



世界一流公司的员工培训脚本



OR



?



15分钟打造高效团队

Quick Team-Building Activities for Busy Managers

[美] 布莱恩·科尔·米勒 著

只需 15 分钟，你的团队将面貌一新！



中信出版社
CHINA CITIC PRESS



OR



?



Quick
Team-Building
Activities for
Busy Managers

15分钟

打造
高效团队

〔美〕布莱恩·科尔·米勒 著
冯斌 胡晓旦 译



中信出版社
CHINA CITIC PRESS

图书在版编目(CIP)数据

15分钟打造高效团队 / (美) 米勒著; 冯斌, 胡晓卫译. —北京: 中信出版社, 2007.5
书名原文: QUICK TEAM-BUILDING ACTIVITIES FOR BUSY MANAGERS: 50 exercises
that get results in just 15 minutes
ISBN 978-7-5086-0858-7

I. 1… II. ① 米… ② 冯… ③ 胡… III. 企业管理—组织管理学 IV.F272.9

中国版本图书馆CIP数据核字(2007)第042519号

QUICK TEAM-BUILDING ACTIVITIES FOR BUSY MANAGERS: 50 exercises that get
results in just 15 minutes.

Copyright © 2004 Brian Cole Miller.

Published by AMACOM, a division of the American Management Association,
International, New York.

Arranged with Andrew Nurnberg Associates International Limited.

All Rights Reserved.

15分钟打造高效团队

15 FENZHONG DAZAO GAOXIAO TUANDUI

著 者: [美] 布莱恩·科尔·米勒

译 者: 冯 斌 胡晓卫

策 划 者: 中信出版社策划中心

出 版 者: 中信出版社(北京市朝阳区东外大街亮马河南路14号塔园外交办公大楼 邮编 100600)

经 销 者: 中信联合发行有限责任公司

承 印 者: 中国农业出版社印刷厂

开 本: 787mm×1092mm 1/16 印 张: 13 字 数: 83 千字

版 次: 2007年5月第1版 印 次: 2007年5月第1次印刷

京权图字: 01-2006-4719

书 号: ISBN 978-7-5086-0858-7/F·1136

定 价: 29.00元

版权所有·侵权必究

凡购本社图书, 如有缺页、倒页、脱页, 由发行公司负责退换。

服务热线: 010-85322521

<http://www.publish.citic.com>

010-85322522

E-mail: sales@citicpub.com

author@citicpub.com

与员工一起开展团队建设练习非常有趣、回报丰厚且充满创意。

问题是，如何在最短的时间内，使用最少的道具、最简单的步骤，最高效地完成任务？

本书将为你支招！

无须使用任何特殊的道具、昂贵的产品，即便你之前没有任何培训经验，即使你的团队时间紧张且毫无预算，都能借此收获巨大的成效！

本书将帮助你：

- ◎ 组建新的团队，并帮助团队吸纳新的成员；
- ◎ 应对变化；
- ◎ 增进并改善沟通效果；
- ◎ 协调集体与个体之间的差异，实现团队目标；

.....

无论你是新上任的管理者还是资深经理人，本书都将帮助你打造一只出类拔萃的团队！

Quick
Team-Building
Activities for
Busy Managers

布莱恩·科尔·米勒

工作解决方案公司的创始人。这是一家管理与培训咨询公司，其客户包括全美保险公司、富兰克林-科维公司，以及UPS商店。他是Anthem Blue Cross Blue Shield公司的前任培训与发展部门主管，现在该公司已成为他的客户之一。

强力推荐：



责任编辑 汤曼莉 苏毅

封面设计 木工作室+郭鹏

经销 中信联合发行责任有限公司

A c k n o w l e d g m e n t s

致 谢

当我在缅因州与我最喜欢的一位客户共事时，我接连遇到了两位忙碌的经理人，他们抛给我的问题竟然出奇的一致：“布赖恩，你能告诉我有什么合适的快速的团队建设活动吗？我希望能做点什么来帮助我的员工凝聚在一起，培养团队精神，但我们又没有太多的时间。我想要的是不那么情绪化，并且不需要使用任何道具或提前做准备的活动，因为你看，我已经忙得晕头转向了！”

