

杜立辉/冉斌/编著

团队圆舞曲

Group's waltz



魔鬼训练营

Devil's Training Barracks

海天出版社

团队 圆圈舞

杜立辉/冉斌/编著

魔鬼训练营曲

*Devil's Training
Barracks*

海天出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

团队圆舞曲：魔鬼训练营 / 杜立辉，冉斌编著.
深圳：海天出版社，2005
ISBN 7-80697-600-0

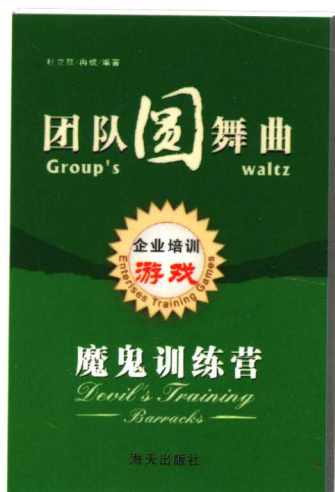
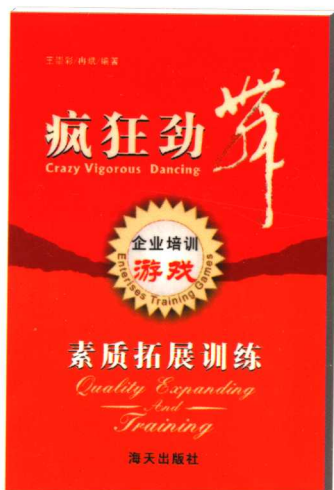
I. 团… II. ①杜… ②冉… III. 企业管理—组织管理学
IV. F272.9

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 100175 号

海天出版社出版发行
(深圳市彩田南路海天综合大厦 518033)
<http://www.htph.com.cn>
责任编辑：来小乔 封面设计：梅玲
责任技编：陈炯

深圳市海天龙广告有限公司设计制作输出 Tel: 83461000
深圳华润永昌机械彩印有限公司印刷 海天出版社经销
2006 年 1 月第 1 版 2006 年 1 月第 1 次印刷
开本：787 × 1092mm 1/16 印张：16
字数：200 千 印数：1-6000 册
定价：23.00 元

海天版图书版权所有，侵权必究。
海天版图书凡有印装质量问题，请随时向承印厂调换。



CBHandsun

华盈·恒信

华盈恒信是中国本土最大的综合性管理顾问机构之一，包括深圳公司、北京公司和成都公司。华盈恒信致力于管理咨询和软件实施双重专业能力的发展，为中国企业提供专业化的战略咨询、人力资源咨询、人力资源软件实施和系列培训。

在广大企业的支持下，华盈恒信的名字日益传播，为越来越多的企业所熟悉和厚爱。发展到今天的华盈恒信，不仅仅是一家专业的管理顾问公司，更是发布最新管理理念、管理工具和管理方案的权威机构。一心致力于提升中国企业管理水平的华盈恒信，正在众多领域为企业和个人提供着全方位的服务。

因为专心和专注，所以专业

华盈恒信坚信，通过我们和企业共同孜孜不倦的凝聚、传播、创新和追求，中国企业的管理水平必将变得越来越先进、越来越成熟！

● 服务电话：0755-83584029

0755-83584030

0755-83584031

0755-88350488

13509606769

● 电子邮箱：rbin@flink.net.cn

● 公司网站：www.CBhandsun.com

深圳市华盈恒信管理顾问有限公司

CBHandsun Management Consulting Co., Ltd.



Group'swaltz

磨练超人品格

打造超级团队



前 言

看过电影《冲出亚马逊》的观众可能永远都不会遗忘影片当中的每一幕场景,片中“猎人学校”的生命炼狱式“魔鬼训练”给人留下了深刻的印象。特种兵们勇敢地踏进“猎人学校”,经受了常人难以想象的“魔鬼训练”,一路“闯”关“夺”隘,在浴血奋战中克服生理与心理上的重重险阻,最终取得了至高无上的荣誉与胜利。

古往今来,在各种形式的竞争当中,人才始终都是竞争获胜的第一原动力。大部分的企业并不缺少方向,而是缺少能够在朝正确方向前进的道路上,如何快速、准确、尽可能减少损失的具体方法。能够具备或创造这种方法的人,通常称作人才。企业通往成功的过程,实际上是一个解决问题的过程,困扰企业的问题所在,就是如何寻找和培养优秀人才。

实践证明,寻找和培养优秀人才的一个最有效渠道就是从内部培养。通过内部培养,可最有效地提升个人能力与团队战斗力。可是一个组织可能无暇顾及人员的长期培训工作,况且建立一所属于企业自己的培训学院耗资巨大,非一般企业所能够承受。如果你正在为这样的问题烦恼,就让我们为你带来一个有效解决人才问题的方案,这就是风靡世界的“魔鬼训练”精英教程。

