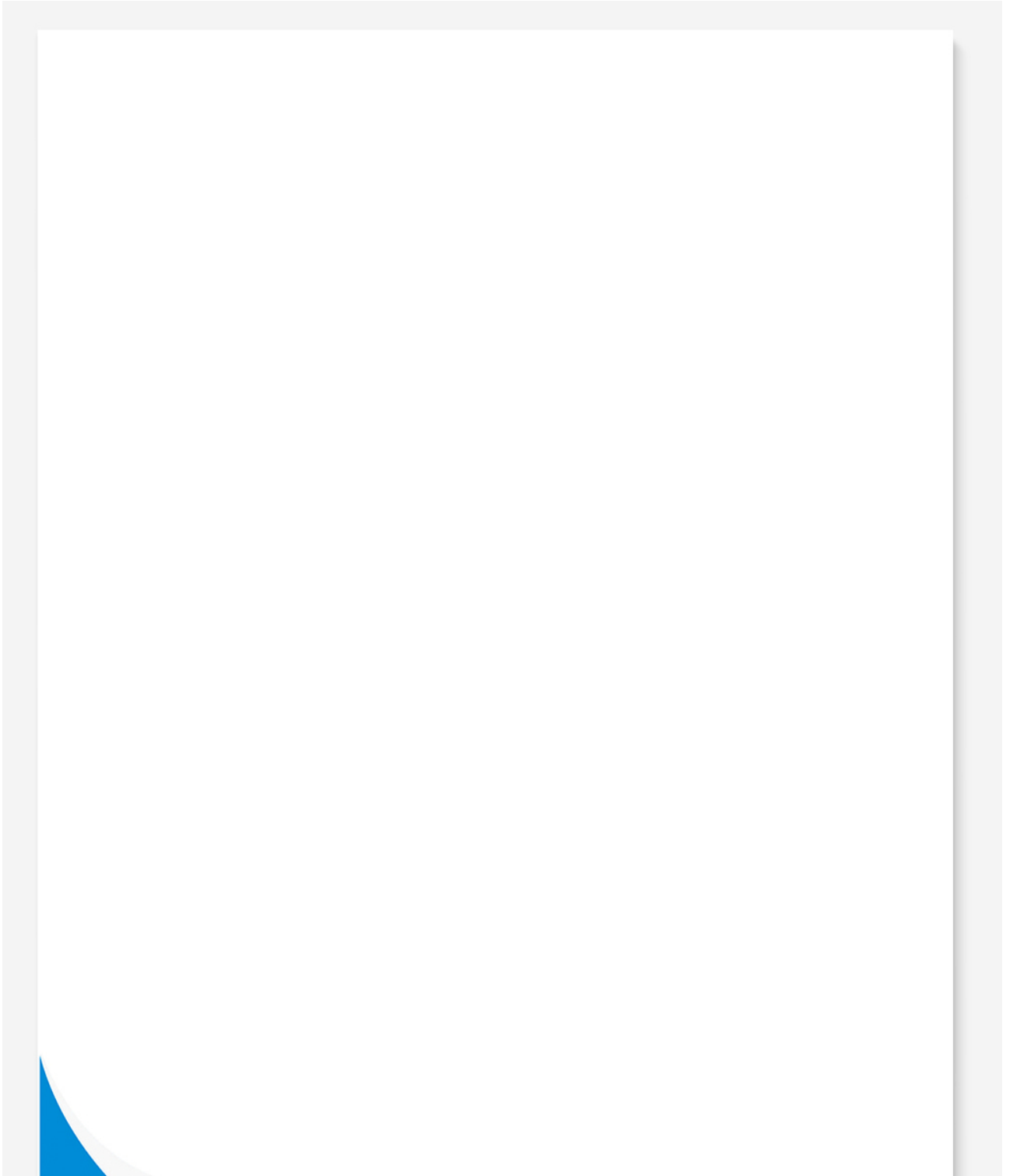
QBQ——打造高素质职业化团队最核心的培训工具！

QBQ——完全影响你一生的最佳思维训练工具！

**QBQ——因为需要而改变！**

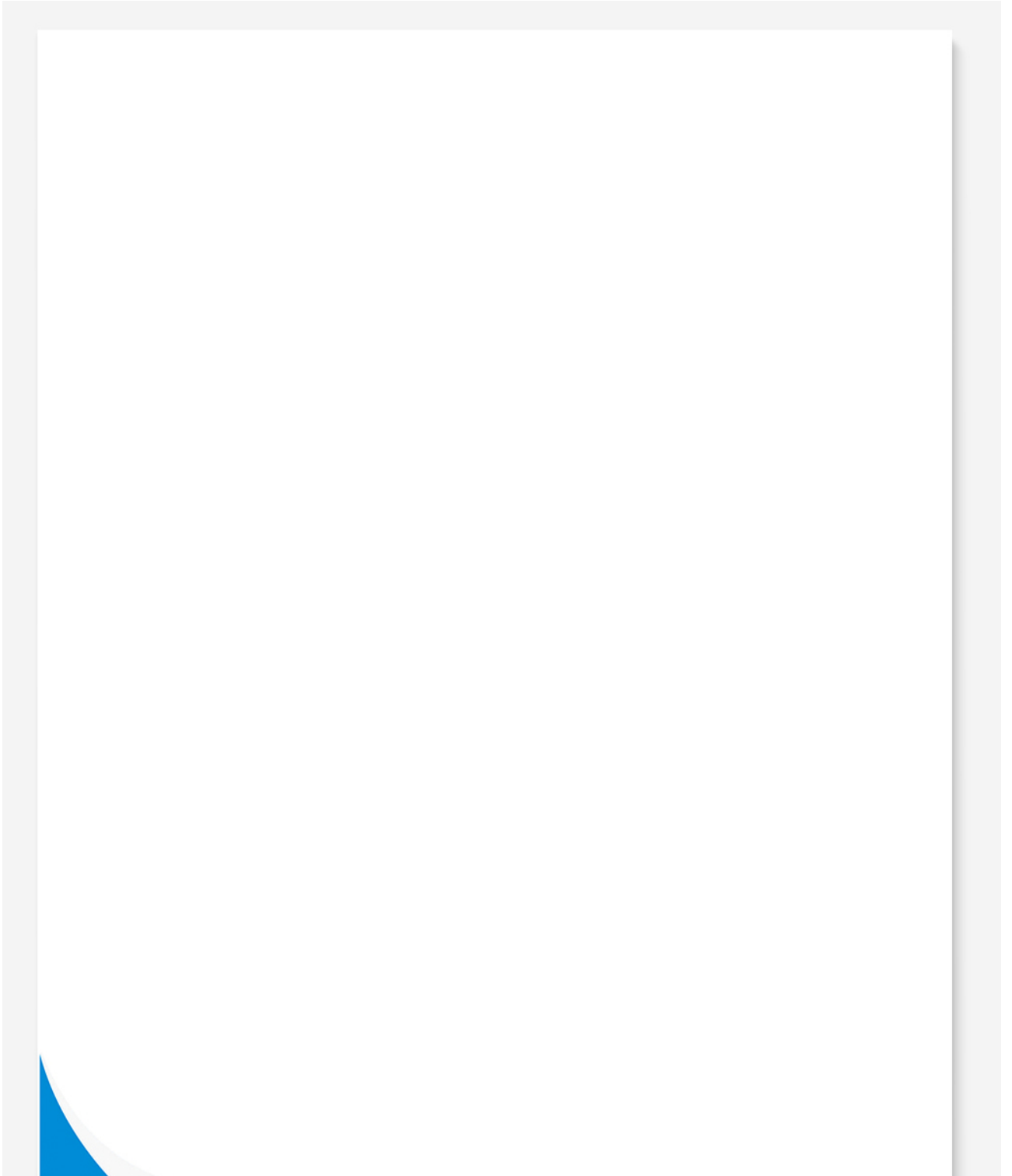


课程目录：



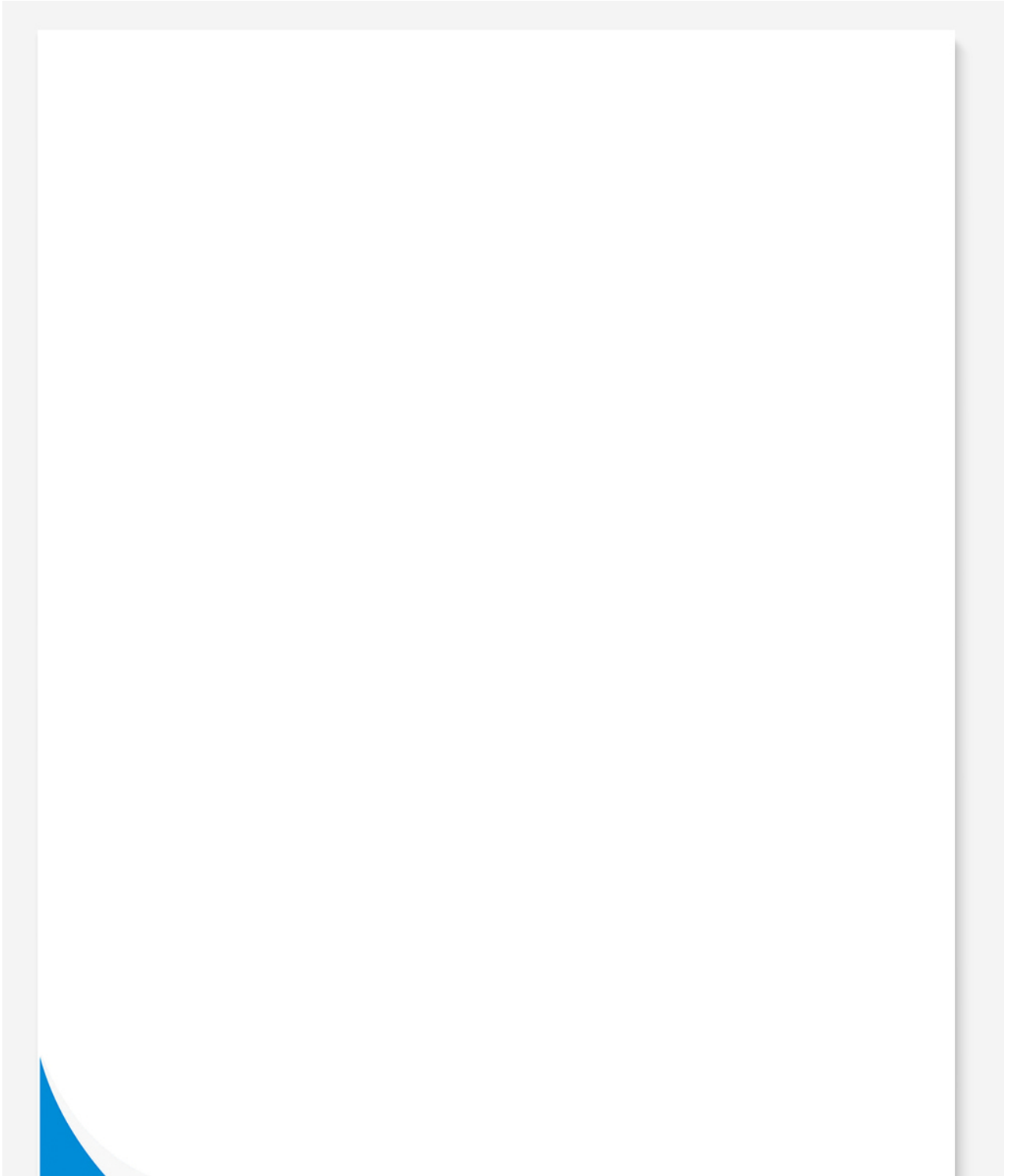
第一章、只有 100%自我负责才会带来积极的人生.....	2
第一讲：这样的人永远没有危机.....	2
第二讲：请把命运交给自己.....	2
第三讲：职场人生第一课——责任.....	3
第二章、如何才能做到 100%自我负责？.....	3
第一讲：请对自己的生命负责任.....	3
第二讲：请对自己的工作负责.....	4
第三讲：请对自己的承诺负责.....	4
第四讲：请对做事的结果负责.....	4
第三章、责任胜于能力.....	5
	4





# 课程大纲：

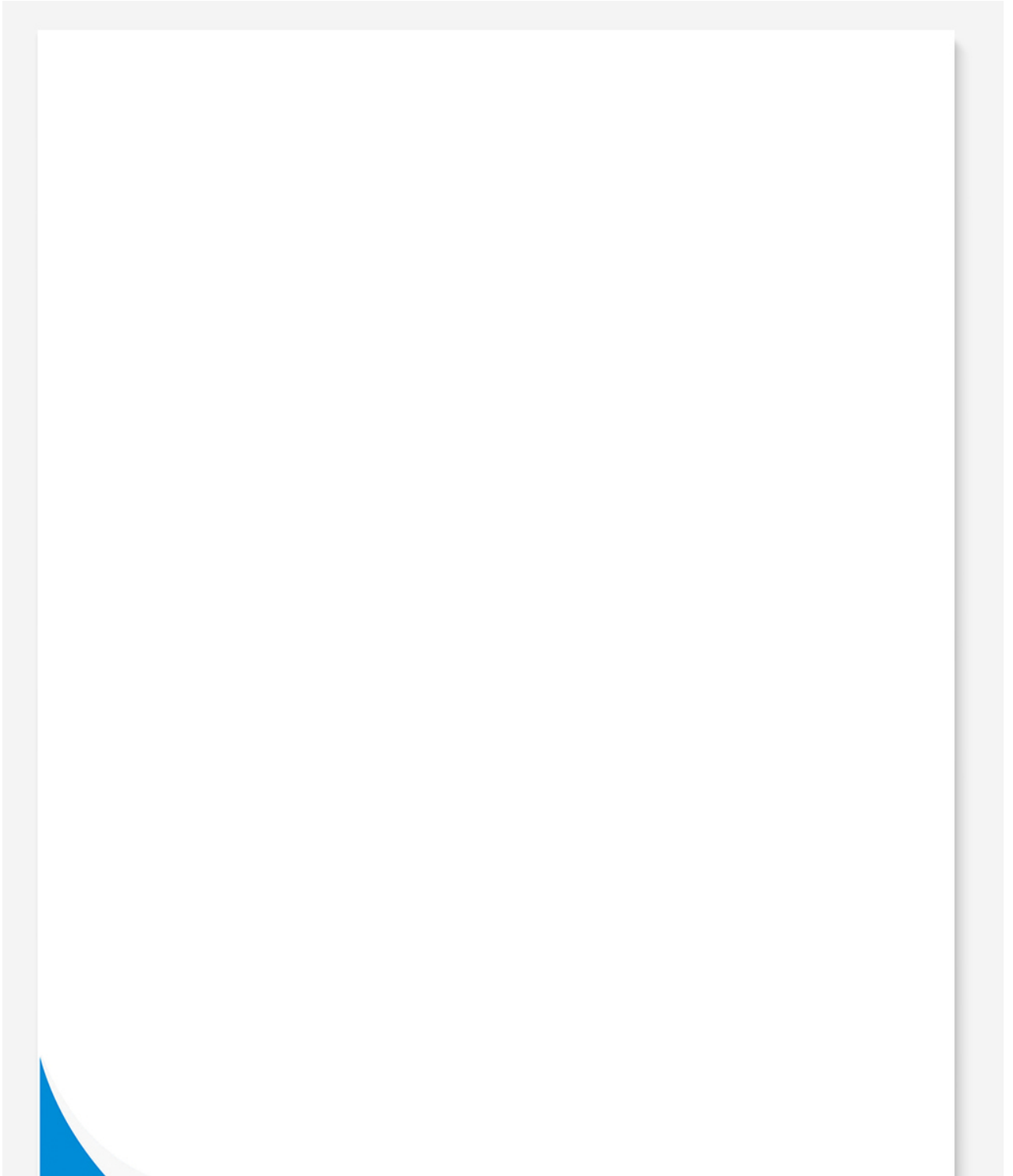
第一章、只有 **100%**自我负责才会带来积极的人生



## 第一讲：这样的人永远没有危机

案例讲解：（视频）谢坤山的故事

此讲解决的问题：市场压力内部传递问题，很多企业是越到上层压力越大，老板危机意识最浓厚，而基层员工基本没有危机感，没有危机感就没有行动力、没有学习压力。本部分通过谢坤山的录像片段，让大家通过录像感悟人生，珍惜自己拥有的一切，

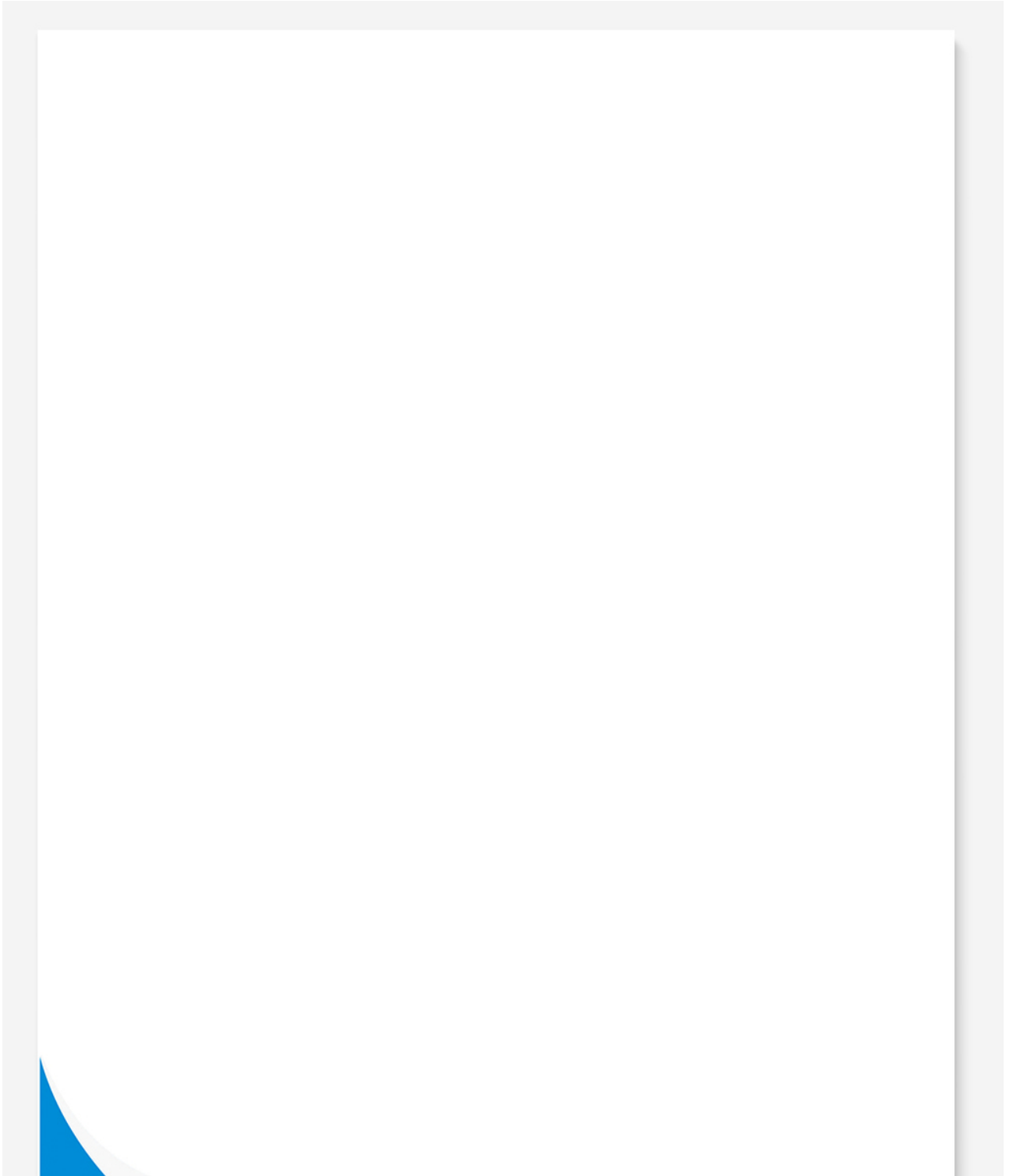


并增强行动力

现场延伸互动：结合自己的工作谈危机，找到我们的对手、找到危机感，找到自己工作的动力

## 第二讲：请把命运交给自己

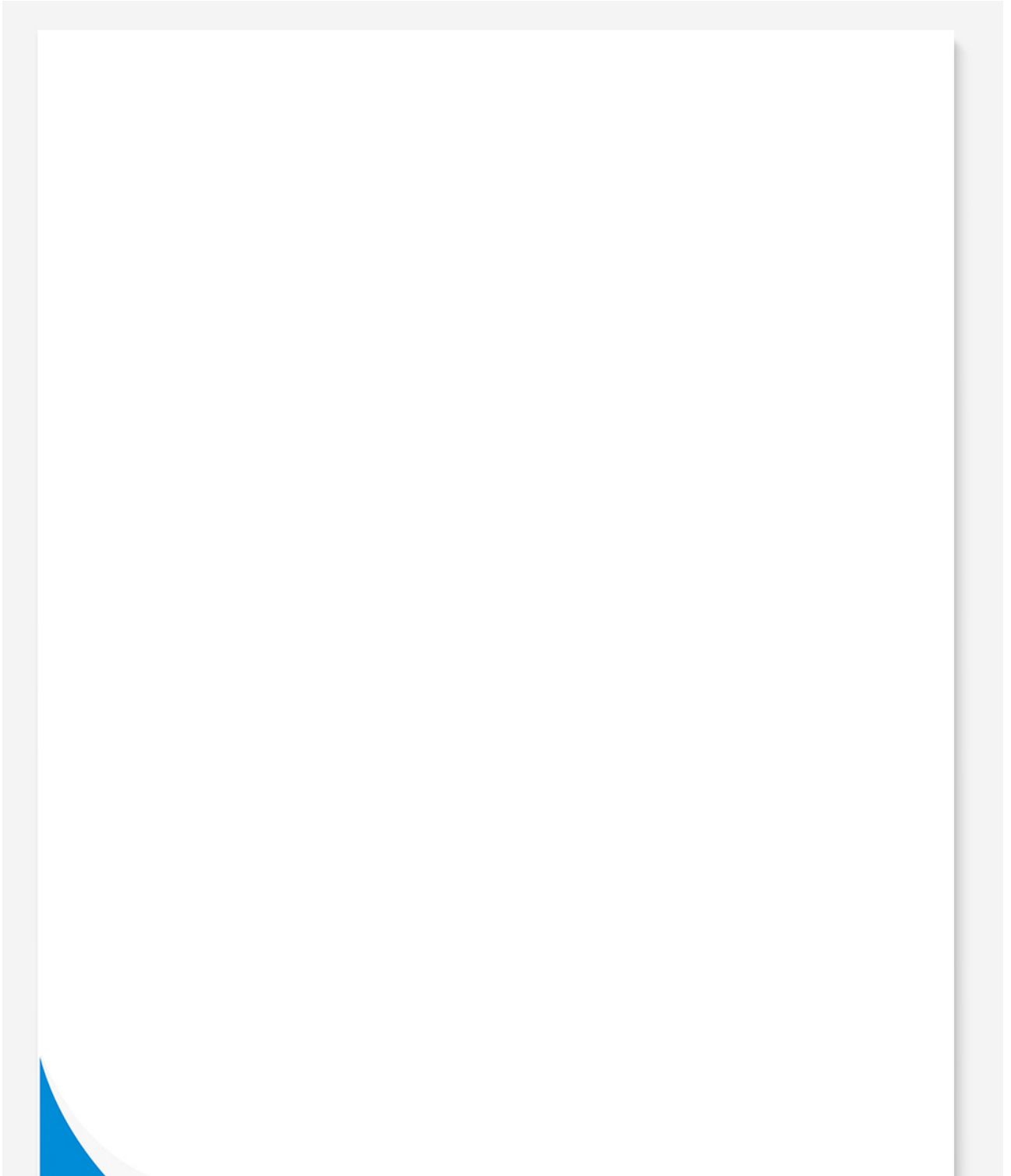
不怨天、不忧人 ——对自己 100%负责



此讲解决的问题：对责任的深度理解问题，让人们看到负责任首先对自己负责，对自己 100%负责是成功人生的核心要点，对自己负责就是做好自己的一切，不抱怨、不找借口，只有积极的心态和积极的行动才可以让自己得到最大好处