通过与这些人交流，我萌生了写作本书的想法。

感谢以下诸位忙碌的经理人和专家们，感谢他们抽出自己宝贵的时间，帮助我最终完成了本书：比尔·威斯玛、温迪·肖、唐·辛德、加里·西格斯特、布伦达·罗、亚力克斯·罗德里格斯、艾琳·南利、迪安·米勒、克里斯·洛、莱斯利·兰珀特、林恩·杰克逊、马克·汉森、戴娜·戈尔德、凯·道西特、乔·大卫、里克·达马特、萨拉·科普、米罗·科普、盖尔·科普、卡罗琳·科弗、埃德·邦斯以及萨拉·博利欧。

本书所列活动的来源多种多样：其中有很多是我自己设计出来的；我也在其他人发明的游戏与活动的基础上做了些微调整；还有的则是我在实践中（当我参加一些会议与研讨会时）学习别人的经验方法得来的。如果我在提及这些活动时，不小心略去了其发明者的名字，在此我想提前向他们表示歉意。

感谢吉吉、玛吉、鲁迪、苏珊娜、迈克尔以及简，是他们让我懂得了团队合作的全部含义。

感谢保罗·蒙哥马利为本书绘制精美的插图。

最后，我要深深感谢我的家人——本杰明、海迪、洛根、斯泰西、我的岳母，尤其是蒂姆——感谢他们自始至终的支持与鼓励。

导 言

很多忙碌的经理人都希望能在日常会议中增加点儿什么，以达到团队建设的目的，这本书就是为这些人而写的。你将通过本书了解到：

每个活动只需要花费不到15分钟。忙碌的经理人（以及他们的下属）没有大把的时间可花在团队建设上。他们需要的是那种既方便快捷又直接有效的活动。本书中提到的每一个活动，其实施与讨论的时间不会超过15分钟。

真的能够在不到15分钟内收到成效吗？没错，只要你的预期是合乎情理的。要知道，时间拖得太长往往解决不了问题，做了多年对手的人也不可能突然变成好朋友，一些棘手的问题更不会自动消失，但是，开展一些活动会为解决团队问题带来生机。它能令彼此

陌生的人日渐熟悉，团队守则也将由此得以建立；友好的情谊将被孕育，同志般的感情也会更加牢固；最终带来的结果是，一种强而有力的团队精神由此形成。

所有的活动只需用到一些零星的道具，甚至不需要任何道具。你不必为了开展这些活动而跑去商店，寻觅那些稀奇古怪的道具。事实上，本书列出的活动中，超过半数只需准备好纸和笔即可！其他活动需要用到的也不过是日常的办公用品，比如文件夹、标志牌、索引卡、硬币、过期的杂志，诸如此类。只有一小部分活动需要用到特殊的道具，比如一副纸牌、气球，或者一道谜题。

每个活动都是为了达成一个或多个明确、具体的目的。团队建设活动通常都是有趣的，本书提及的这些也不例外。然而，趣味性并不是这些活动的主要目的，它们被设计用来帮助你的团队，以这样或那样的方式更加紧密地联系在一起。当然，在团队成员借此得到学习与成长的过程中，你们自然也能收获乐趣。

每个忙碌的经理人都能轻而易举地实施这些活动。它们非常容易理解，准备工作也很简单。其中有的活动你只要在书上读过一遍，马上就能顺利地加以开展。你可以在赶赴一场会议的路上将本书带在身边，随时随地就能组织其中某个活动。