魔鬼训练,源自于日本,风靡于欧美,近年来传入我国。“魔鬼教练”大松博文的魔鬼训练法,曾造就了名声显赫的一代“东洋魔女”;中国的“魔鬼教练”袁伟民成就了“中国女排六连冠”的卓越伟绩。

魔鬼训练是一门通过完善心智模式来发挥潜能、提升效率的训练技术。教练通过一系列有方向性、有策略性的训练过程,洞察被训练者的心智模式,向内挖掘潜能、向外发现可能性,使被训练者有效



达到目标。

魔鬼训练也就是人力资源培训,主打团队建设培训,教你如何在企业中建立整个团队认同的价值观并达成高度的一致性。魔鬼训练营是意志品格磨练之路,需要坚强的意志、饱满的激情、永不言败的拼搏精神和勇于变革的冒险精神。

实践表明,无论多么胆小、懦弱、懒惰的人,只要能从魔鬼训练营走出来,他就会变得自信、坚强、勇敢、勤于奋斗;经受过艰苦卓绝、独一无二的魔鬼训练后,任何人都会拥有良好的团队精神、强大的自信心、坚不可摧的意志力、超越极限的忍耐力、训练有素的实用技能、卓越的组织领导力。

几十年来,美国海陆空三军、NBA 球队 85%的球员接受过魔鬼训练。将魔鬼训练搬入自己企业培训科目的企业更是不计其数,美国企业界人士以受此训练为荣。当有记者问到美国年度风云人物、曾挽救美国克莱斯勒汽车公司命运的前克莱斯勒公司总裁李·艾柯卡先生如何训练及培养职业人才时,他说:“送他到魔鬼训练营接受历练,这是被证明过的捷径。”

人类迈入 21 世纪之后,经济全球化日益加深,企业领导者面临的挑战和机遇越来越多。企业管理者应该如何拓宽企业的视野,建立一支训练有素的优秀员工团队,促进企业持续高速的发展呢?又应当如何确立自己企业的个性化领导风格呢?

1999 年伦敦联邦政府会议中心举行的欧洲企业培训会议公布的资料,可以帮助读者更了解“魔鬼训练”的作用:创意领袖中心(The Center of Creative Leadership)1997 年的报导指出:据美国调查显示,在所有运用“魔鬼训练”的公司中 77%的公司认为,采取有系统的“魔鬼训练”能够减低职员的流失率及有效提高员工队伍的整体素质。

在新世纪里,每个企业管理者都需要一套新的管理理念,与员工建立一种不同的工作关系,提高企业生产力。从这个意义上说,“魔鬼训练”是任何企业领导者都不可缺少的工具。实际上,越来越多的企业管理人以有效训练去支持员工提升表现和实现目标,魔鬼训练必将成为新世纪企业培训的最大趋势!



本书首先对魔鬼训练作了介绍,然后从培训学员的所需能力出发,把学员参与社会竞争所必须具备的能力,根据个人发展到团队建设的不同阶段分类,分为角色模拟、应变、观察、逻辑思维、创新、竞争、合作、凝聚力、领导、沟通、激励和团队建设十二种能力,当然,每一种能力的区分并不是绝对的。相信只要企业、学员在培训中理论联系实际,就一定能取得满意的效果。

今天的充电,是为了明天的出发;今天的修炼,是为了新的长征。让我们在未来的道路上,相互支持,相互鼓励,共同分享成功的快乐!

杨 剑

2005年8月于深圳



魔鬼训练导言 1

- 一、魔鬼训练概述 1
- 二、魔鬼训练的意义 2
- 三、魔鬼训练的特点 3
- 四、训练内容的选择 4
- 五、训练的保障条件 6
- 六、训练的业务流程 6
- 七、培训师注意事项 7
- 八、本书训练项目的分类方法 9

魔鬼训练第一站——角色模拟能力 11

- 魔鬼训练 1. 荒岛逃生 13
- 魔鬼训练 2. “杀人攻略” 15
- 魔鬼训练 3. 结婚喜宴 20
- 魔鬼训练 4. 经营航空公司 23
- 魔鬼训练 5. 销售中的异议 25
- 魔鬼训练 6. 毛毛虫的故事 26
- 魔鬼训练 7. 广告营销 29
- 魔鬼训练 8. 公司氛围 31
- 魔鬼训练 9. 扮演记者 33



2

魔鬼训练第二站——应变能力 35

- 魔鬼训练 1. 对答如流 37
- 魔鬼训练 2. 巧舌如簧 38
- 魔鬼训练 3. 扮时钟 39
- 魔鬼训练 4. 进化定律 41
- 魔鬼训练 5. 反向动作 42
- 魔鬼训练 6. 神奇的大脑 43