### **第三讲：职场人生第一课——责任**

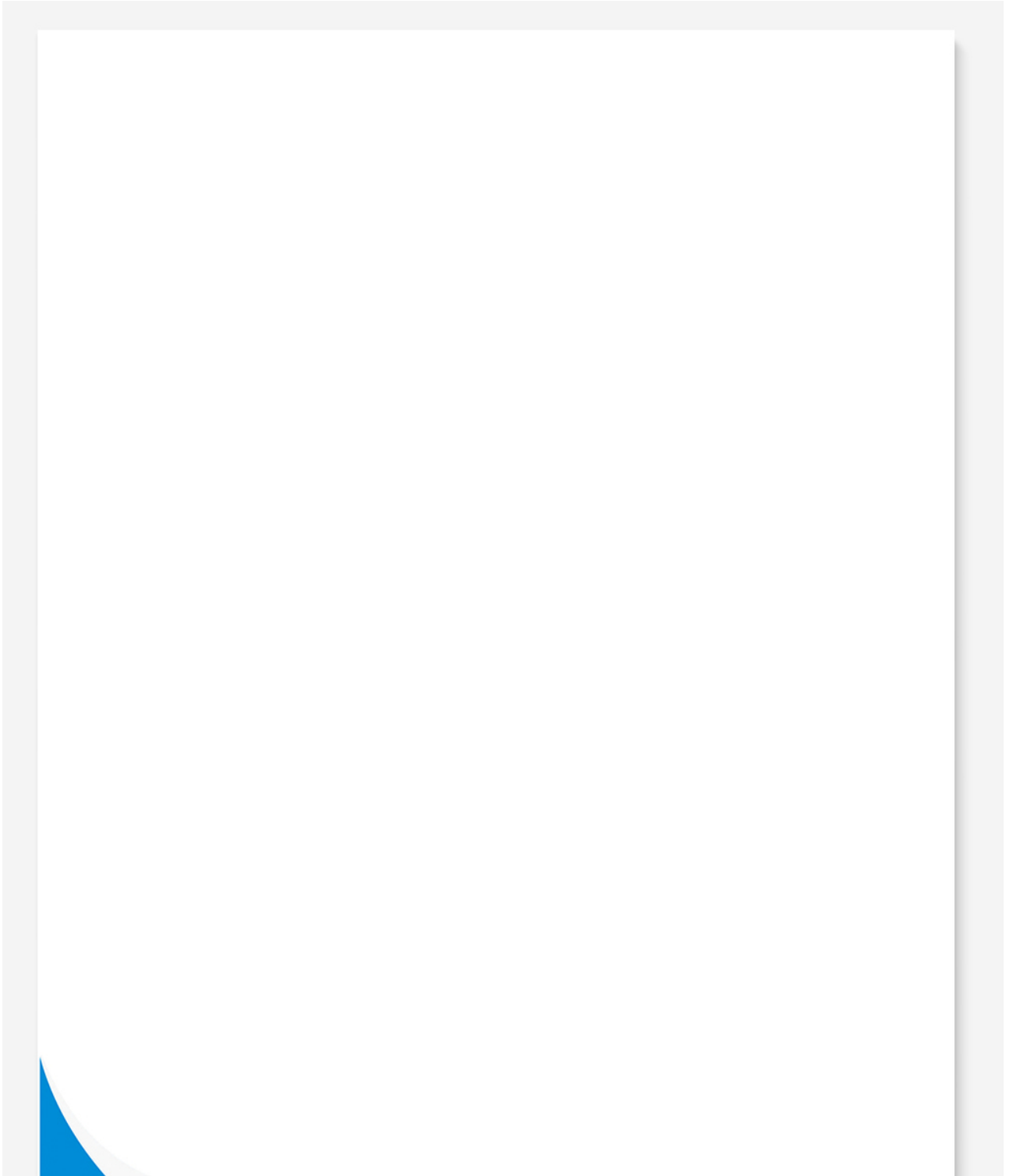
责任游戏：报数

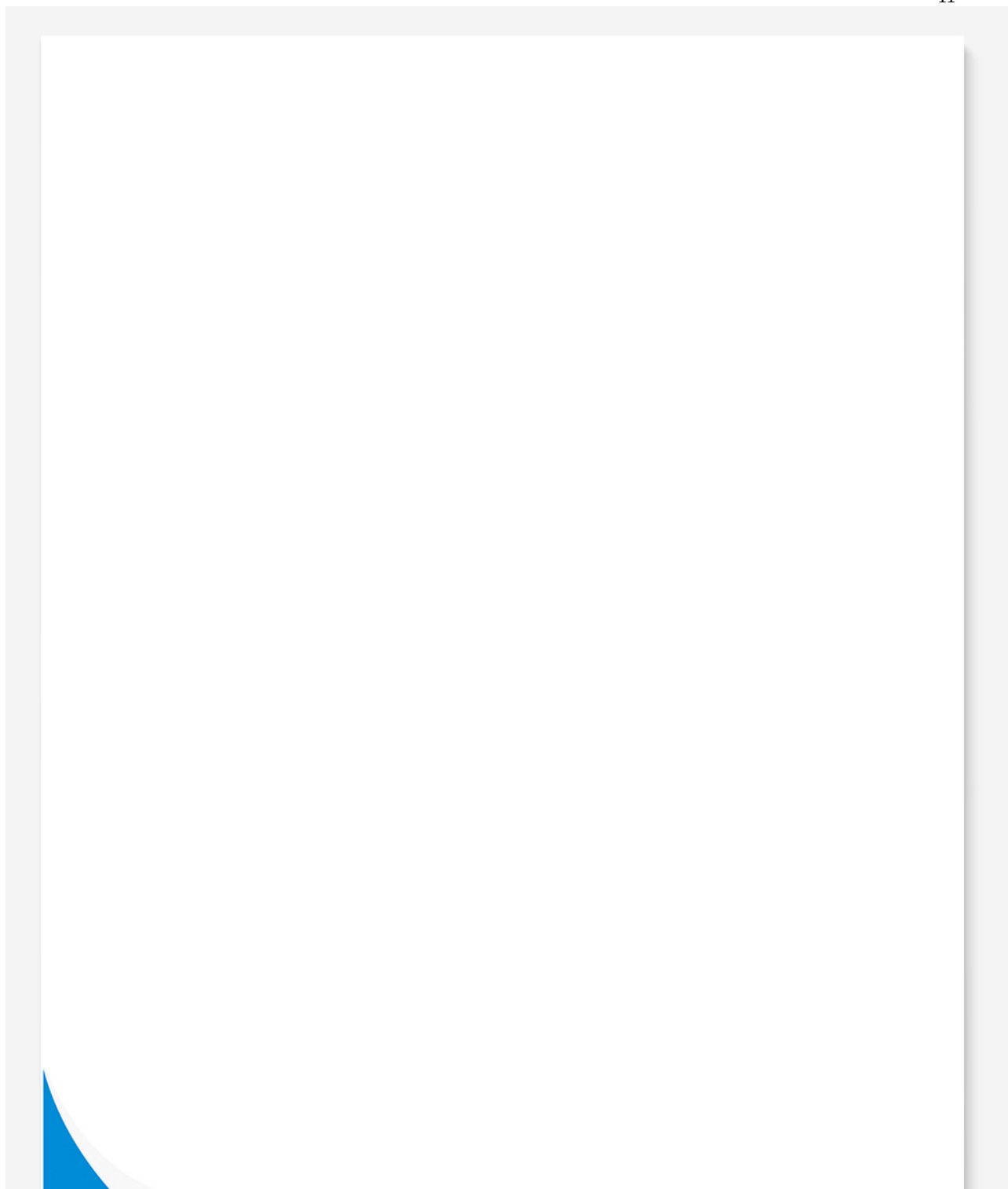


分享：什么是责任，你如何看待责任？

此讲解决的问题：此部分是通过做游戏，让大家自己感悟并分享，通过游戏让大家体会责任的力量，看到责任可以产生一种领导力，当团队领导选择负责的行为时，他的团队成员是如何被他感染和调动的

现场延伸互动：找出你自己的岗位中，你要承担的最主要责任是什么？你要如何负好责任？

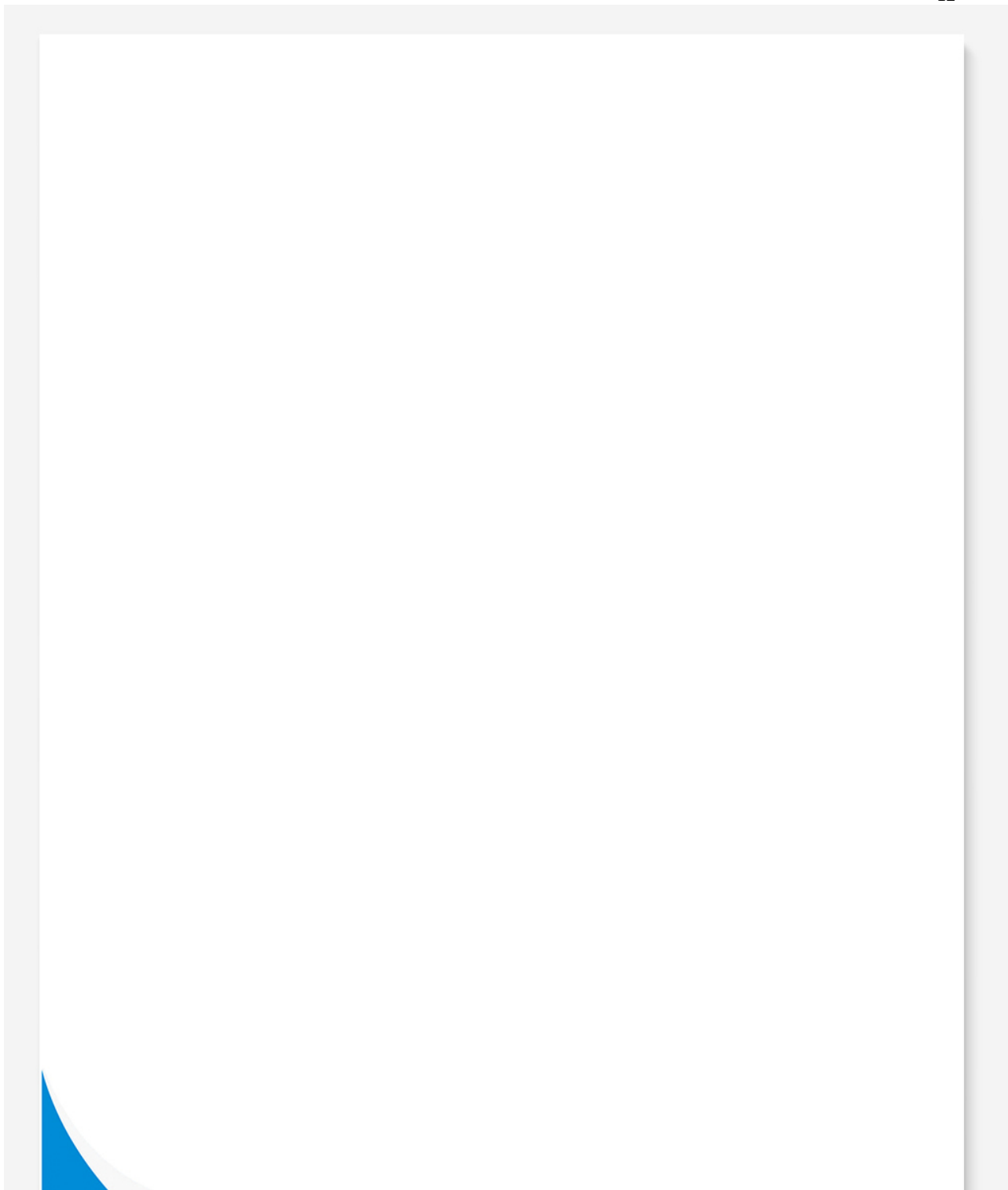




## 第二章、如何才能做到 100%自我负责？

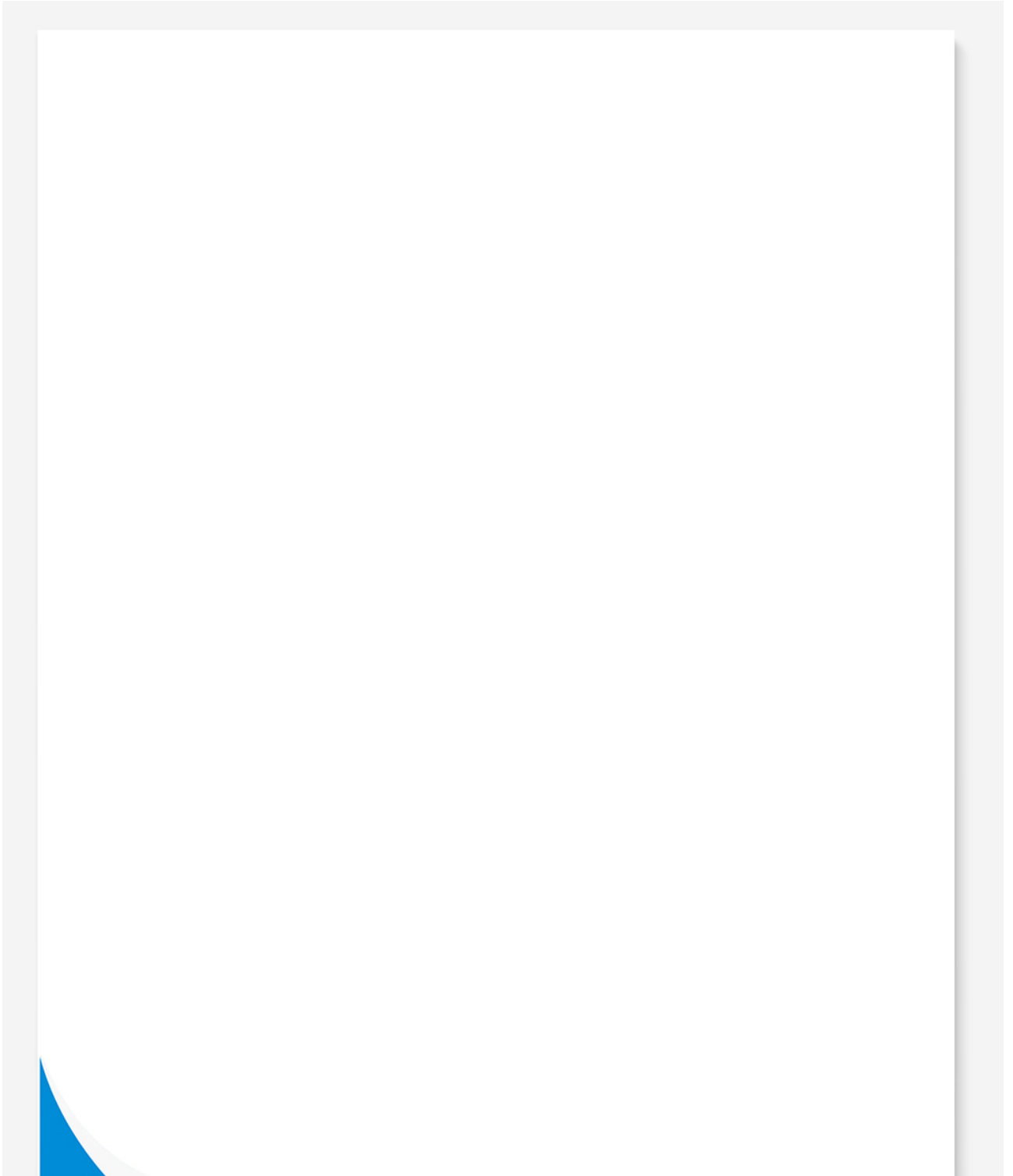
### 第一讲：请对自己的生命负责任

- 1、其实我们的时间不多（时间管理游戏）
- 2、生命若不是现在,那是何时？



此讲解决的问题：团队的时间紧迫感问题。通过时间纸条游戏让大家感悟时间其实很短暂，其实我们用于达成我们目标的工作时间只有那么短短的几天，唤起团队的紧张意识，珍惜工作的每一天、每一时、每一刻

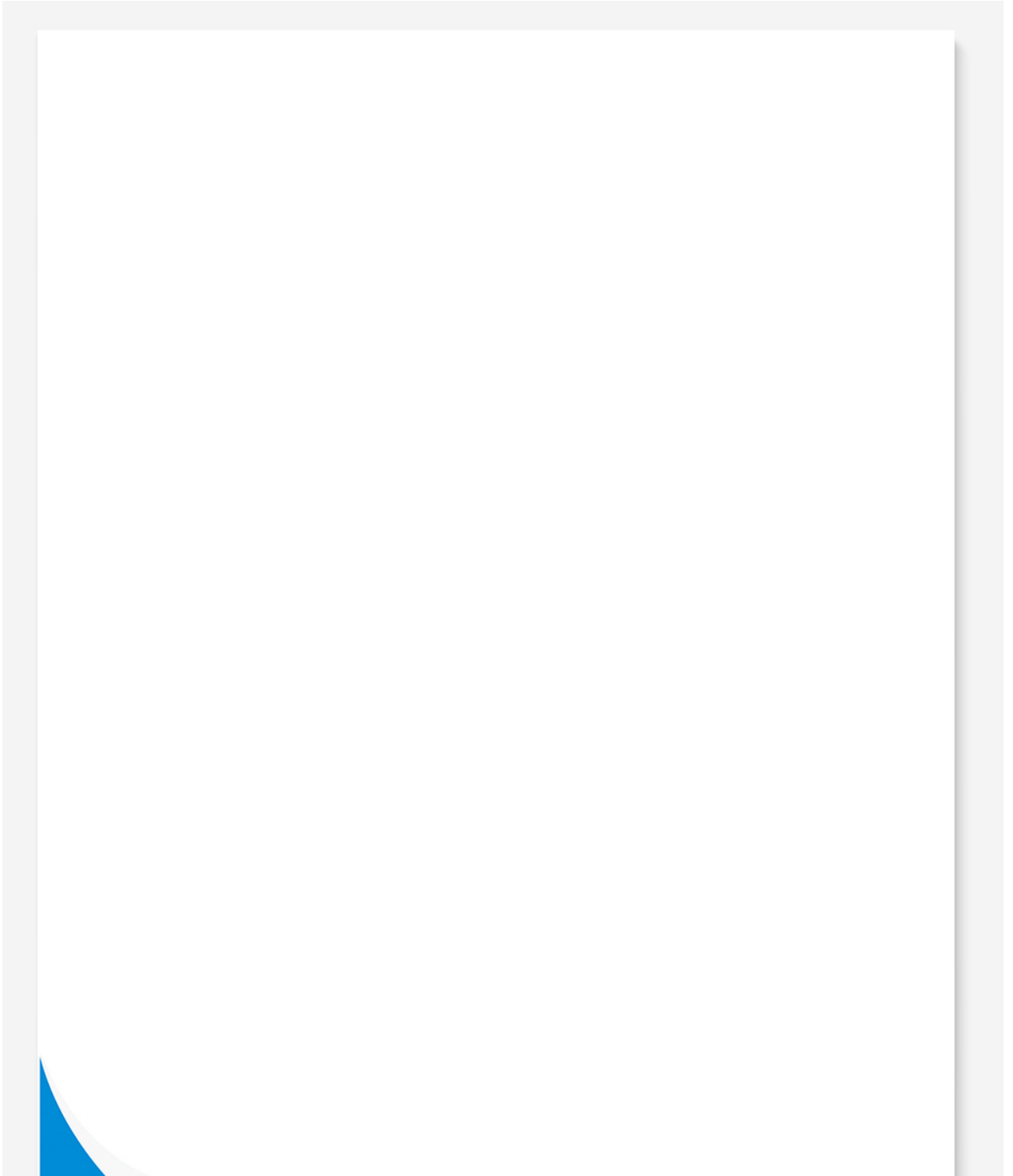
现场延伸互动：算人生帐，重新审视自己明年的工作目标，并制定现实的行动措施



## 第二讲：请对自己的工作负责

- 1、做自己喜欢的事还能够有钱赚（炼油厂任处长案例、罗永义故事）
- 2、不要试图逃避自己的责任（两匹马的故事）
- 3、富人不为钱工作（面包师的故事、某炼油厂刘总的话）