每个活动的流程都很容易掌握。本书对于所有活动的介绍都遵

循统一的格式，简明扼要，好读易懂：

这是……简要地阐释这个活动。

目的在于……描述该活动的宗旨与目的。

在何时开展这个活动……你可以借此判断该活动是否能帮助你
和你的团队达成目的。

你需要使用的道具……列举出你需要用到的所有道具。通常情
况下，什么道具也不需要！

如何操作……阐释活动步骤，一步一步地解释如何开展这个
活动。

举个例子……举例说明该活动应该怎样完成，这样能使你对预
期的结果有更清楚的认识。

提出以下问题……为每个活动列出最恰当的一些问题。这些问
题会在反馈阶段被提出来，无论对于哪个团队建设活动而言，反馈
阶段都是最重要的一个环节。在这一阶段，参加活动的人将讨论他
们从活动中学到的东西，并且将得到的经验教训应用到自己日后的
工作中。

成功的小窍门……强调一些细节问题，以帮助你更高效地开展
活动。

试着换个模式……同一活动还能以不同的方式进行，试着换个
模式，使活动更有趣味、节奏变慢、使竞争升级，或者干脆将它转
变成一次与之前稍有不同的新的学习体验。

请放心，你绝对不会在这本书里找到以下类型的活动：

“鱼缸”式的活动。这样的活动只需要一小部分人参与，其他的人只能站在一旁观看，对参与者评头论足。

角色扮演式的活动。在这样的活动中，每个参与者都被赋予了一个虚拟角色，他们必须按要求扮演好各自的角色。

示范式的活动。这意味着活动内容主要是由领导者做示范，其他所有参与者只能在一旁观看，然后进行讨论。

户外活动。这样的活动需要大场地、好天气，参与者必须身强体健。

“情感触碰”式的活动。在这样的活动中，参与者必须充分地与其他人接触，或者彼此分享内心的想法与情感，它使活动的组织者看上去更像是一个心理学家，而不是活动的领导者。

除此之外，你也不需要准备、复印或者分发什么材料。

在我们开始介绍这些活动之前，我用了两章的篇幅帮你做一些准备工作，这样，你想要开展任何一个团队建设活动，都将变得轻而易举。

第一章为你提供了贯穿整个活动的指导，告诉你如何有效地开展一个团队建设活动。我们将讨论三个阶段的内容：活动之前、活动之中以及活动之后。

活动之前，你应该学会如何选择最适合你及你的团队的活动。

既然你可以选择一个专门为满足你的团队的需要而量身打造的活动，为什么还要开展其他的活动呢？然后，你要学习如何为你选择的¹活动制订计划、做准备（即使你只有乘电梯时两分钟的空闲时间，也要这么做）。

活动之中，你应该学会如何使活动圆满成功——给出明确的指导、确保团队成员积极参与，并且保证他们明确该做什么以及怎样做。接着，你要知道在大家参与活动时，你应该做些什么。最后，你应该学习如何掌控整个活动中最重要的一个环节：听取反馈意见。在这个过程中，你的团队成员会把他们在活动中的表现与其在日常工作中的行为联系起来进行讨论。如果你忽略了这一步骤，那还不如干脆不开展任何活动！

活动之后，你应该学会如何将大家在活动中掌握的知识及时运用到工作场所中，并确保你和你的团队真能在第一时间通过开展这个活动而受益。

接下来，在下一章节中，我们将看一下在开展活动的过程中，哪些地方最容易出错。墨菲法则（Murphy's law）告诉我们，你总是会碰一两个钉子，但这并不意味着你注定就会失败！

对于每一个潜在的问题，我们都将以统一的格式加以讨论：

如果……会怎样……这一部分描述了你可能会遇到的潜在的问题或忧虑。

你将会看到……这一部分阐释了你一定会看到或听到的事物，它们的出现意味着问题产生了。

最可能的原因是……这一部分说明了问题背后最常见的原因是什么。只有当你知道问题的原因，你才能采取适当的行动避免问题出现，或者更有针对性地解决问题。

如何防止问题产生……这一部分告诉你怎样在第一时间避免问题出现。

出现问题后该怎么做……如果问题最终还是出现了（尽管你已采取了周密的预防措施），这一部分提供了处理问题的若干建议。

与你的员工一起开展团队建设活动是非常有趣、回报丰厚且充满创意的。看到他们从活动中学到了非常重要的东西，看到那些创意的火花在空中飞舞，是一件多么让人激动的事情啊！请坚持下去并充满耐心，即便你只开展了微不足道的几个活动，也将收获令人惊叹的结果！