3

魔鬼训练第三站——观察能力 45

- 魔鬼训练 1. 观察力测试 47
- 魔鬼训练 2. 提高观察力 48
- 魔鬼训练 3. 转换视角 49
- 魔鬼训练 4. 无关的点 51
- 魔鬼训练 5. 自己的苹果 52
- 魔鬼训练 6. 生命之圈 54
- 魔鬼训练 7. 隐藏的长方形 55

4

魔鬼训练第四站——逻辑思维能力 57

- 魔鬼训练 1. 水草 59
- 魔鬼训练 2. 打破常规 60
- 魔鬼训练 3. 思维能力测试 62
- 魔鬼训练 4. 失踪了的十文钱 65
- 魔鬼训练 5. 扩大水池 66
- 魔鬼训练 6. 谁偷了宝石项链 68
- 魔鬼训练 7. 夫妻买房 69



魔鬼训练 8. 真实的结局	71
魔鬼训练 9. 找怀表	73
魔鬼训练 10. 善做安排	74
魔鬼训练 11. 倾听测试	76

5

魔鬼训练第五站——创新能力 79

魔鬼训练 1. 排列组合	81
魔鬼训练 2. 光明与黑暗	82
魔鬼训练 3. 实习工厂	83
魔鬼训练 4. 焦耳定律	85
魔鬼训练 5. 合作解绳	86
魔鬼训练 6. 物理测试	87
魔鬼训练 7. 智拼菱形	88
魔鬼训练 8. 人多力量大	90
魔鬼训练 9. 开动脑筋	91
魔鬼训练 10. 借力而为	92
魔鬼训练 11. 造大桥	94
魔鬼训练 12. 创造力倾向测试	95

6

魔鬼训练第六站——竞争力 101

魔鬼训练 1. 有奖问答	103
魔鬼训练 2. 传递顶针	104
魔鬼训练 3. 成功要素分析	105
魔鬼训练 4. 做鬼脸	108
魔鬼训练 5. 永不言败	109
魔鬼训练 6. 成功的秘诀	111
魔鬼训练 7. 心中的浓雾	112



7

魔鬼训练第七站——合作能力 115

- 魔鬼训练 1. 亲密无间 117
- 魔鬼训练 2. 警察与小偷 118
- 魔鬼训练 3. 佳人何处寻 119

8

魔鬼训练第八站——凝聚力 121

- 魔鬼训练 1. 电波的速度 123
- 魔鬼训练 2. 挤气球 124
- 魔鬼训练 3. 人工机器 125

9

魔鬼训练第九站——领导能力 127

- 魔鬼训练 1. 领导水平的测试 129
- 魔鬼训练 2. 教练技术 130
- 魔鬼训练 3. 领导与沟通 132
- 魔鬼训练 4. 盲人三角形 133

10

魔鬼训练第十站——沟通能力 137

- 魔鬼训练 1. 初次见面 139
- 魔鬼训练 2. 传说中的塔 140
- 魔鬼训练 3. 第一定律 142
- 魔鬼训练 4. 找同伴 143
- 魔鬼训练 5. 克服恐惧 145
- 魔鬼训练 6. 我是谁 147
- 魔鬼训练 7. 积极的反馈 148
- 魔鬼训练 8. 肢体语言 150



魔鬼训练 9. 化解对抗	151
魔鬼训练 10. 苹果与凤梨	154
魔鬼训练 11. 空方阵	155
魔鬼训练 12. 不要激怒我	159
魔鬼训练 13. 撕纸	161
魔鬼训练 14. 小驾驶员	162
魔鬼训练 15. 穿衣服	163
魔鬼训练 16. 酒令知多少	165
魔鬼训练 17. 岛屿新生	167
魔鬼训练 18. 四级自信模式	170
魔鬼训练 19. 词语技巧	173
魔鬼训练 20. 重逢的喜悦	175
魔鬼训练 21. 盲人摸号	176
魔鬼训练 22. 囊中失物	178
魔鬼训练 23. 模拟招聘	179
魔鬼训练 24. 寻找切入点	181
魔鬼训练 25. 绕口令	182
魔鬼训练 26. 失去的东西	185

11

魔鬼训练第十一站——激励能力 187

魔鬼训练 1. 再撑一百步	189
魔鬼训练 2. 天堂和地狱	190
魔鬼训练 3. 坚定理想	192
魔鬼训练 4. 我有一个梦	193
魔鬼训练 5. 抛开烦恼	195
魔鬼训练 6. 激励色彩	197
魔鬼训练 7. 精益求精	199
魔鬼训练 8. 阿诺德与阿希南	201



魔鬼训练 9. 垂钓方式	204
魔鬼训练 10. 鸭子和老鹰	205
魔鬼训练 11. 开足马力	208
魔鬼训练 12. 开合之间	210
魔鬼训练 13. 和自己签约	211
魔鬼训练 14. 狗鱼综合征	214
魔鬼训练 15. 放飞的气球	215