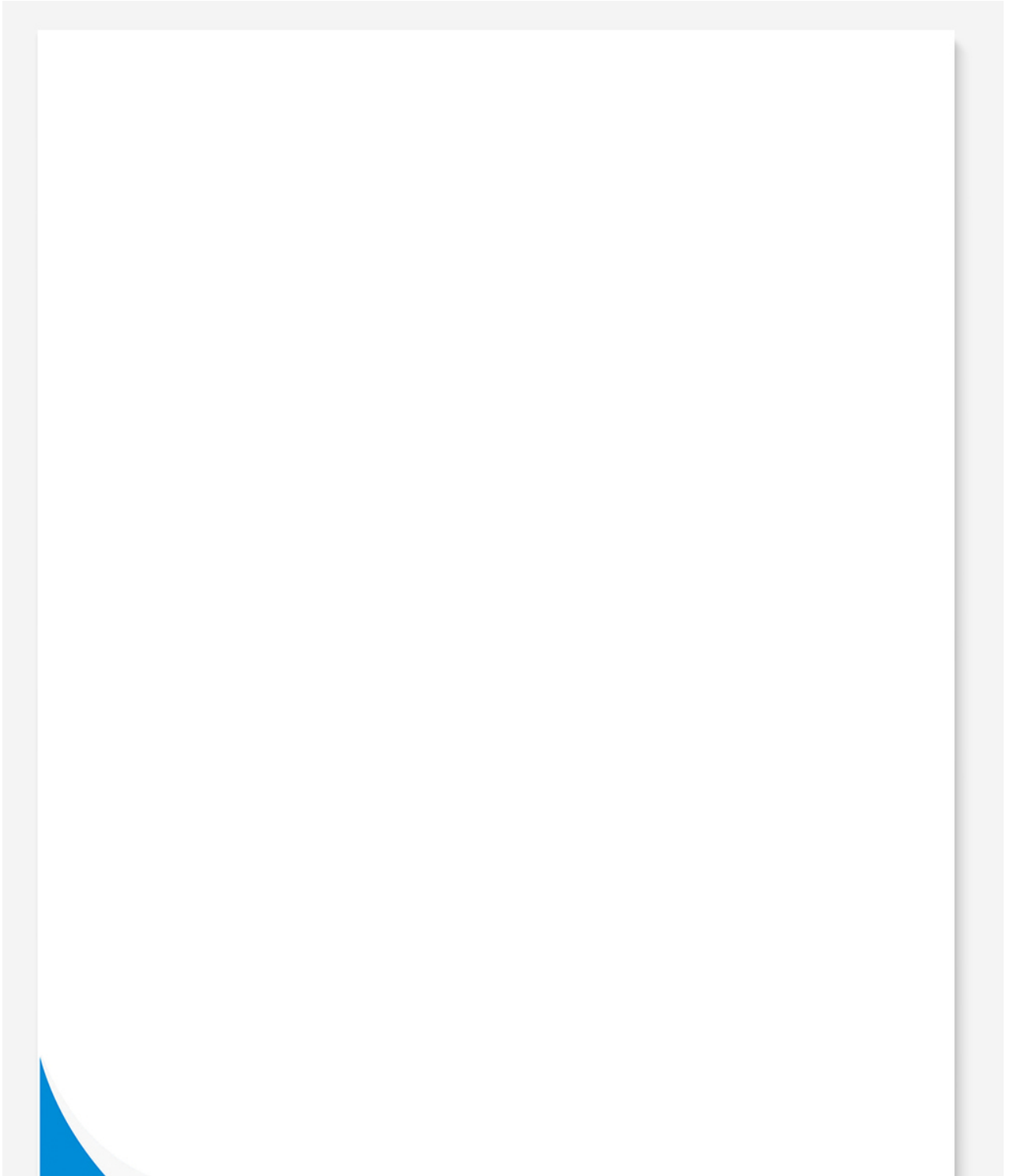
此讲解决团队工作心态问题：解决问题是一种责任，做好你的工作也是一种责任，



如果你承担了这项工作，担任了这份职能，你就有责任把这件事情推向完美，只有对工作 100%负责，你才可能获得完美成功的人生

### 第三讲：请对自己的承诺负责

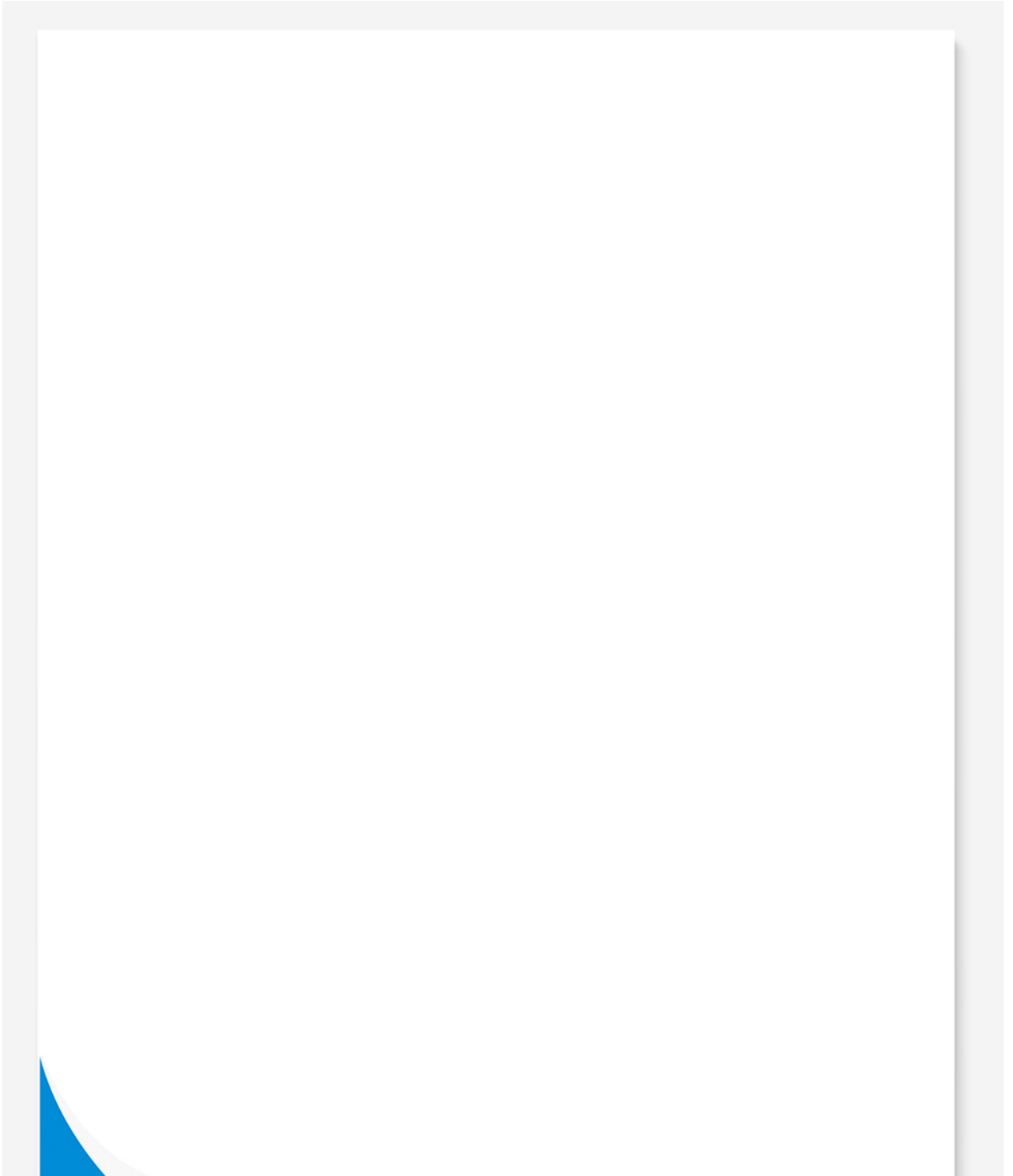
- 1、卡洛斯.戈恩（负责任有天然影响力）
- 2、个人承诺故事（一定要把我们的涂料刷到天安门城墙上）



此讲解决问题：员工不敢于对自己的任务、目标作出承诺。本讲通过个人成功故事的分享让大家看到勇于承诺并以 100% 责任的态度践行承诺是一种力量，通过承诺可以让我们的行动更有方向感、更有约束力