你能在两个小时之内从投资门外汉变身股市金手指吗？
你能在两个小时之内洞穿股市奥秘，使投资回报翻番吗？
对冲基金经理人、天才的投资大师乔尔·格林布拉特将教给你如何去做。

乔尔的投资公司在20多年间年均回报率达到了40%。他将告诉你，投资与专业背景及智力水平无关，任何年龄、身份的投资者都可以很容易地在投资中获得成功。

本书凝结了乔尔20多年的投资经验、现代价值投资原理的精华，只要你按照书中提到的简单步骤，套用“神奇公式”进行操作，你就能自动买进价低质优的公司股票，在风险极低的情况下获得相当可观的长期投资收益。

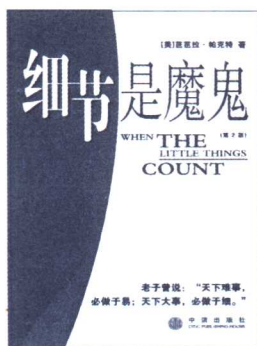


再版25次，销量超过百万的经典之作

书名：《时间管理》
作者：[德] 洛塔尔·赛韦特
ISBN：7-5086-0232-3/F·744
定价：18.00

金钱奖励之外的绝妙创意

书名：《1001种奖励员工的方法》
作者：[美] 鲍勃·纳尔逊
ISBN：7-5086-0289-7/F·841
定价：23.00



在精细化管理时代，
商业成功更多地取决于对细节的关注

书名：《细节是魔鬼》
作者：[美] 芭芭拉·帕克特
ISBN：7-5086-0270-6
定价：24.00

最经济、最简便的激励员工的有效措施

书名：《1001种激励员工的方法》
作者：[美] 鲍勃·纳尔逊
ISBN：7-5086-0662-0/F.1036
定价：25.00



只需一页纸，知本变资本

书名：《一页纸的商业计划》
作者：[美] 帕特里克·G·赖利
ISBN：7-5086-0378-8/F·854
定价：20.00

做自己的老板，掌控你的工作与生活

书名：《1001种自动自发的方法》
作者：[美] 鲍勃·纳尔逊
ISBN：7-5086-0711-2/F.1054
定价：26.00



Quick Team-Building Activities for Busy Managers

目 录

C o n t e n t s

致 谢	/VII
导 言	/IX

准备就绪

第一章	团队建设七步走	/3
-----	---------	----

- 第一步 活动之前: 选择最适合你的团队的活动 /3
- 第二步 活动之前: 为你的团队建设活动做准备 /4
- 第三步 活动之中: 向团队成员解释有关活动情况 /6
- 第四步 活动之中: 在活动开始之前确保大家都了解活动规则 /7
- 第五步 活动之中: 开始活动 /8
- 第六步 活动之中: 听取有关反馈意见 /9
- 第七步 活动之后: 将得到的经验教训应用到日常工作中 /11

第二章	团队建设活动中的常见问题	/13
-----	--------------	-----

开始!

第三章 沟通: 倾听并施加影响力 /27

2美元沟通 /28

纸牌三角 /31

倾听 /34

忘掉自己 /37

折纸游戏 /40

共同价值观 /43

洗衣机 /46

第四章 联系: 认识彼此 /49

生命中的一天 /50

闲话时间 /53

个人广告牌 /56

说说我的名字 /59

一枚硬币引发的回忆 /61

比起……我更喜欢…… /64

准备, 各就各位, 再来一次! /67

相同点与相异点 /70

甜美的故事 /73

第五章 合作: 组成一个团队协同工作 /76

传球游戏 /77