12

魔鬼训练第十二站——团队建设能力 217

魔鬼训练 1. 姓名牌	219
魔鬼训练 2. 找伙伴	220
魔鬼训练 3. 记住别人的名字	221
魔鬼训练 4. 名字不仅是一个代号	222
魔鬼训练 5. 性格牌	224
魔鬼训练 6. 笑容可掬	225
魔鬼训练 7. 五颜六色	226
魔鬼训练 8. 优点与缺点	228
魔鬼训练 9. 气质测试	229
魔鬼训练 10. 列队行进的毛毛虫	234
魔鬼训练 11. 自我评定	235
魔鬼训练 12. 三人行	237
魔鬼训练 13. 小测试	239
魔鬼训练 14. 从众试验	241
魔鬼训练 15. 情感病毒	243



魔鬼训练导言

一、魔鬼训练概述

20 世纪 60 年代，为了提高女排的水平，原国家体委特意请来了日本女排教练大松博文。当时日本女排如日中天，号称“东洋魔女”。大松博文来到中国，也把魔鬼训练带到了中国。他的魔鬼训练让中国女排脱胎换骨。后来袁伟民带领中国女排首次登上世界冠军的领奖台，这里面应该也有魔鬼训练的贡献。

魔鬼训练作为一种游戏，起源于日本，风行于欧美。1999 年，一些台湾合资公司把这种训练带到我国内地，直到 2001 年才开始被广泛提及。

知识和技能只是有形的资本，而强烈的进取心、顽强的意志和良好的沟通与合作精神，则是一种无形的力量。在什么样的情况下能使有限的知识和技能释放出极大的能量；如何开发出那些一直潜伏在我们每个人身上，而我们又未必真正了解的能力和情趣；怎样才能实现与他人的良好沟通和弄清这种沟通能够深入到什么程度；怎样有效地破除个人自我中心观念，改变对于他人和社会的冷漠心态，进而发挥团队精神……这就是魔鬼训练的真正意义所在。

受过魔鬼训练的人，通过炼狱般的煎熬与训练，再次回到自己的工作岗位时，几乎能自发地唤醒其超人般的自信心和创造力。魔鬼训练是“磨练之路”，需要近乎野蛮、残酷的意志训练；魔鬼训练又是“现实之路”，传播立竿见影的实用知识。可以这么说，魔鬼训练就是“超人之路”，它将帮助你成为决战商场的强者。孟子早就讲过“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身，行拂乱其所为，所以动心忍性，增益其所不能也”。要想取得超过常人的业绩，非得受常人所不能受之苦；否则，你只能永远仰慕那些历经千辛万苦最后攀上高



峰的登顶者而抱憾终身。也正如苏轼所说：“古之成大事者，不唯有超世之功，亦有坚忍不拔之志。”

“世界上最远的距离其实是从头到脚的距离。”当一个人面对困难的时候，只要有战胜它的信心、决心和毅力，就能逃离“魔鬼”。掌握一流的知识和技巧不一定能创造一流的业绩，拥有坚定的信心、雄心、决心、恒心和责任心，拥有超强的执行力、凝聚力、意志力、耐挫力、创造力，才会成为行业顶尖人物！

魔鬼训练培训对象适用于各大、中、小型企业老板，各公司培训部经理及人力资源部经理、保险销售经理、主任、市场营销人员，所有追求成功创业、个人成长的人士等。目前，有许多国际知名企业已将这种训练方式引入企业内部，用于员工培训，提升员工解决问题的能力。

二、魔鬼训练的意义

魔鬼训练这种形式既安全又有一定的趣味性，易于被学员接受。但魔鬼训练的最终目的，是让学员将培训活动中的所得应用到工作中去。如果缺乏专业培训师的指导及建议，则很难达到理想效果。魔鬼训练是体验式的学习过程，并非体育加娱乐，它是对传统教育的一次全面提炼和综合补充。大多数人认为，提高素质的手段，就是通过各种课堂式训练来掌握新的知识和技能。其实，知识和技能作为可衡量的资本固然重要，而人的意志和精神作为一种无形的力量，往往更能起到决定性的作用。在何种情况下才能使有限的知识和技能释放出最大的能量？如何开发出那些一直潜伏在员工身上，而员工自己却从未真正了解的力量？

通过魔鬼训练，整合团队，发掘每个人的最大潜力，这就是魔鬼训练的真正意义。

1. 为团队获得更高昂的士气和战斗力

在魔鬼训练中，面对高难度的高空体验时，个人是无法仅用自己的力量来完成全部的课程训练的。自然，团队成员的支持与鼓励成为每个人完成自我挑战的决定因素。当每个参训人员成功完成训练项目时，一种自我成功的满足感和与团队共同努力成功的成就感油然而生。每个人