#### **第四讲：请对做事的结果负责**

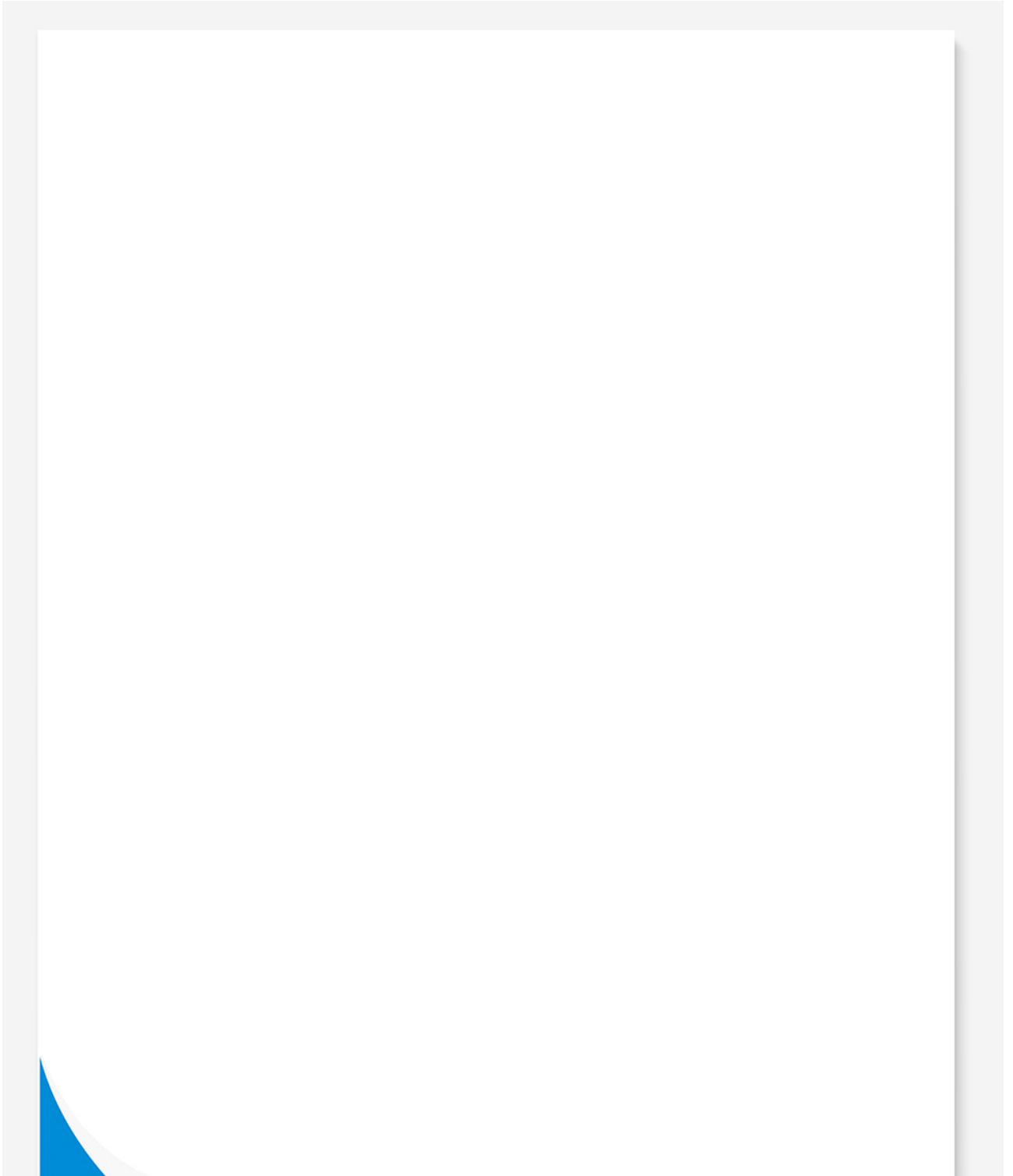
##### **1、工作就是做结果**

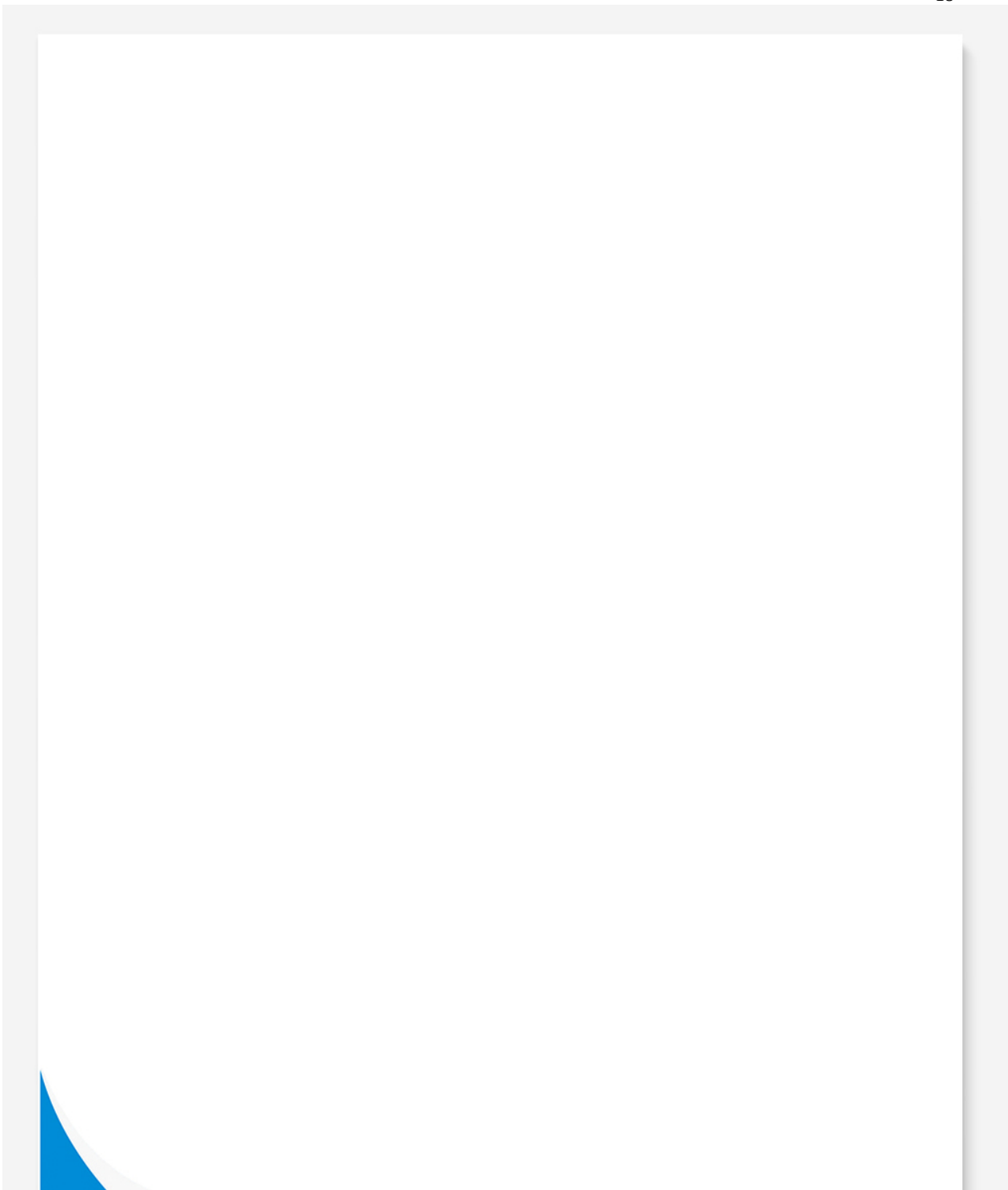


## 2、某炼油车间工艺员的故事

此讲解决的问题：员工做事的心态问题，很多员工只对做事负责、不对做事的结果负责，只有结果才有价值，把员工的工作注意力引向结果，建立起结果导向的责任意识

现场延伸互动：结合自己岗位谈工作结果，理解以前自己做任务的心态给自己带来的危害，并梳理自己工作的结果是什么

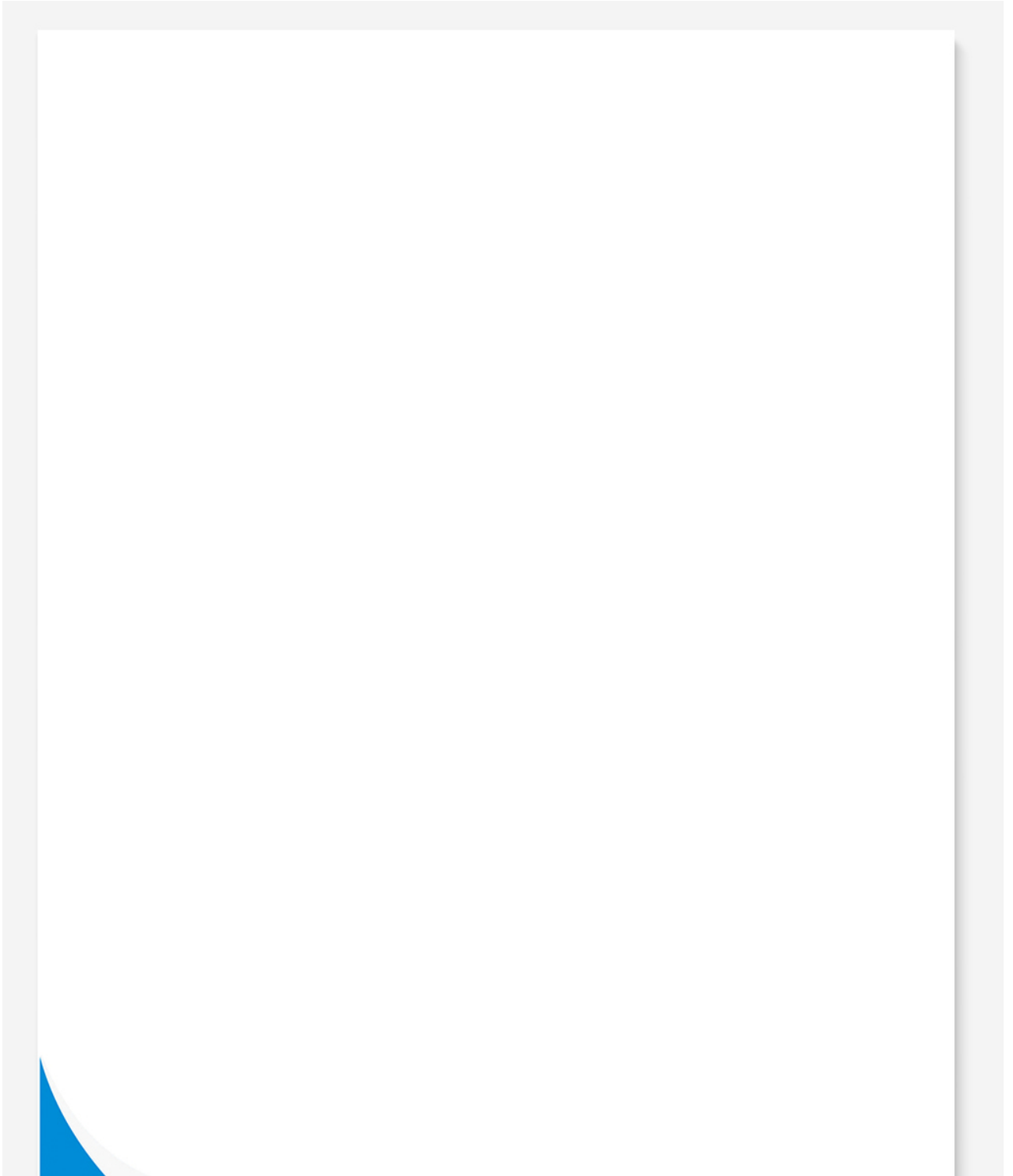




## 第三章、责任胜于能力

### 第一讲：关于责任的秘密

- 1、责任为什么更容易让你成功？
- 2、你和别人的唯一本质区别在于：你如何看待责任！！

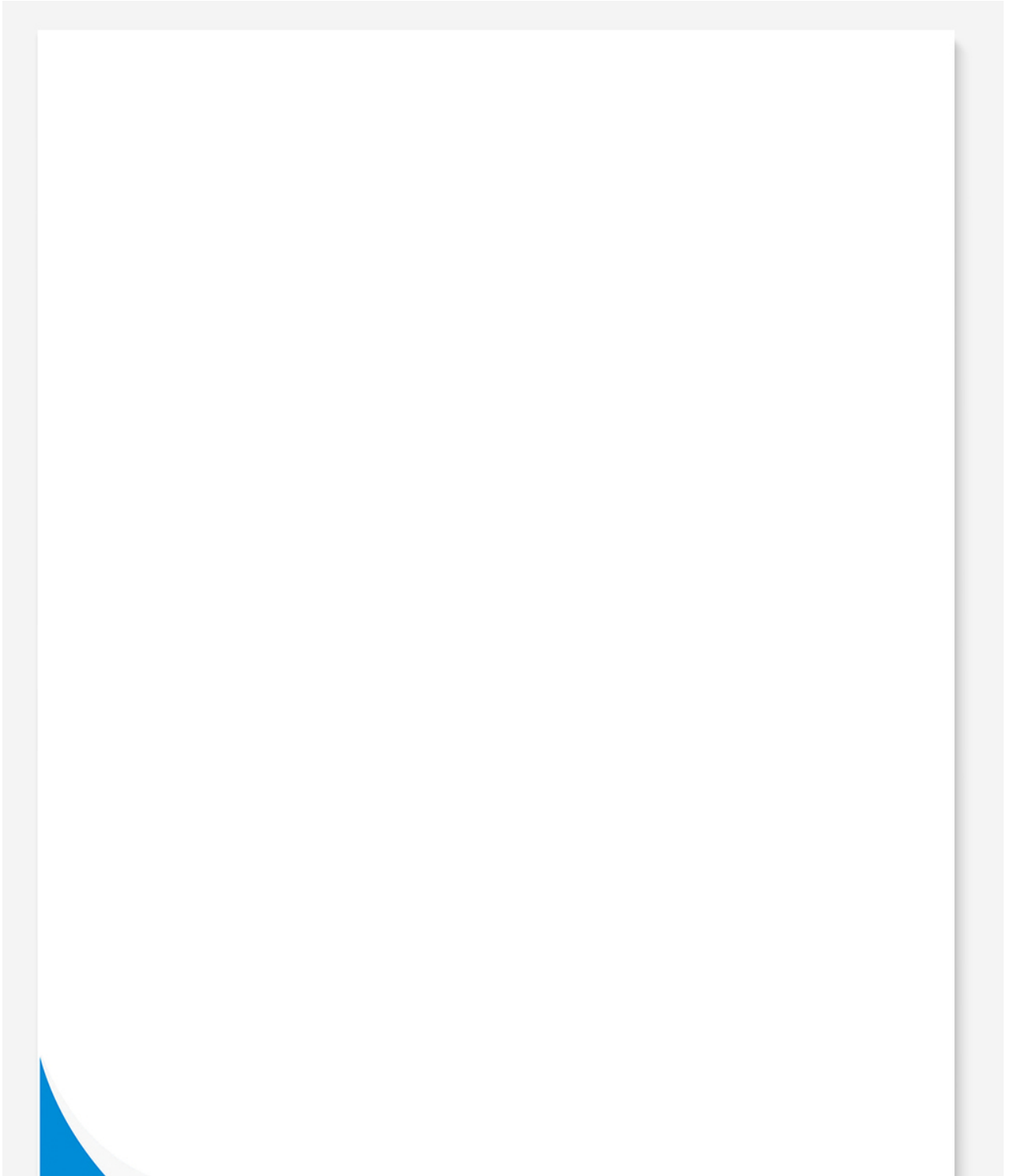


情境案例：高架桥堵车案例

此讲解决的问题：责任的深度理解问题，让大家明白为什么责任可以导致你成功，要想成功为什么首先是责任

## 第二讲：责任带给你力量和勇气

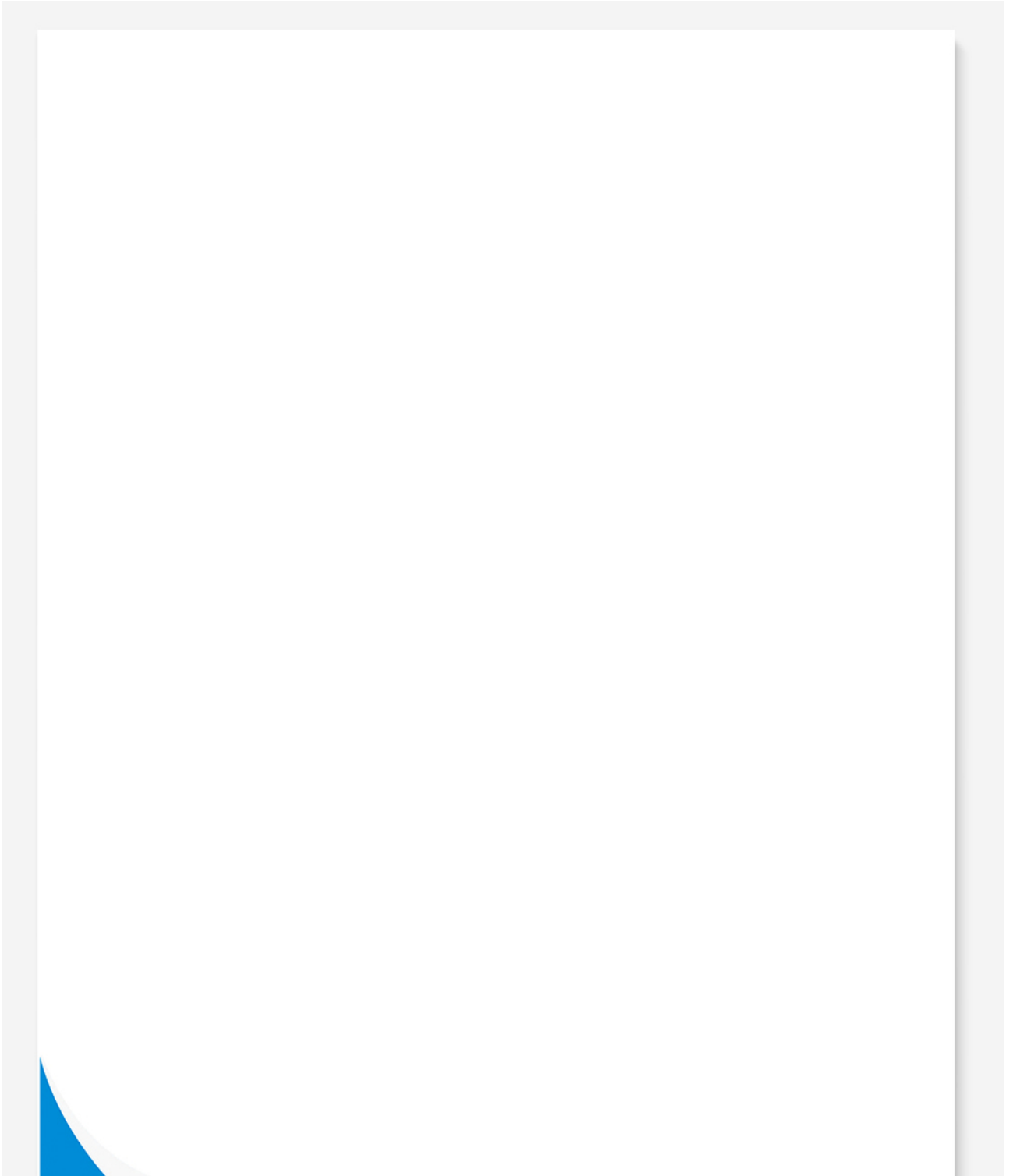
### 1、承担责任：激发潜力、创造勇气



## 2、有时候培训的最好手段是增加责任（小谭的故事）

情境讨论：管理堵车时，你会按喇叭吗？

此讲解决的问题：承担责任到底有什么具体的力量，此讲老师抛出案例请大家自己讨论在这种情景下，最佳的选择应该是什么，让大家自己体会到，原来只有 100% 负责任你才会有最佳的解决方案，你也会得到最大的好处

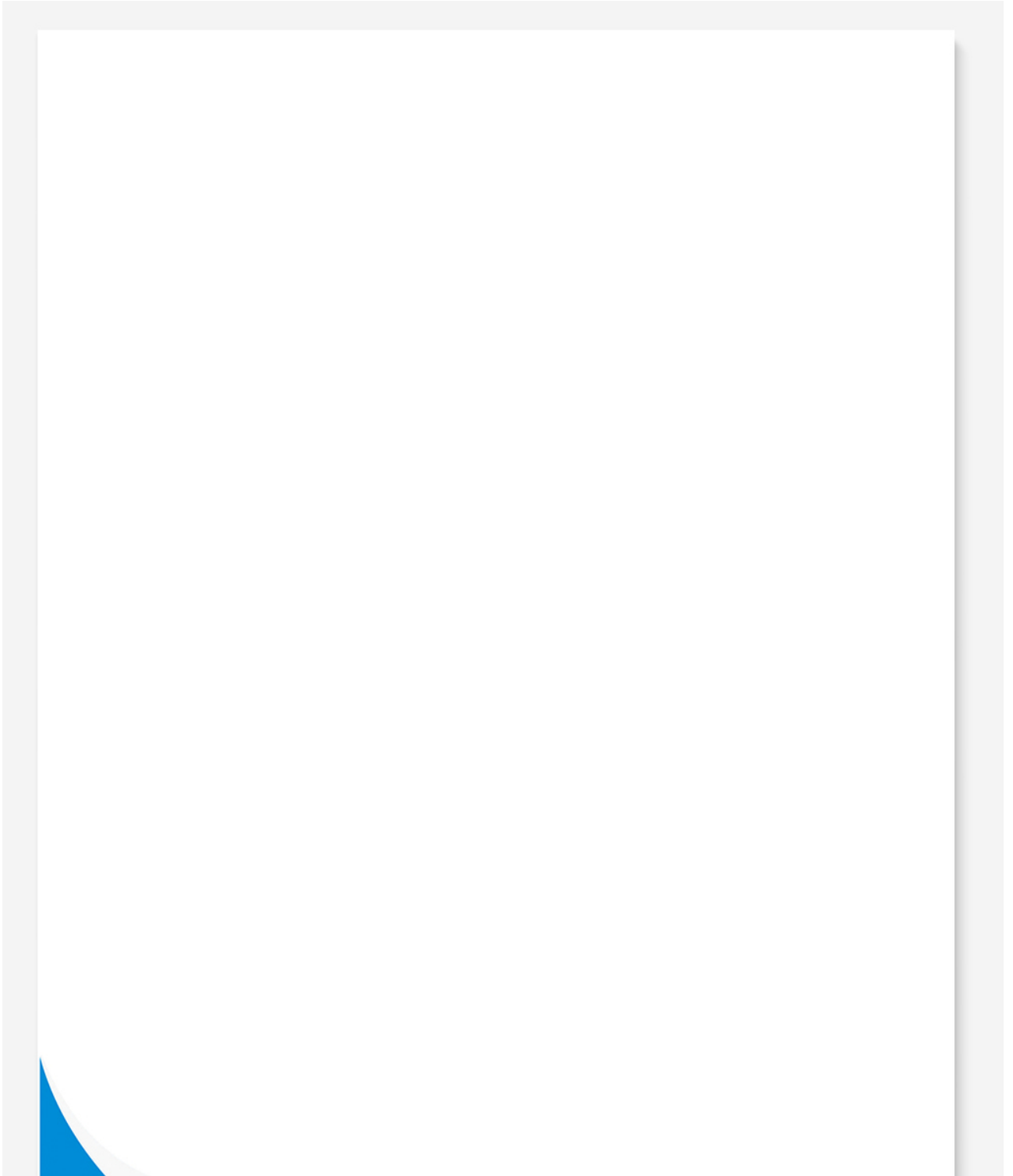


### 第三讲：责任让你获得最佳结果

1、有责任时，行为不易跑偏

2、有责任时，更会在乎结果：案例互动：众美小张的结款故事

此讲解决的问题：如何才能得到更好的结果？通过案例让大家体会到，要想有更好的结果，只有一条路那就是 100%的负责任



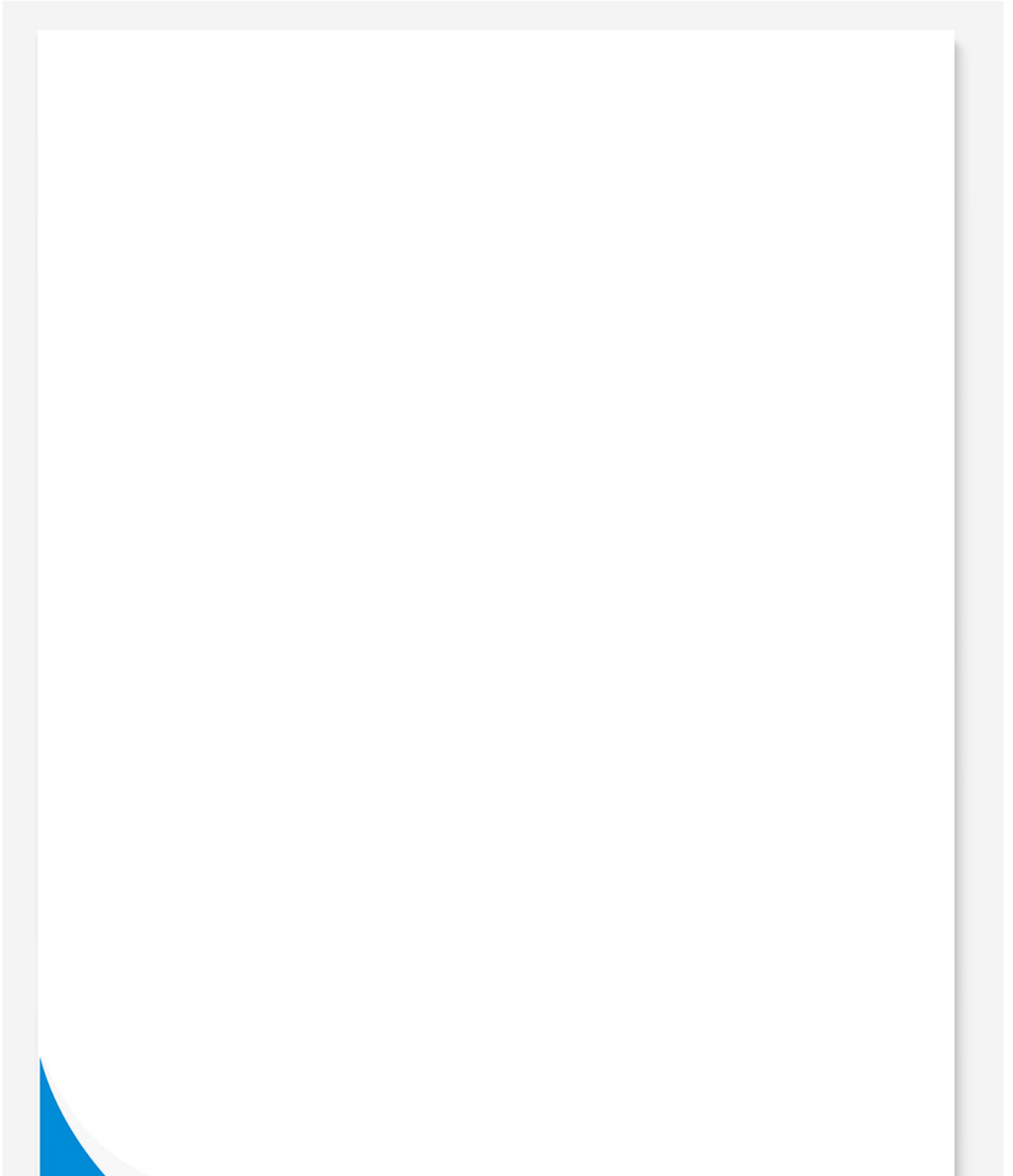
## 第四讲：个人价值的前提是责任

1、你有价值是因为你承担了对别人的责任：情境案例：高丽的故事

2、公司离不了的是责任而不是任何人

故事：蝙蝠的悲哀；

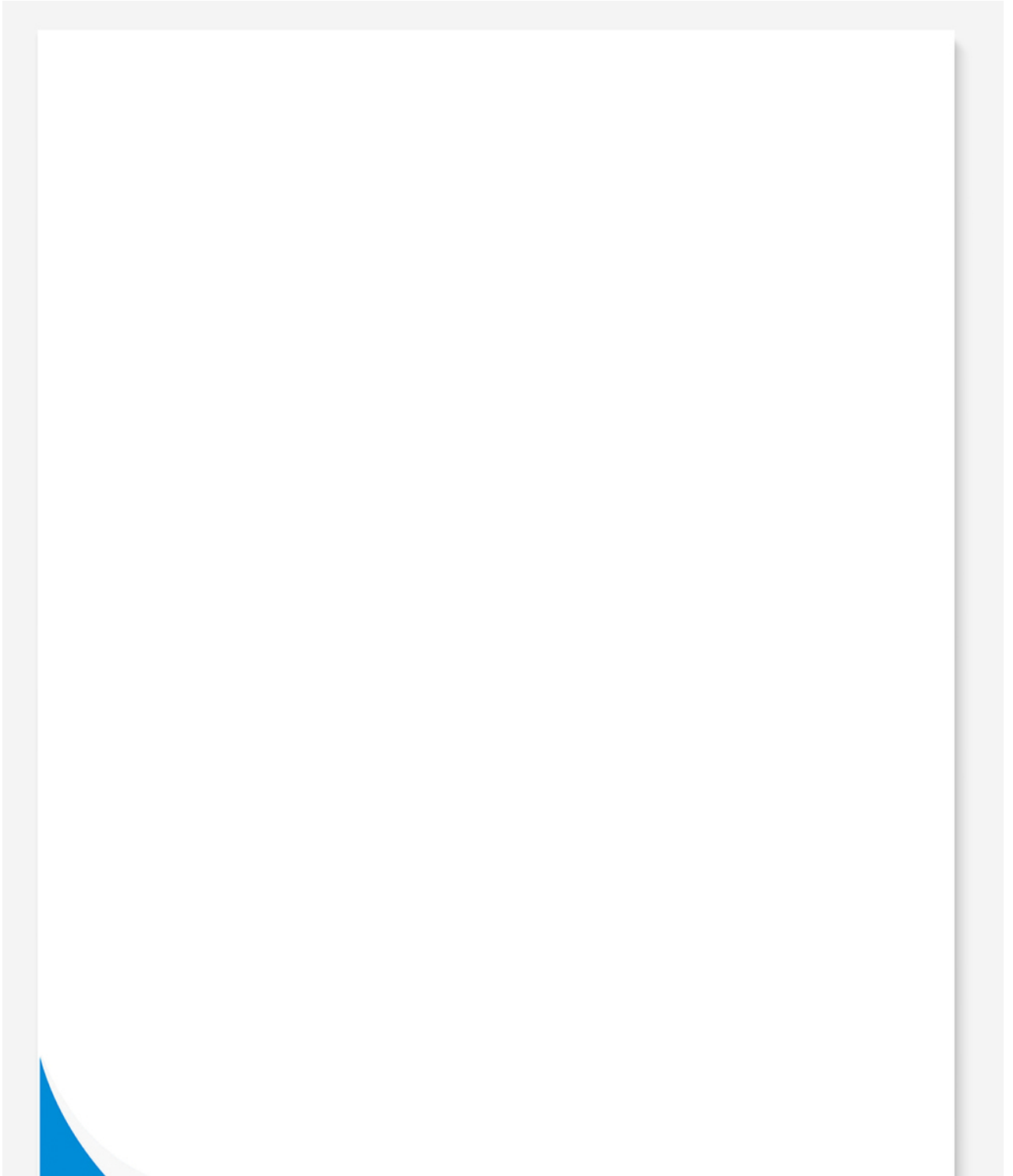
情境案例：女大学生求职



此讲解决的问题：我们人生的价值来源于何处？为什么老板比员工更有价值？越到高层越有责任？因为承担的责任不同，所以人生价值不同，所有富贵者首先是责任者。要想成功首先应该学会承担责任。责任是成功第一课

## 第五讲：追求卓越从责任开始

### 1、能力的起点是责任（每桶四美元）



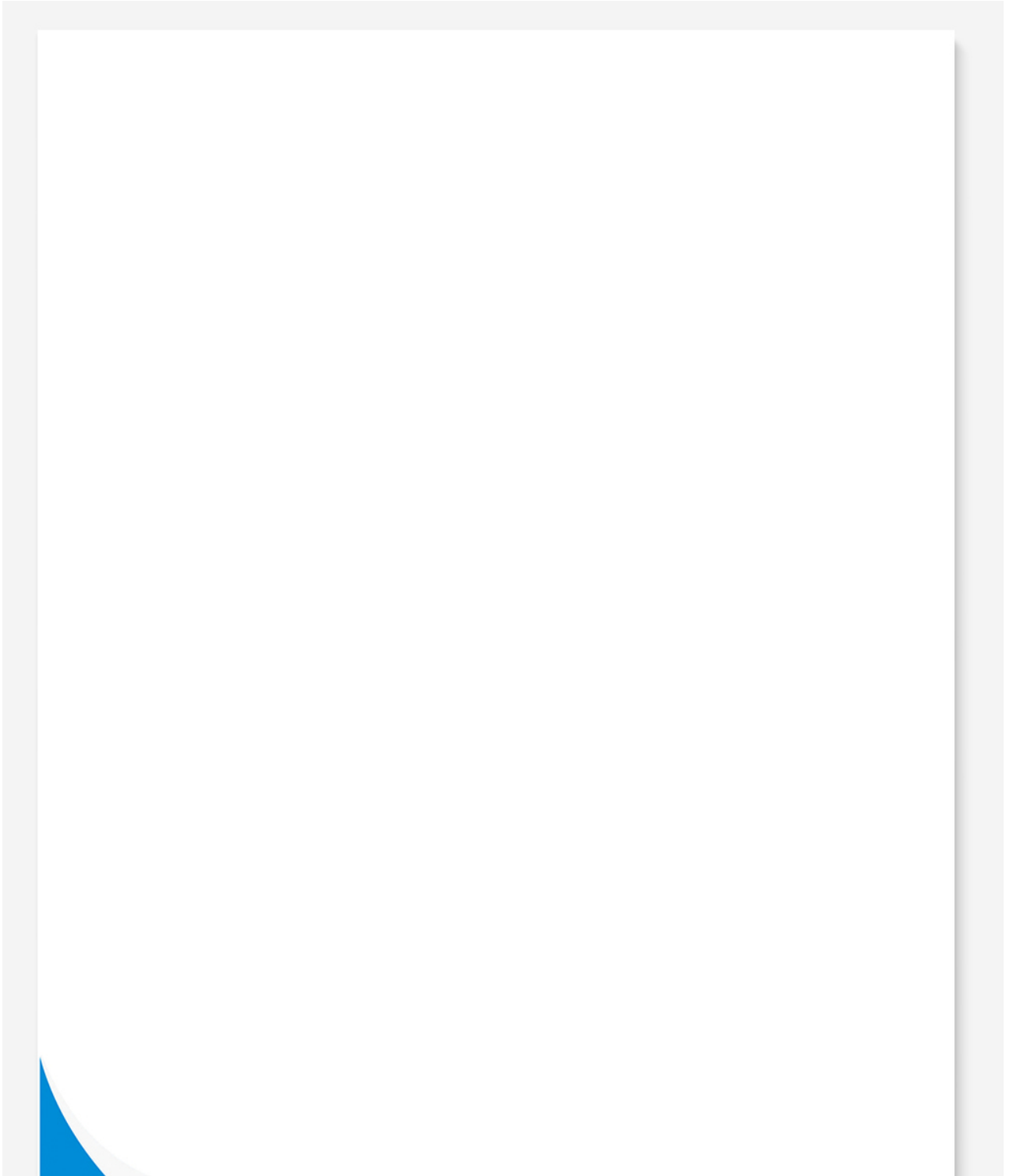
## 2、卓越源于对责任的坚守（阿甘的故事）

思考：如何成为领域内真正的专家？；情景案例：小王和小李的做事风格

此讲解决的问题：还是阐释责任的深度意义。追求卓越要靠责任驱动

### 第六讲：责任带来领导威信

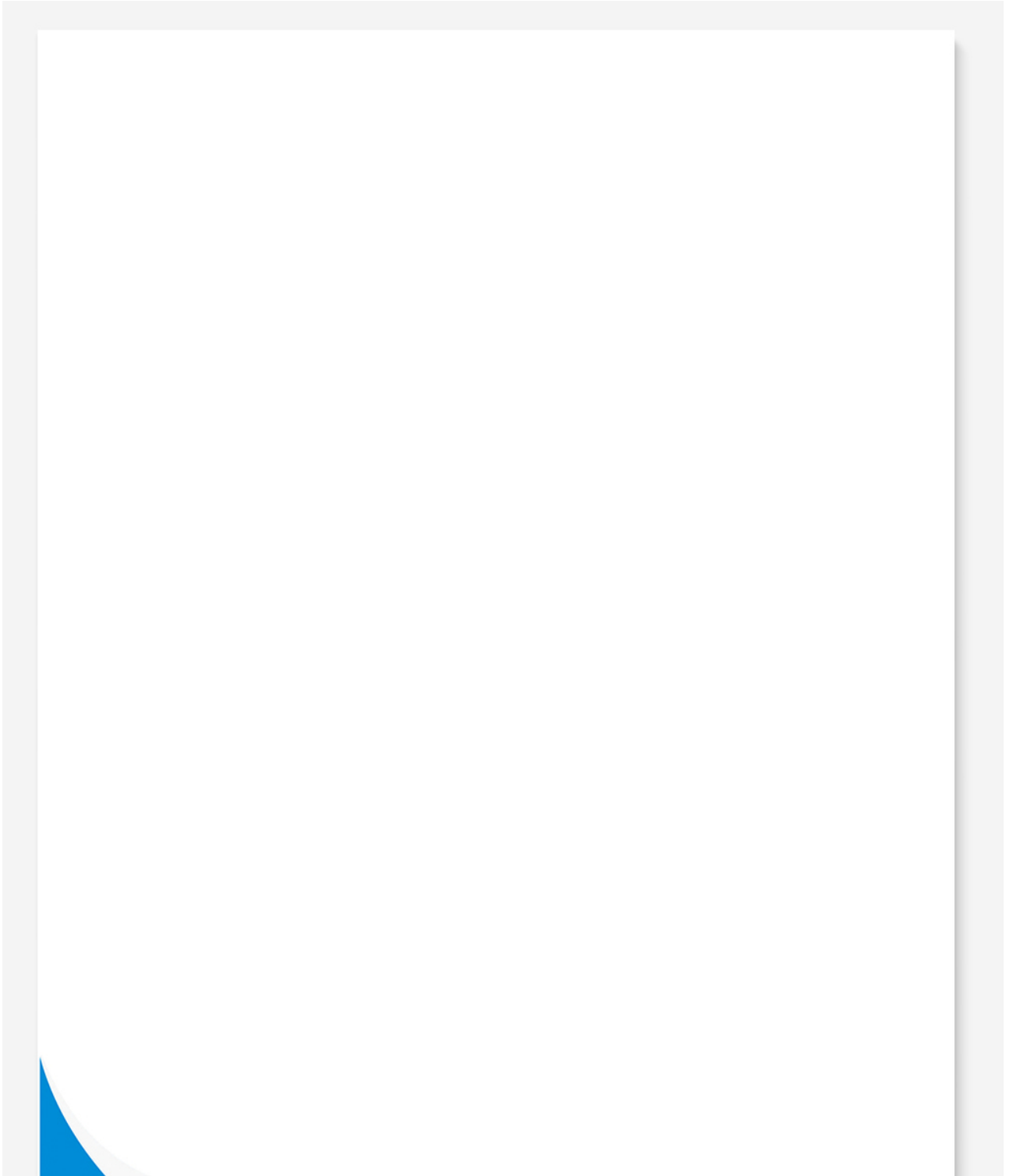
#### 1、责任是可以传染的



## 2、领导力来源于责任感

揭密：机会循环图；

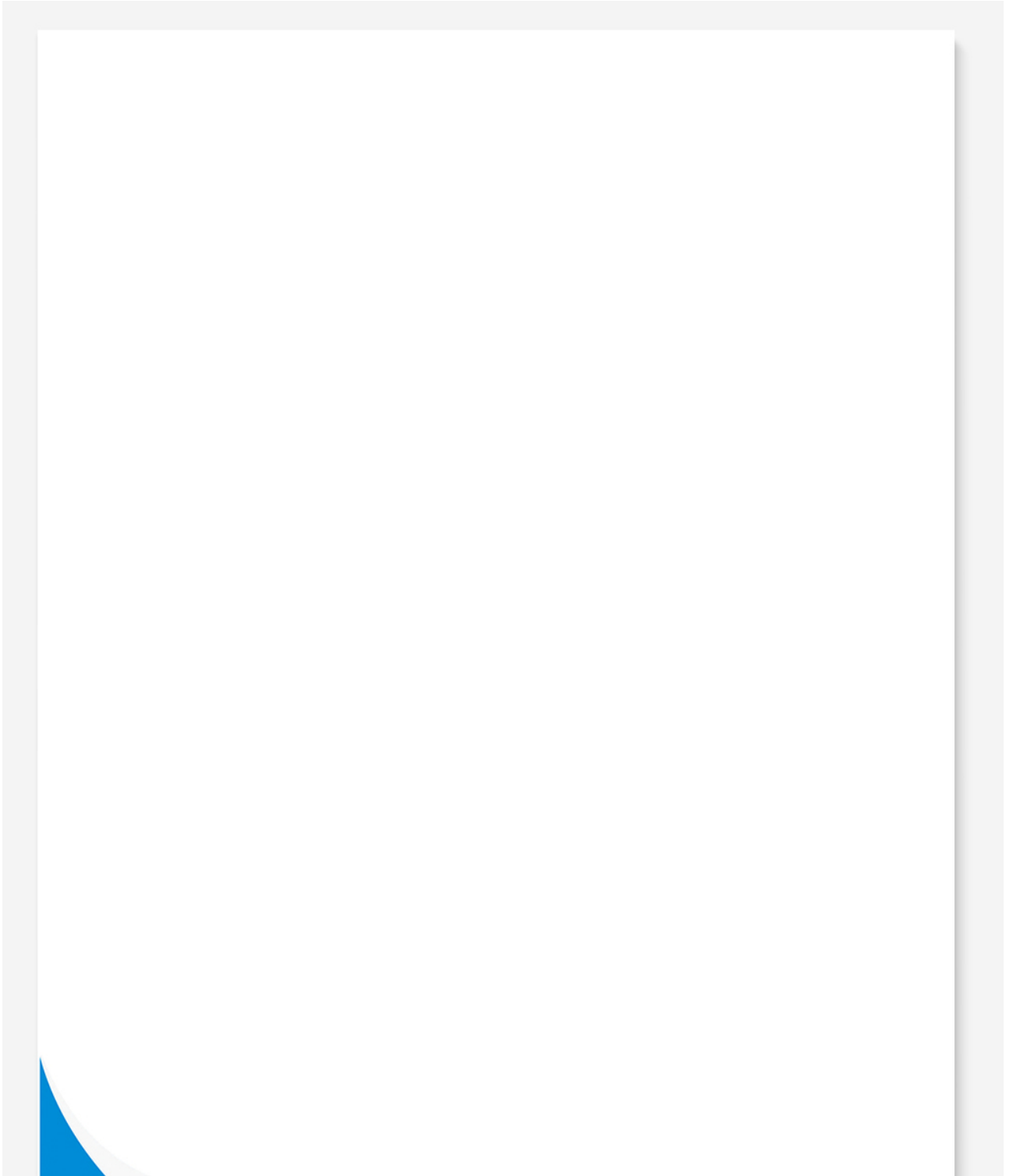
此讲解决问题：揭秘领导力的核心要点，那就是责任，责任可以带来天然的领导力



## 第四章、判断自己是否应该负责任的核心维度

情境案例：绿灯过马路。

谁承担最大的后果，谁承担最大的责任！

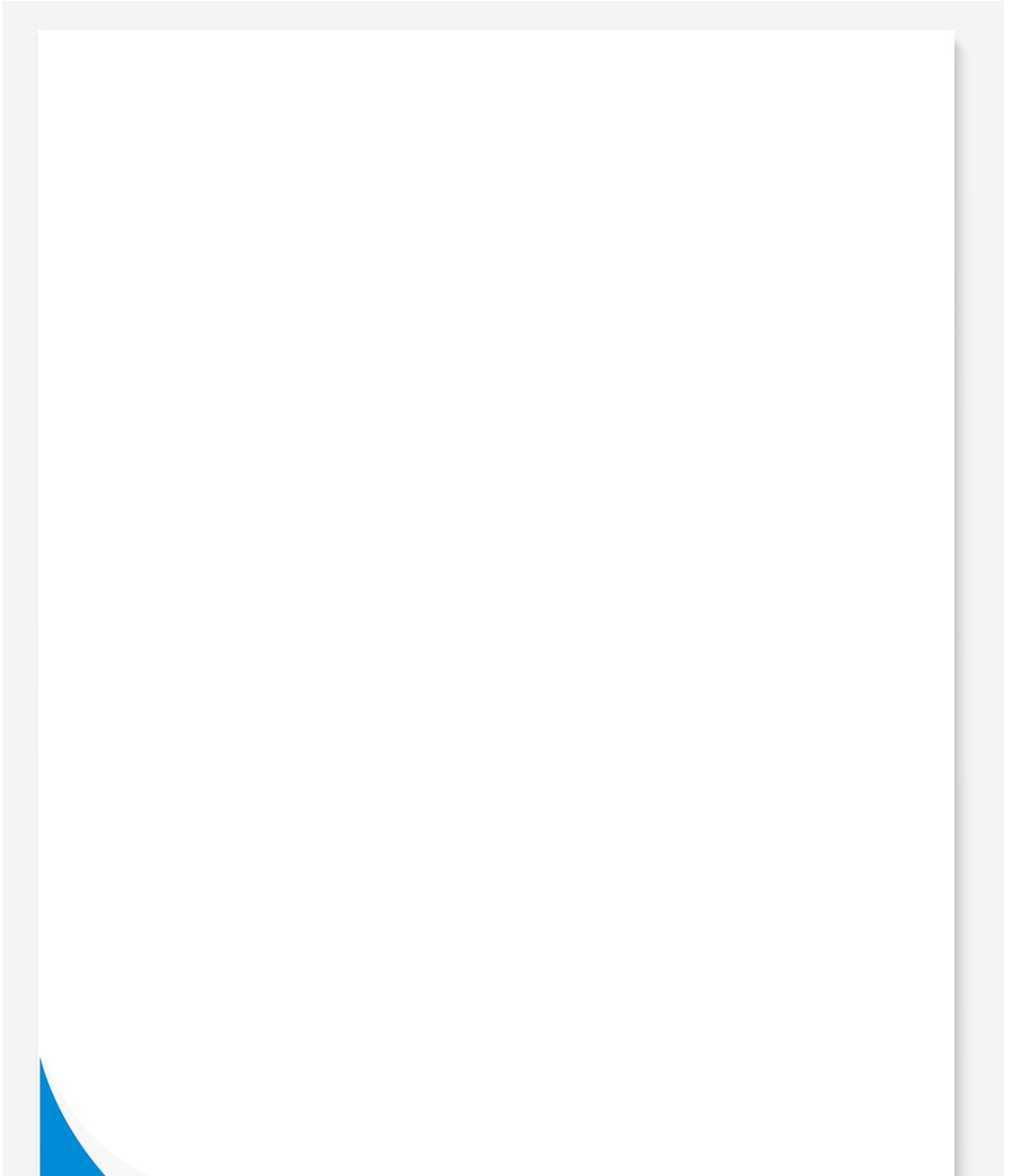


## 第一讲：判断一件事情要不要负责的两个问题

1、你承担了什么后果？

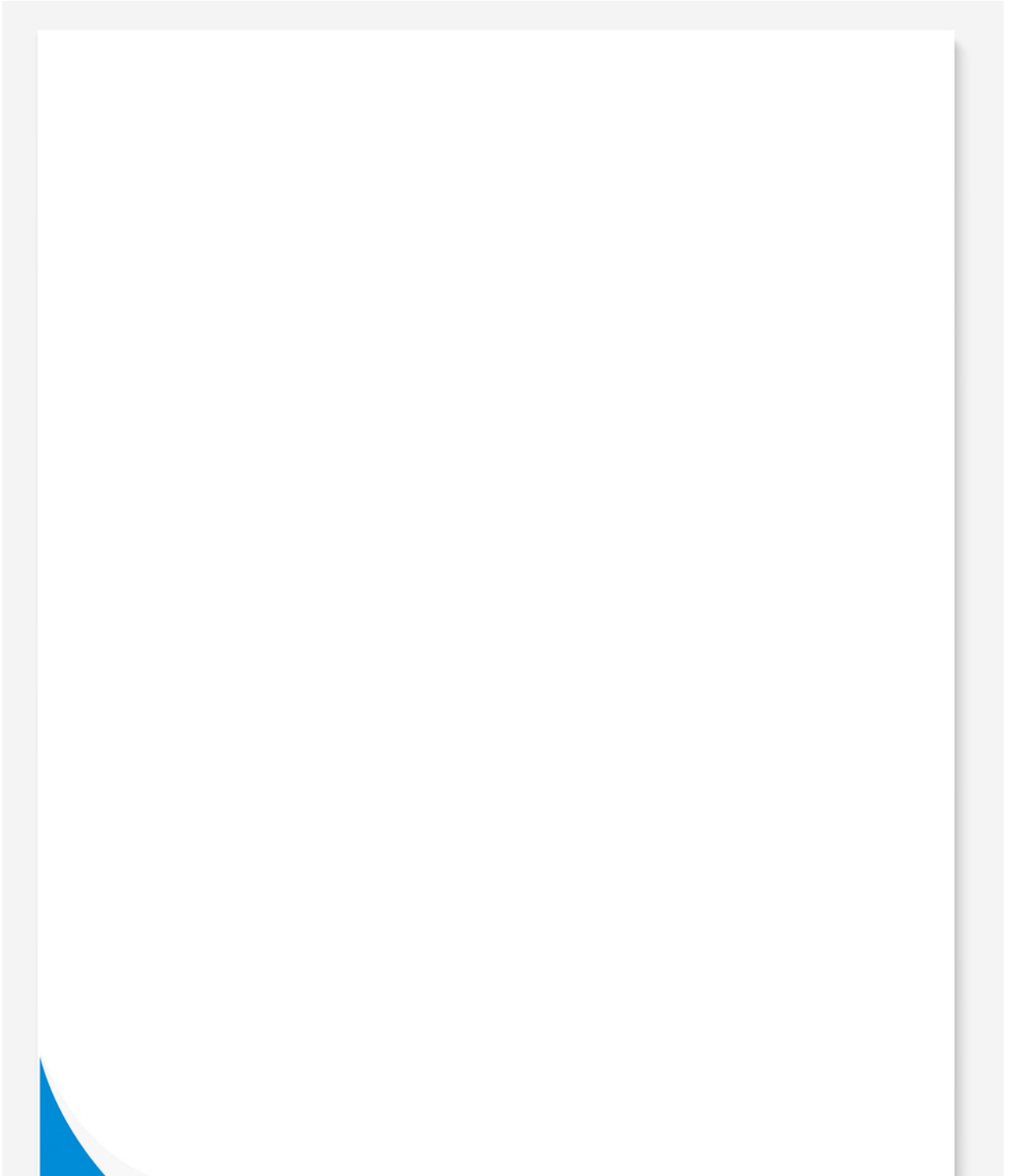
2、你有办法改善吗？

此讲解决问题：如何判断某件事是否应当负责，给出判断责任的基准。通过互动游戏，让大家看到只要这件事和你有关系，只要是你参与的每件事你都应 100% 负责，



而不要管你在其中扮演什么角色，是否还有其他人参与等问题，只有 100%负责才会让自己获得最佳结果。我是一切的根源！！！！

现场延伸互动：现场讨论以前工作中易产生责任纠纷的情景，从 100%责任的角度看正确的处理方式应该是什么，解决工作中的矛盾和扯皮问题

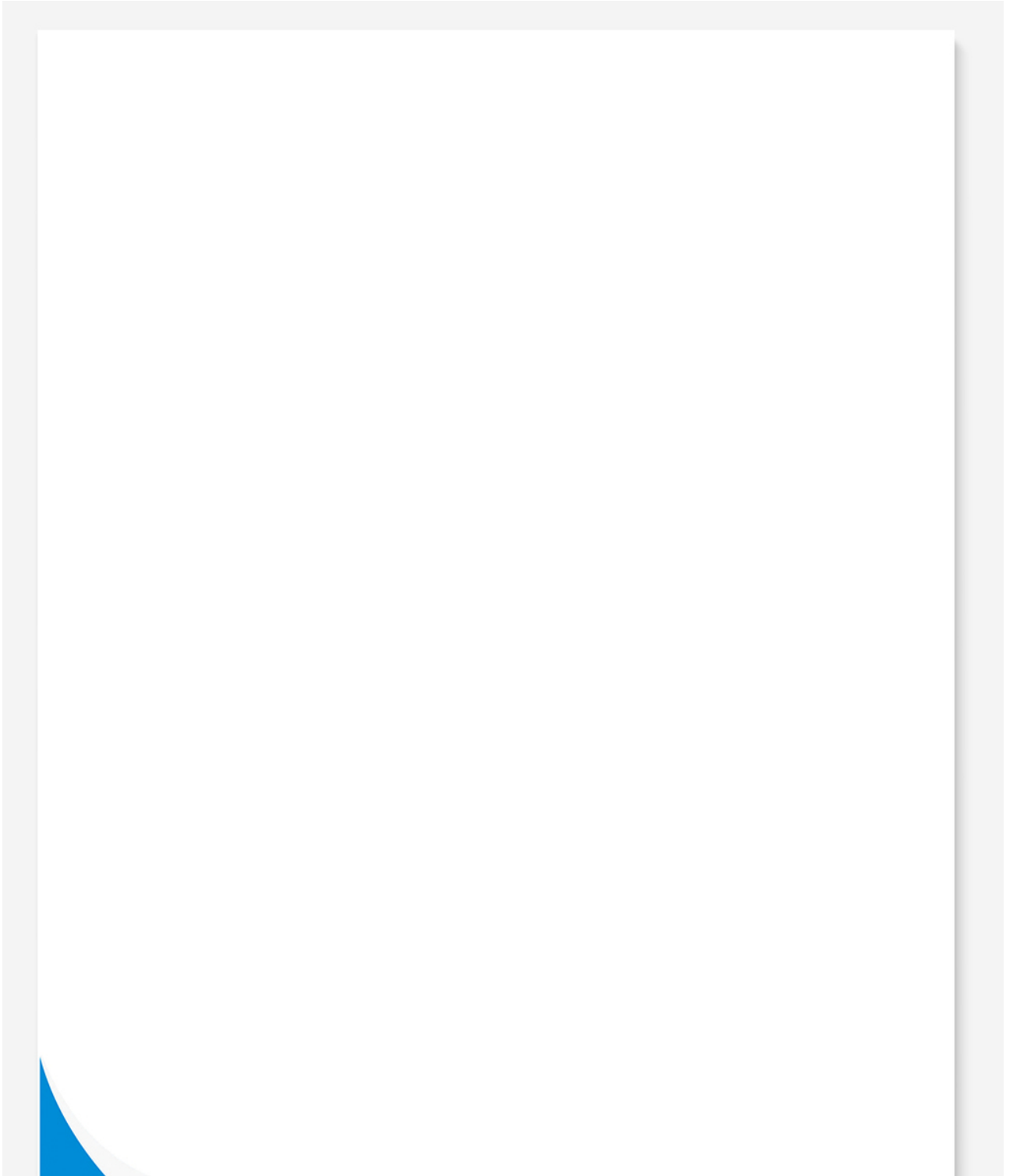


## 第二讲：职业化人才最重要的特征是对自己负 **100%** 责任！

### 1、你对自己负责吗？百分之百的责任！

我们不能够改变环境,我们能够改变自己！；我们每个人改变了自己,我们就可以改变环境！

案例：姚明的故事



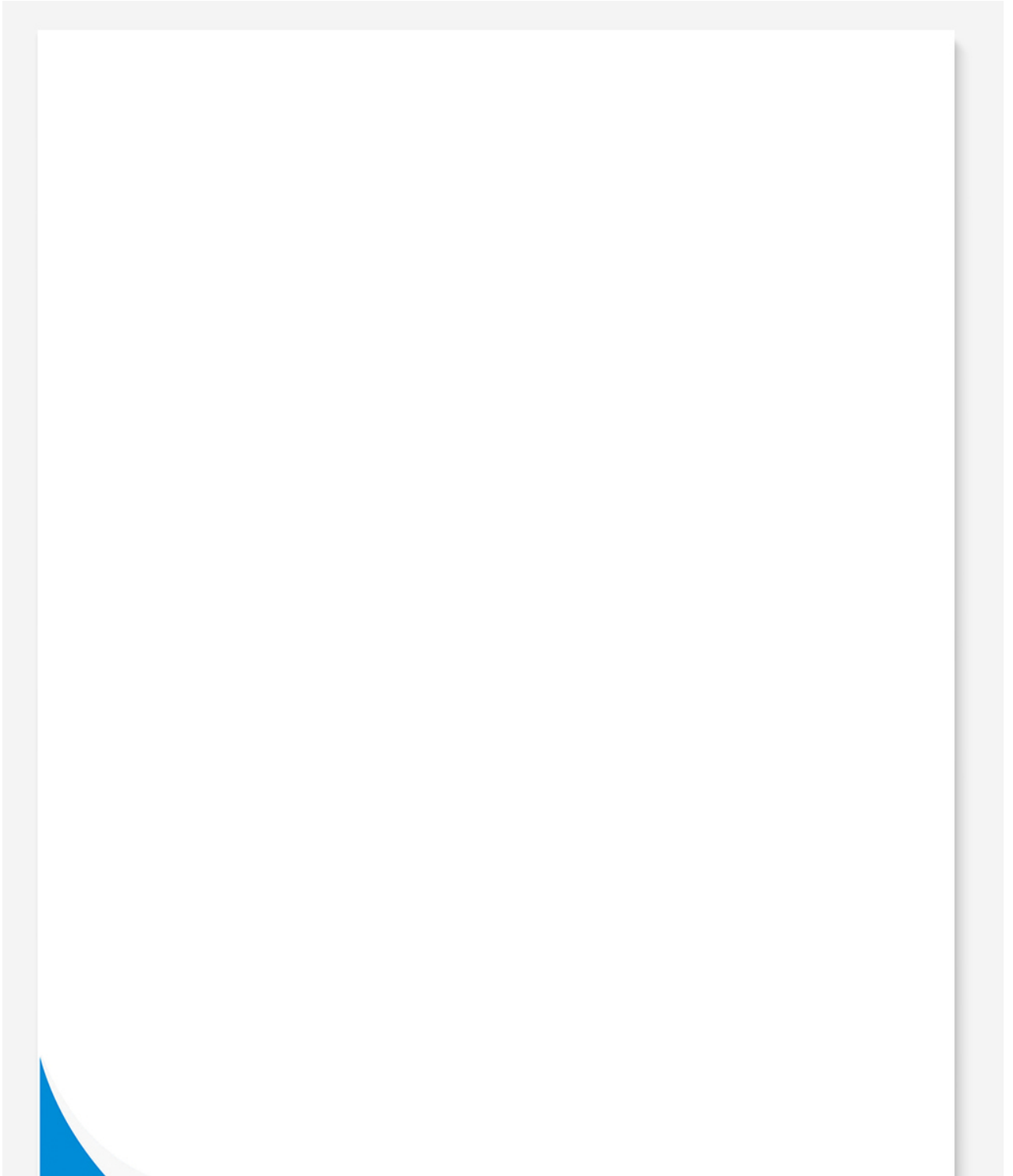
2、别人犯错不是你犯错的理由

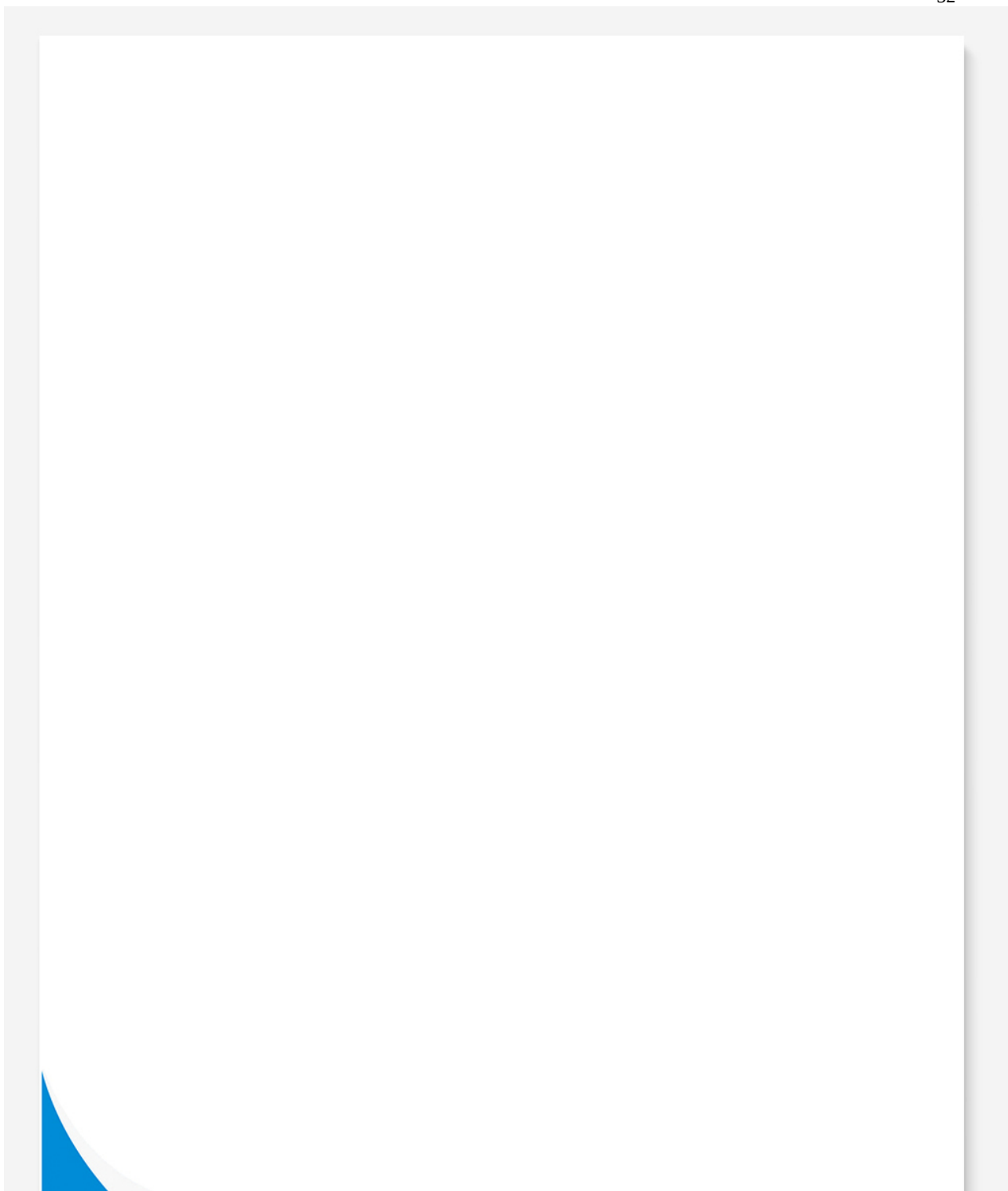
3、个人的成功源自对原则的坚守：两口子吵架案例

大型互动：伤害者游戏

此讲解决的问题：应该如何负责的问题，那就是首先改变自己，眼光只看自己的行为，不要看别人如何。只要我们改善了自己的行为，我们就可以对环境施加影响。

此讲主要进行一个大型互动游戏：伤害游戏，通过游戏让大家感悟

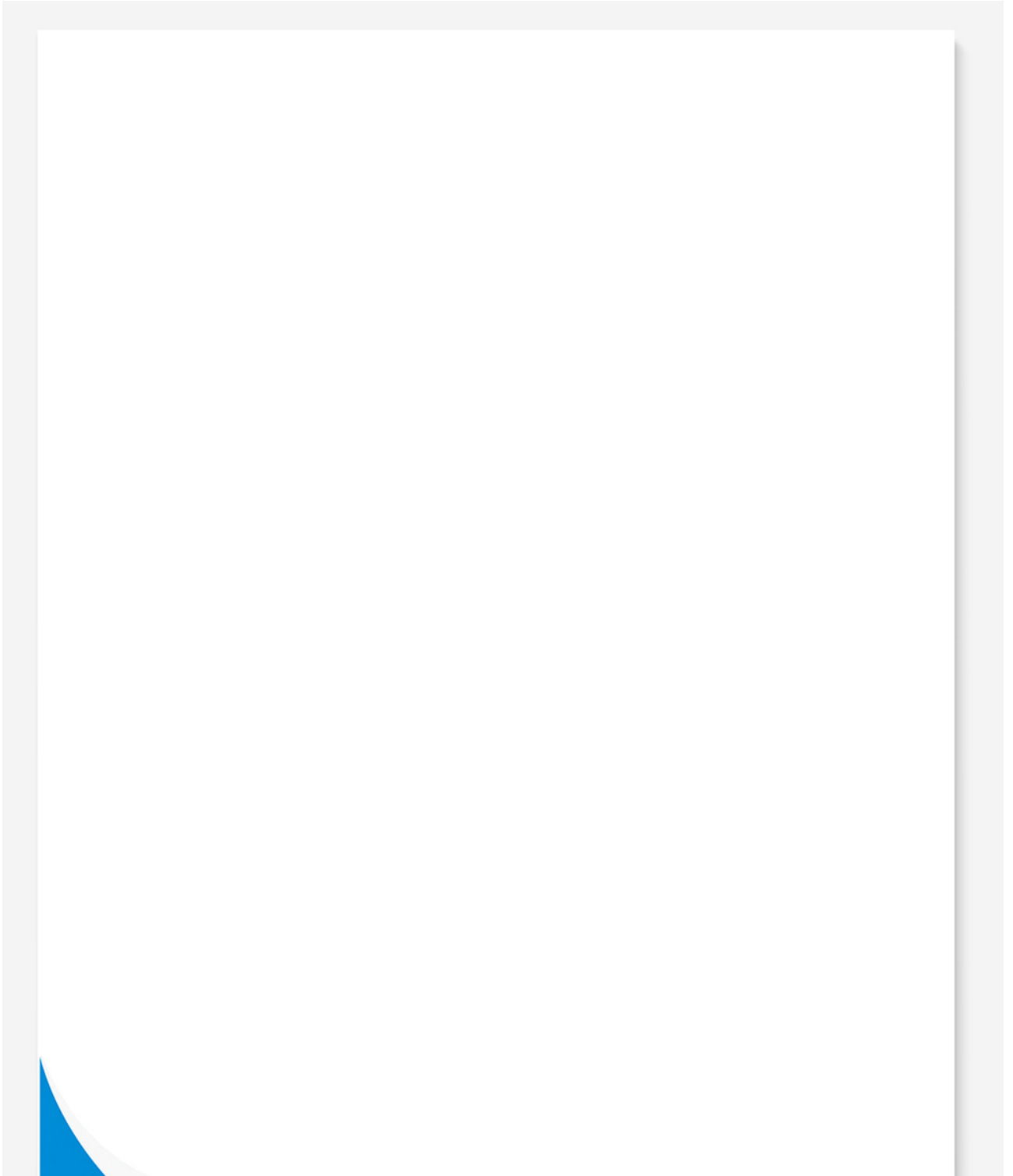




## 第五章、负责的本质—QBQ，时刻做对自己有最佳结果的选择

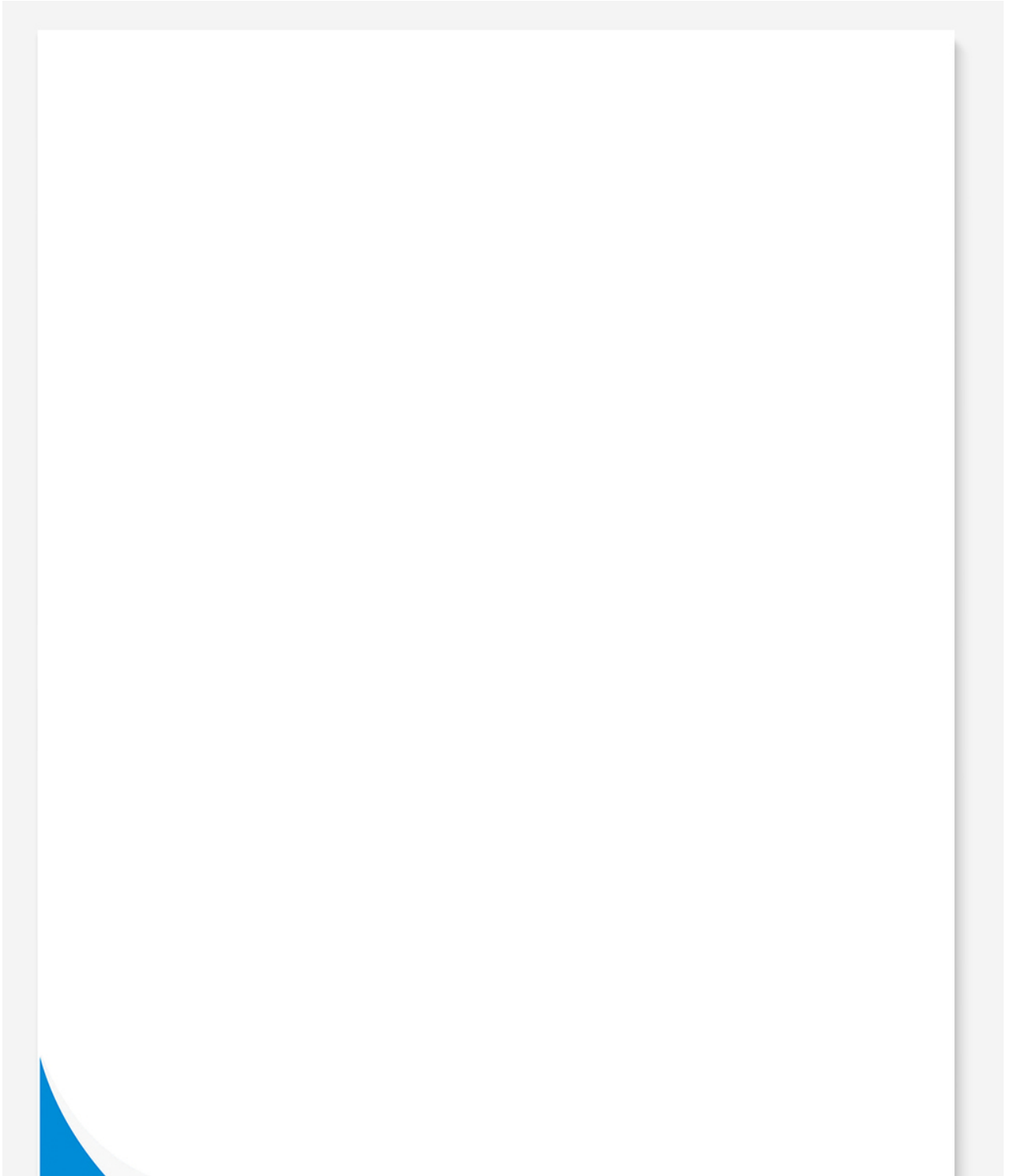
第一讲：腐蚀责任的四大病毒

第二讲：QBQ 第一原则：凡事均可变更好



### 第三讲：QBQ 第二原则：我是一切的根源

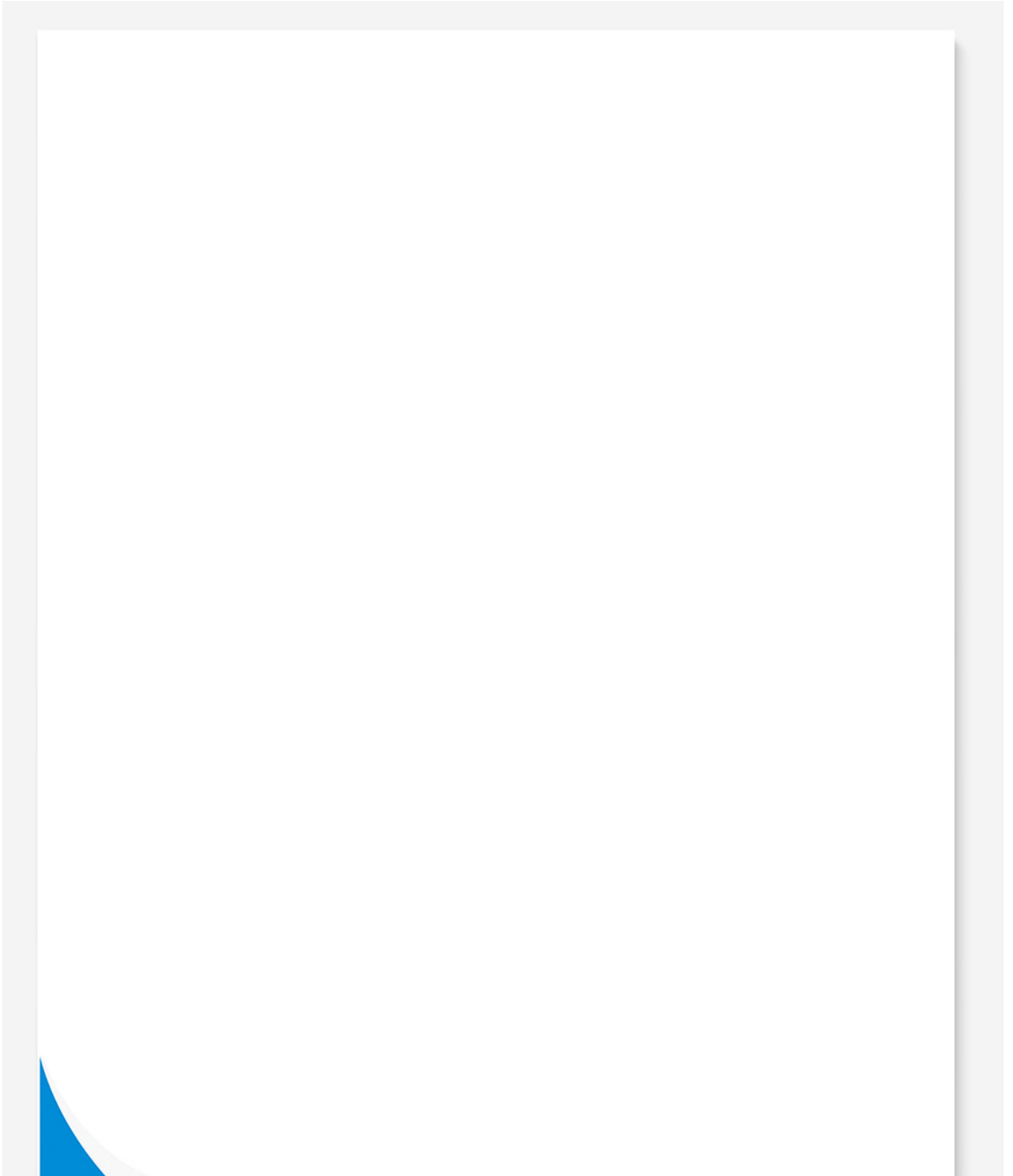
案例：罗平的故事

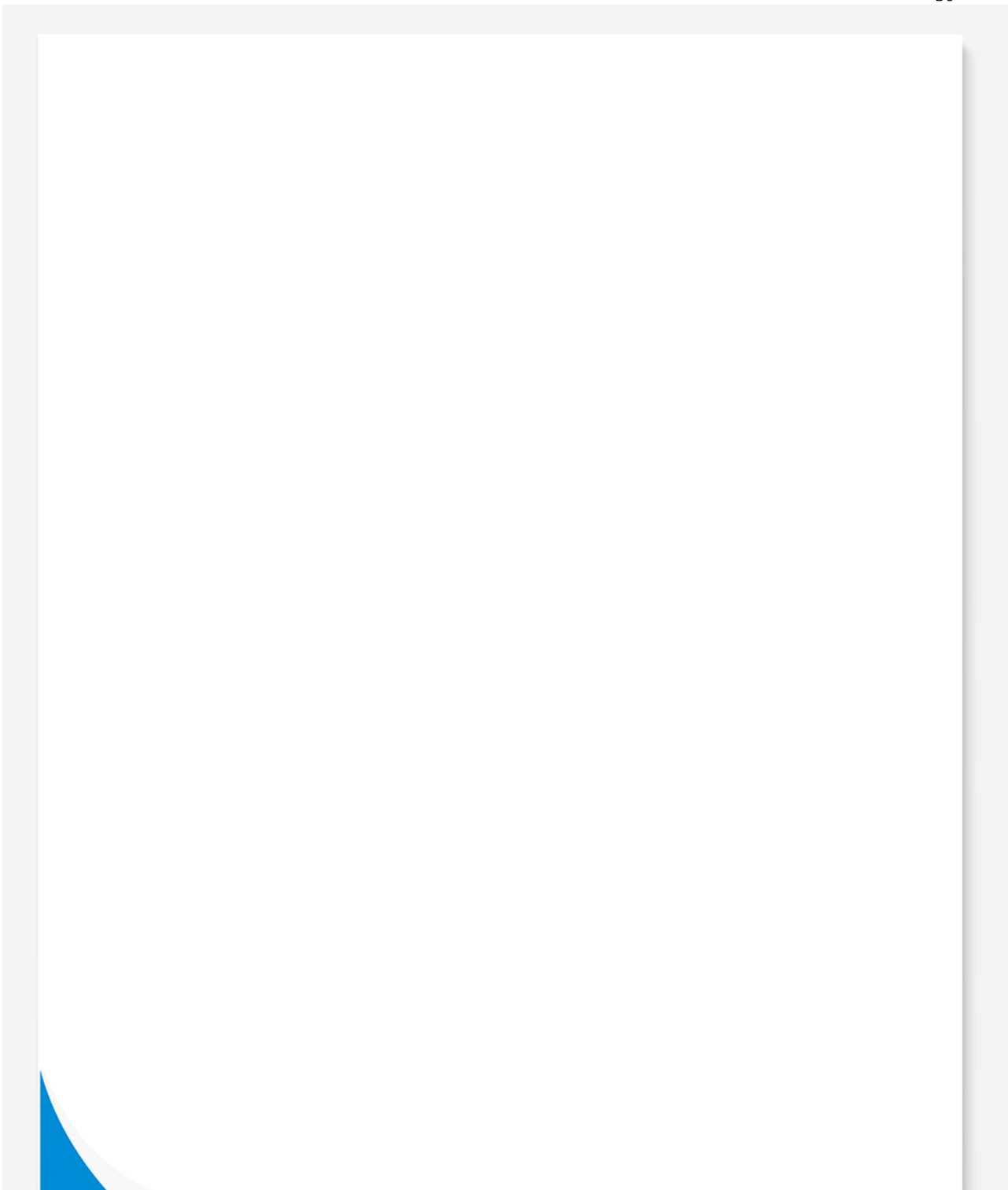


**第四讲：QBQ 第三原则：问更好的问题**

**第五讲：QBQ 第四原则：行动第一：行动永远大于心动（买彩票）**

本章解决的问题：责任的本质是什么？负责任的基本原则是什么？用责任原则规范自己的思维、规范自己的行为

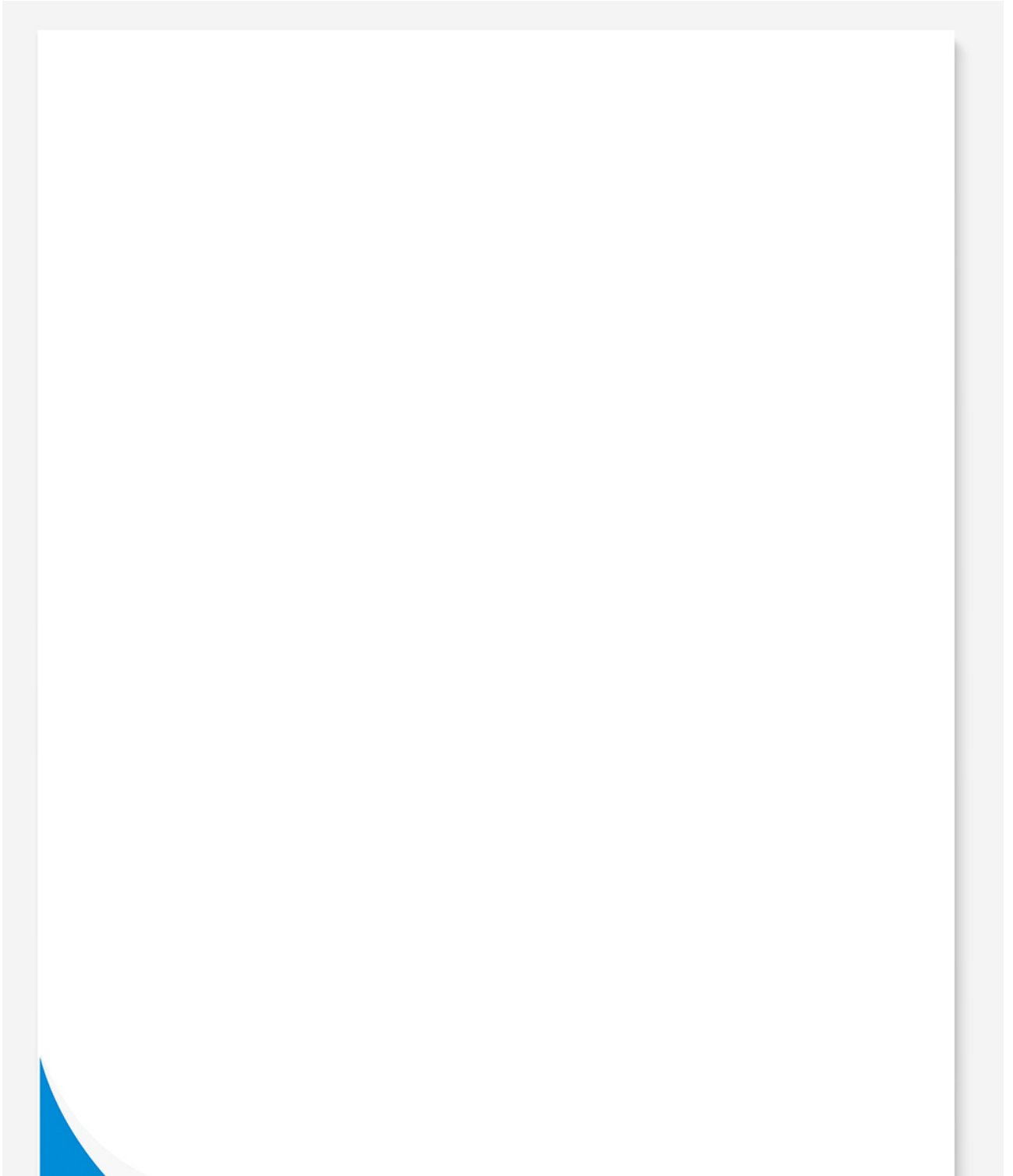




## 第六章、责任思维训练工具——QBQ 问题训练

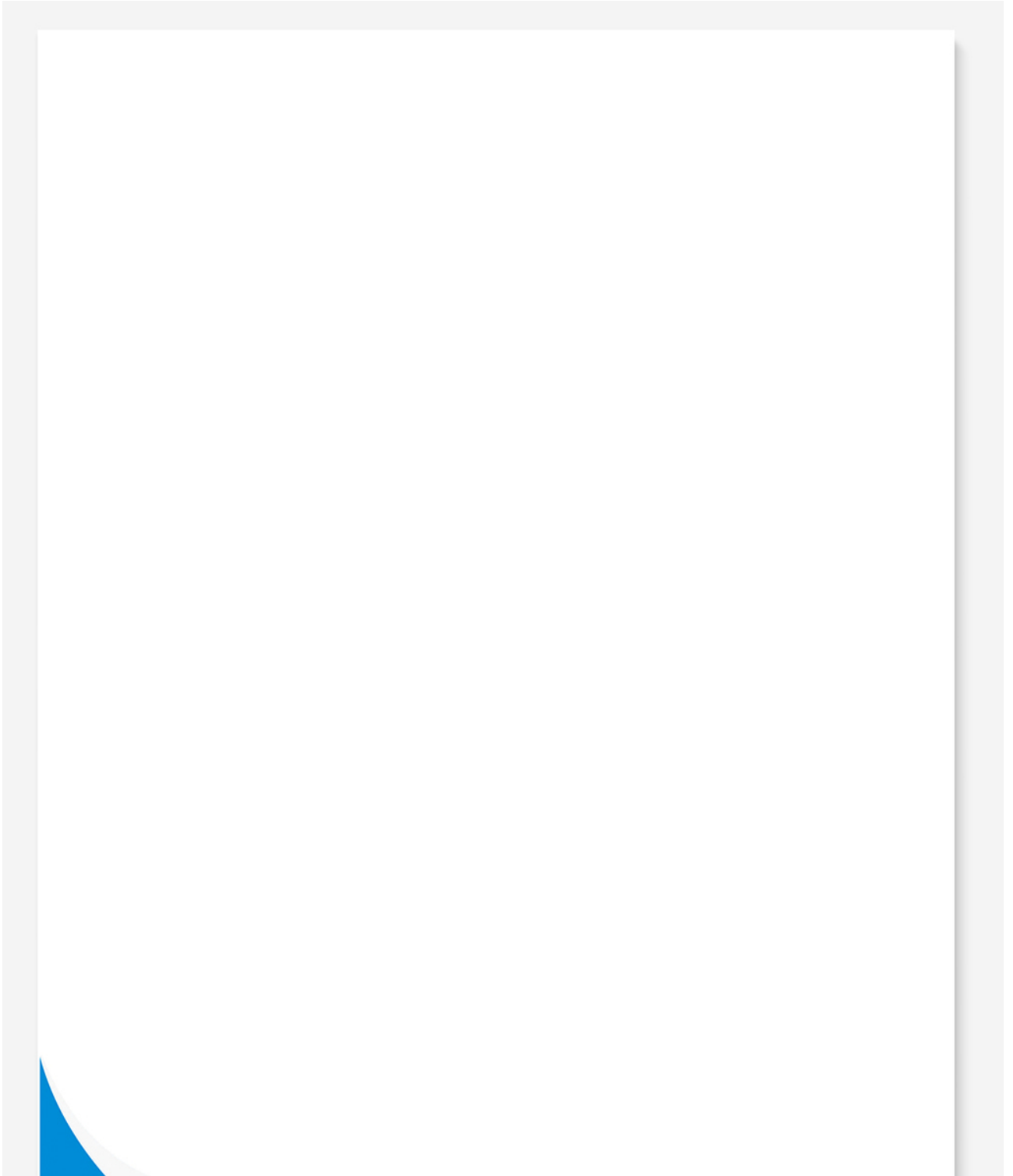
### 第一讲：QBQ 原理：

问题是思想的开关，是行为选择工具  
改变问话结构可以改变你的思想和行动



答案就在问题之中

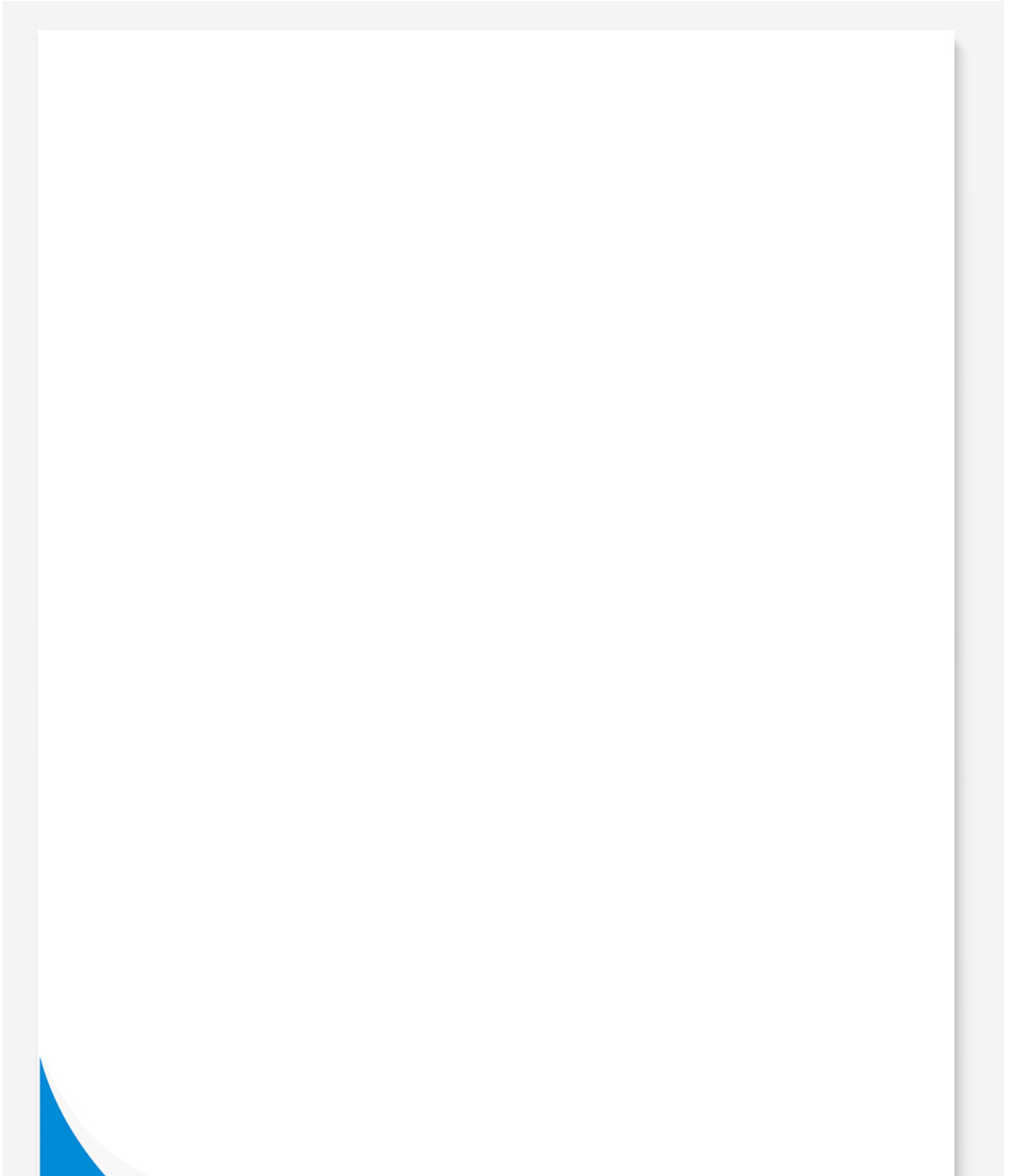
此讲解决的问题：责任的本质是什么？责任的本质是思维方式，只有改变我们的思维方式，我们才可以变得更有力量



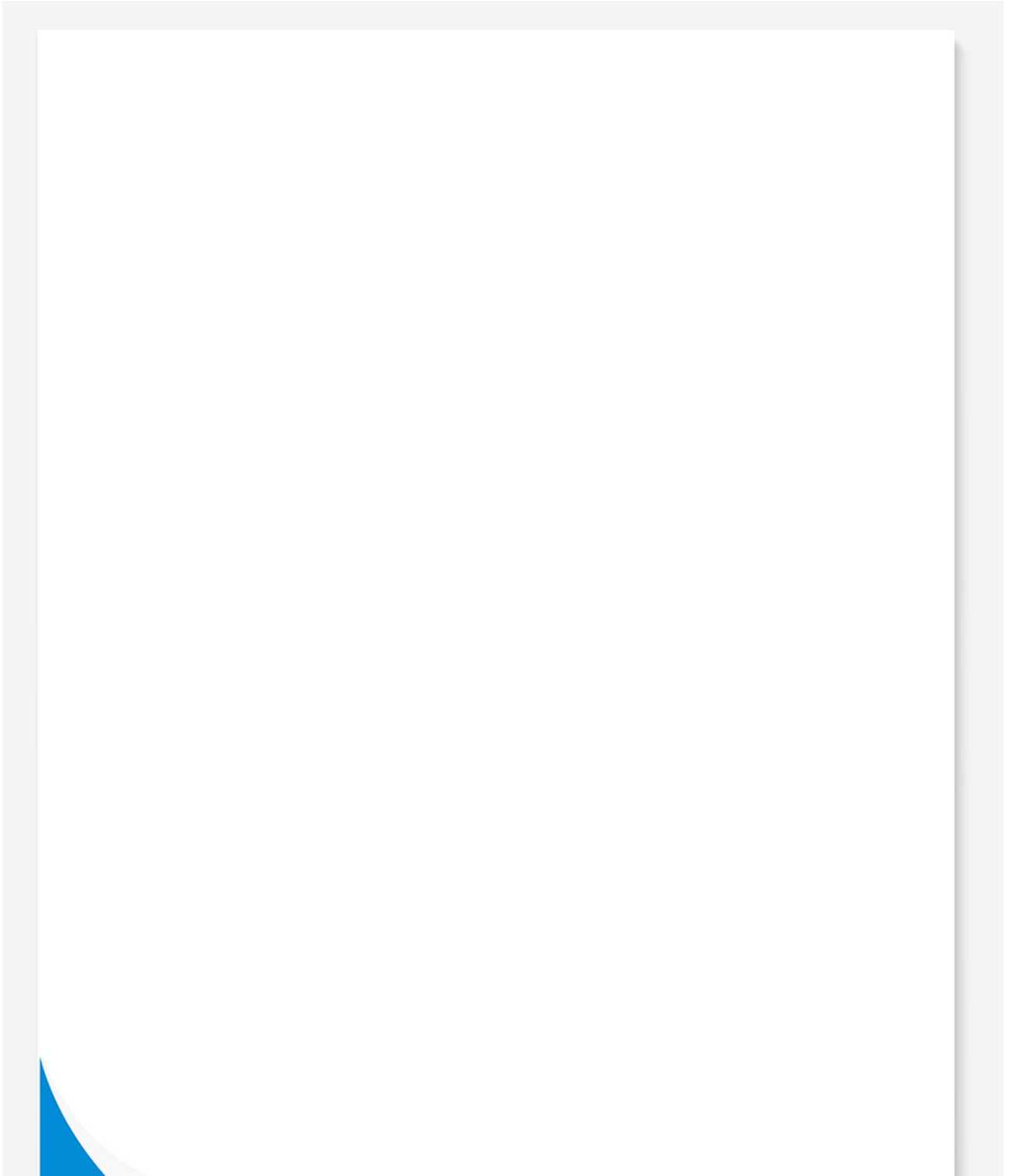
## 第二讲：QBQ 基本精髓：你的问题决定你的答案

### 第三讲：QBQ 核心：问更好的问题

- 1、互动分享：遇到以下情况你都问了什么问题？
- 2、我们习惯的“烂问题”



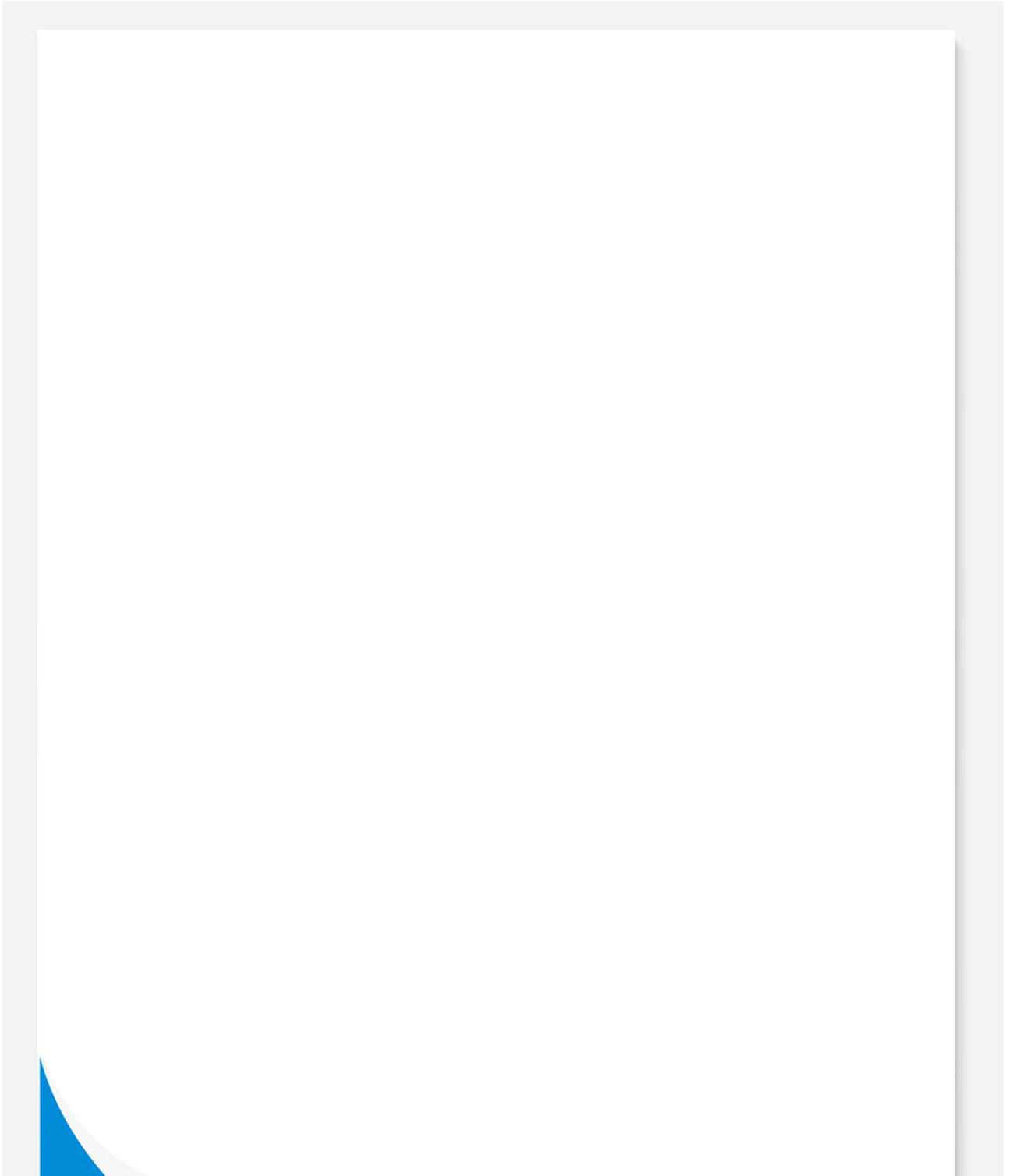
此讲解决的问题：深度认识我们在工作中的负面心态来源于何处。我们工作中所有的消极情绪、负面心态全部来源于我们遇到事情时的第一个念头（即提出的第一个问题），第一个念头烂则思想烂、行为烂、结果烂、习惯烂。成功人生首先要学会约束自己的第一个念头，不让负面的第一念毁掉我们的人生。这一讲通过现场练习找出我们在各种情景下的消极第一念，并深刻认识他



#### 第四讲：QBQ 训练一：揪出自己的烂问题

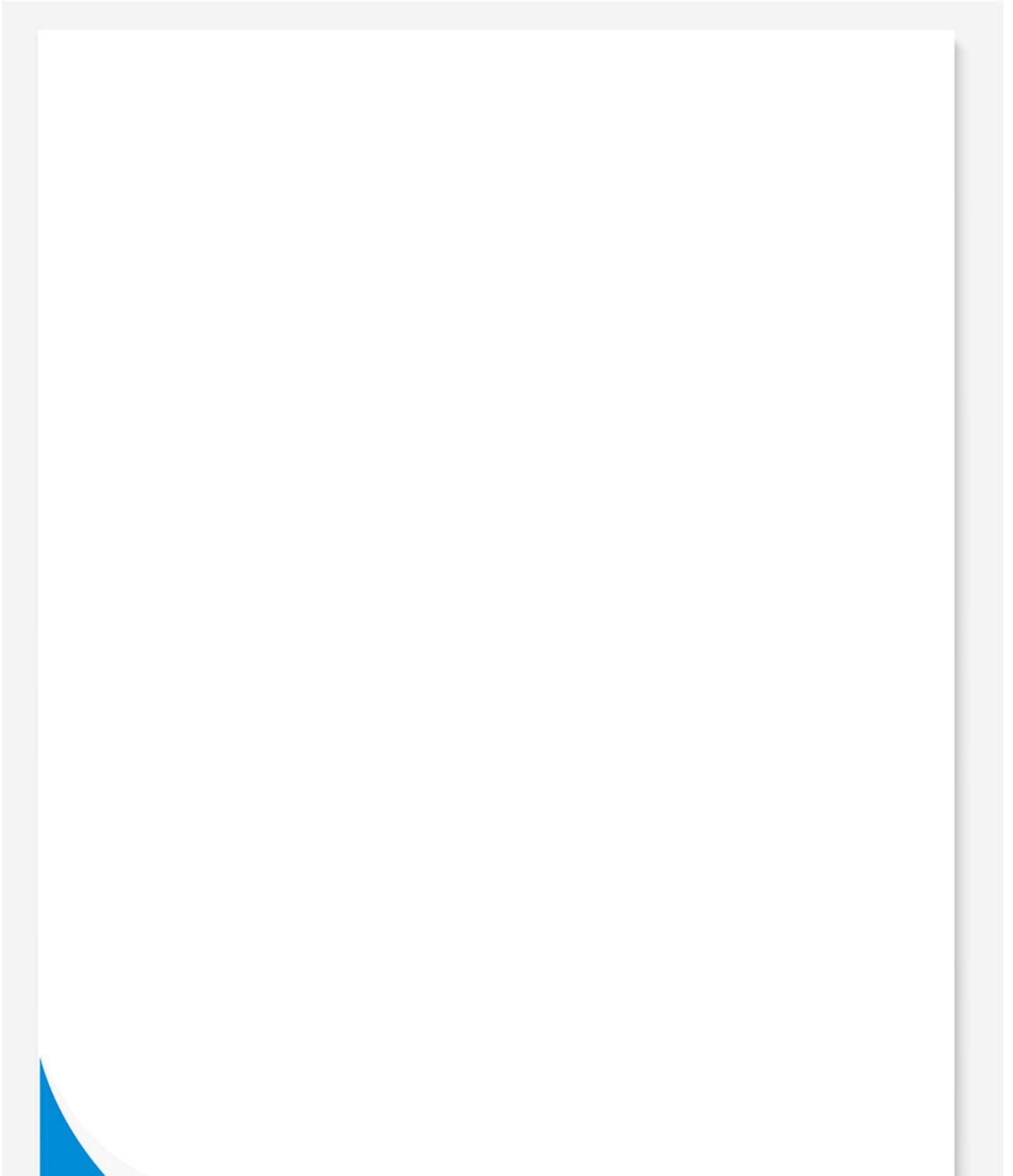
小组互动训练：找出自己过去工作中常问的烂问题

分享：问这些烂问题时，你的情绪如何？你背后的想法是什么？接下来你会？



## 第五讲：QBQ 责任训练二：发现与解决

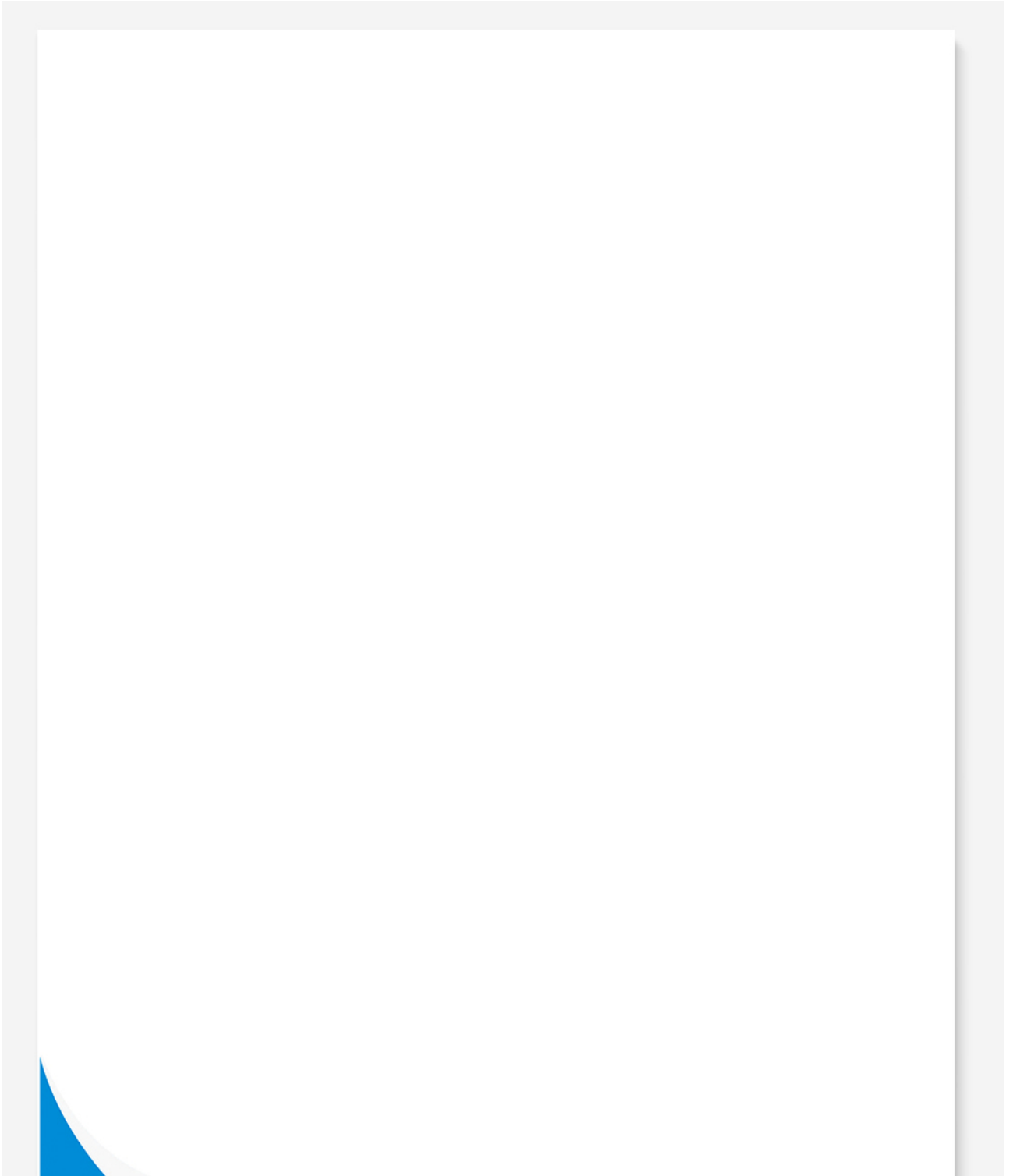
- 1、困扰你的案例描述；
- 2、解决决心强度测试；
- 3、痛苦发掘(一直不解决你会？)
- 4、找到自己在这个问题中的角色；
- 5、出现这个问题，你的情绪？你问了什么问题
- 6、以 100% 责任的心态转换问题；
- 7、找到了什么方法？；
- 8、准备采取什么行动？



## 第六讲：QBQ 责任训练三：转换问题、转变想法

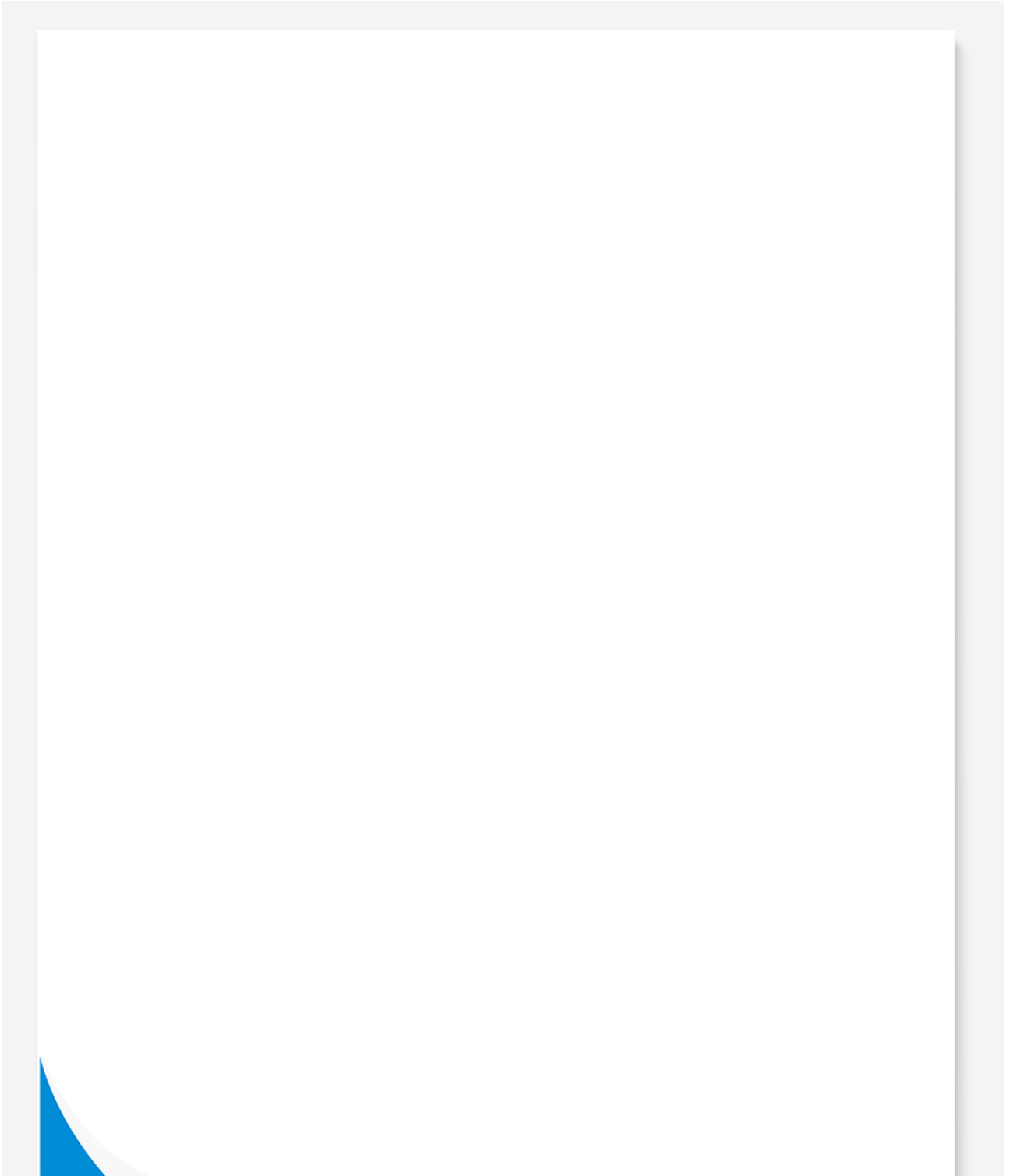
- 1、互动训练：转换你的坏问题（两人一组训练）
- 2、如何在工作中修炼责任？

此三讲解决的问题：第四讲到第六讲主要是进行责任思维的训练，找出我们的烂念头、发现这些烂念头的危害、下定修正决心，然后进行责任问题训练，通过训练养



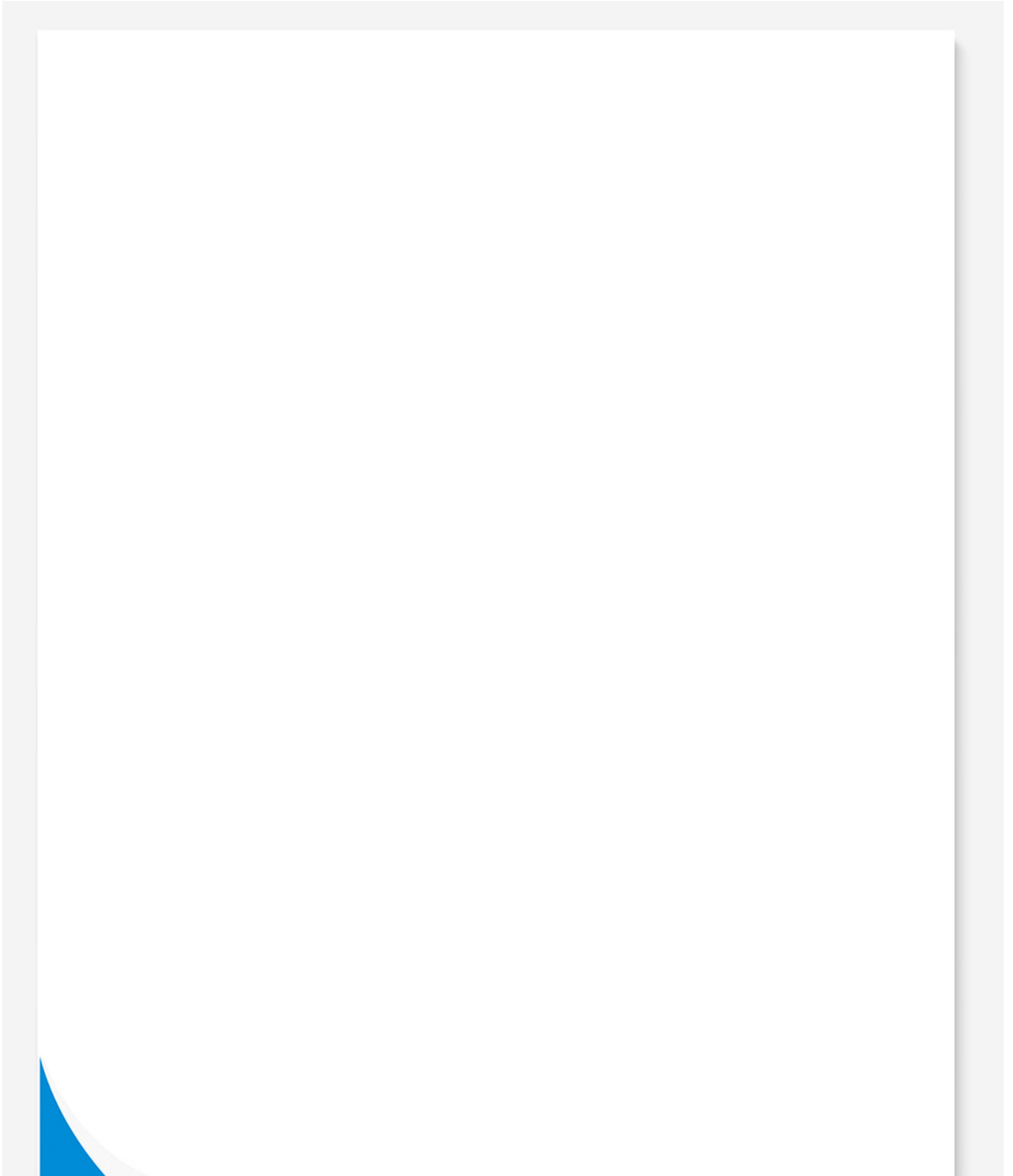
## 成积极的第一念头习惯

现场延伸互动：找出我们实际工作中的消极思维，并通过现场训练改变之。通过设定工作情景，进行情境训练，彻底改变团队的消极心态和消极行为，培育积极的思维状态



## 第七讲：塑造责任环境

- 1、说责任的话
- 2、制定责任的制度
- 3、做责任的行为
- 4、曝光不责任任的行为

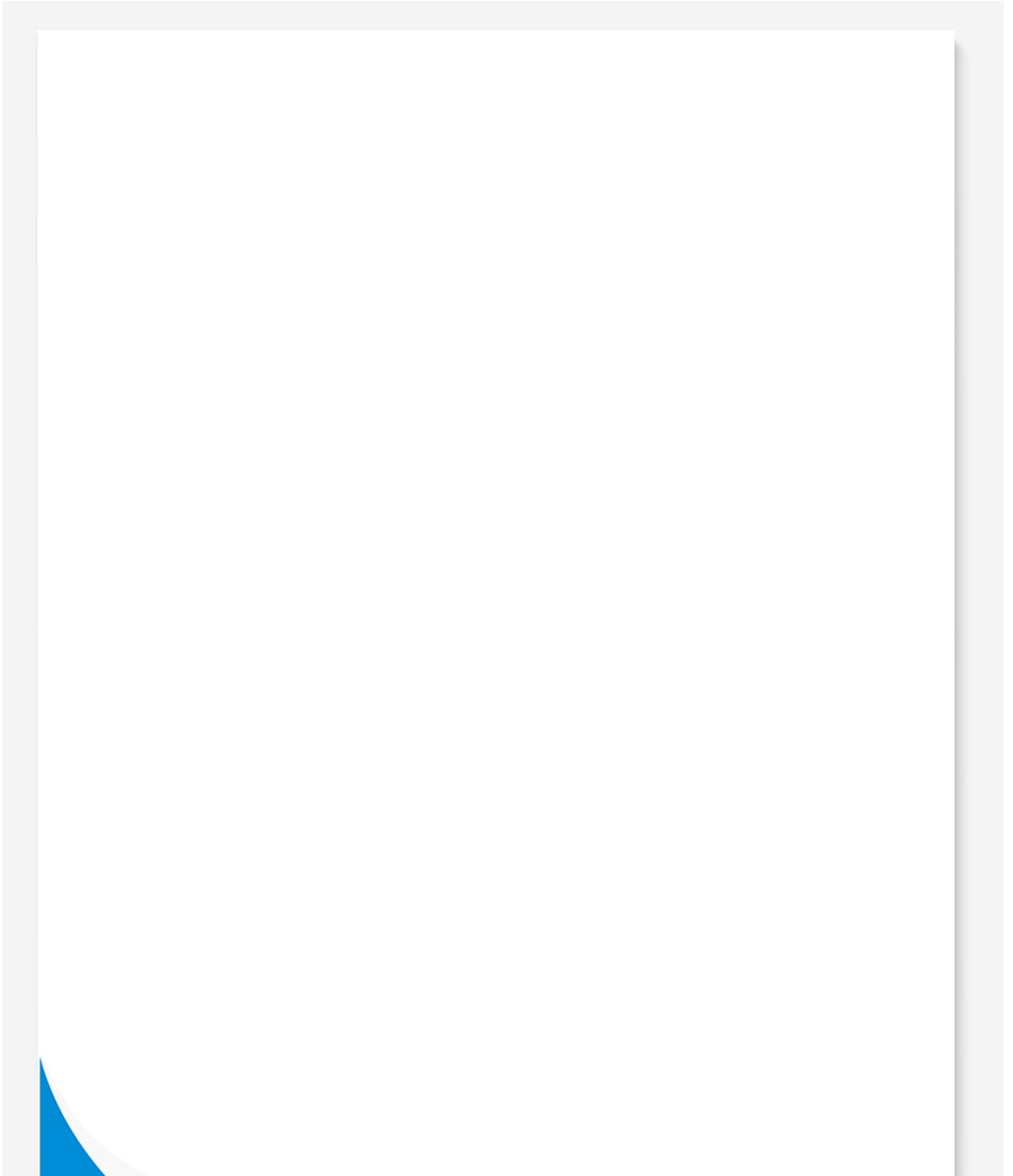


此讲解决问题：责任环境的打造问题，如何才能在企业打造一个责任环境，用环境来改造人、培养人

## 第七章：责任的落脚点——懂得感恩

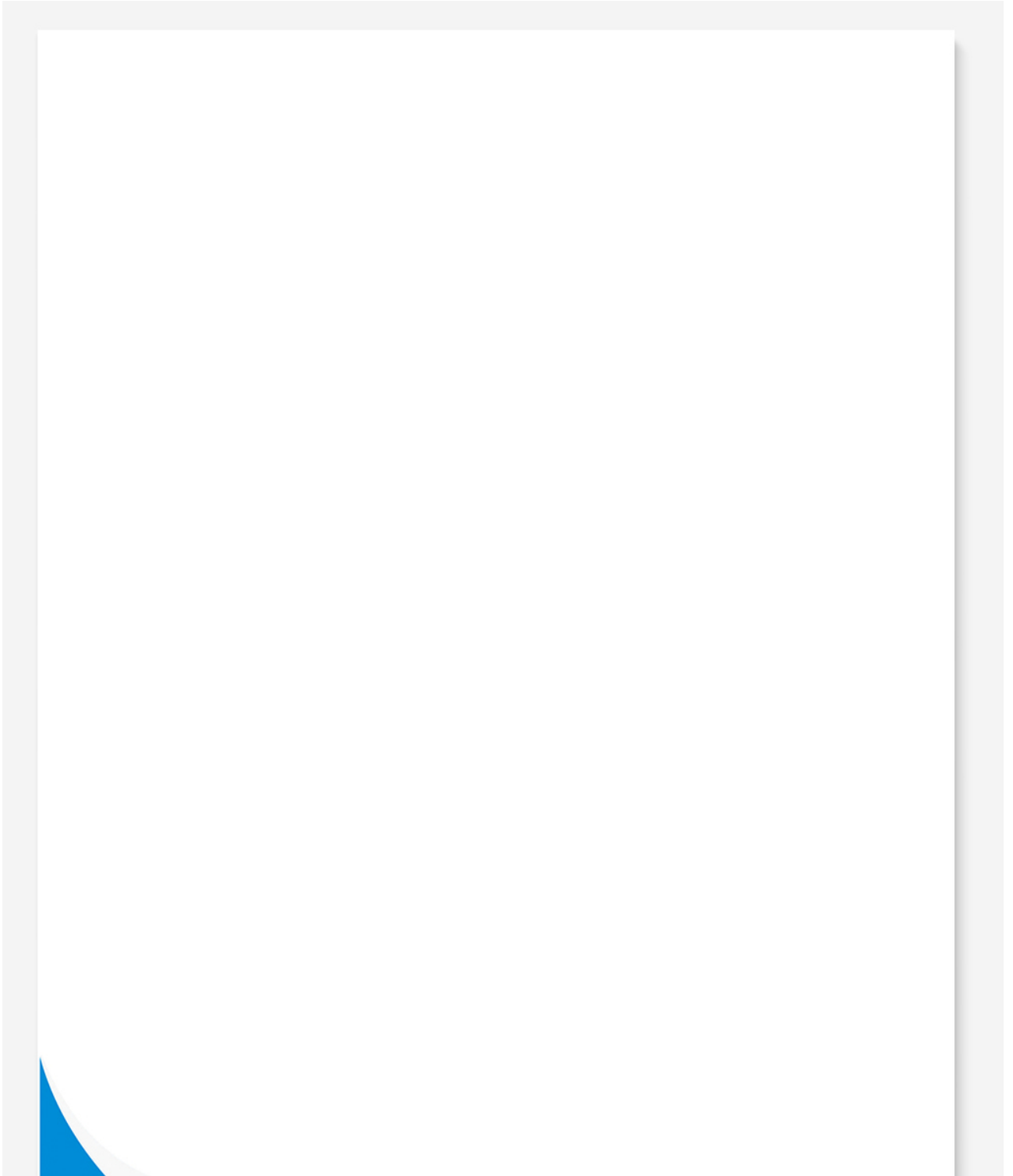
互动：感恩的心

- 1、 感恩是一种力量
- 2、 感恩才能惜福，惜福才会得慧



- 3、 感恩我们的客户
- 4、 感恩我们的领导
- 5、 感恩我们公司
- 6、 感恩家人、感恩朋友
- 7、 感恩敌人、感恩对手

此讲解决的问题：用感恩的心的游戏让员工体会感恩，感恩、惜福，珍惜所拥有的



一切，感恩  
公司、感恩上司、感恩老板、感恩客户，只有懂得感恩才会获得进步的能量

