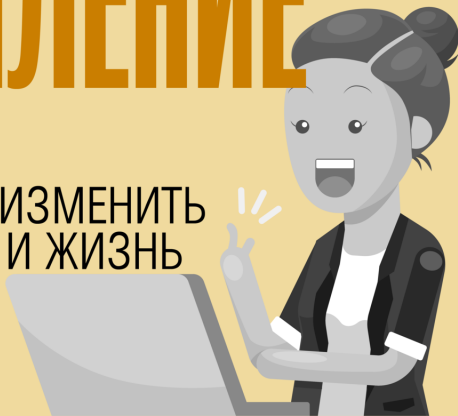


КРАТКОЕ  
СОДЕРЖАНИЕ

ДЖОН МИЛЛЕР

# ПРОАКТИВНОЕ МЫШЛЕНИЕ

КАК ПРОСТЫЕ  
ВОПРОСЫ  
МОГУТ КРУТО ИЗМЕНИТЬ  
ВАШУ РАБОТУ И ЖИЗНЬ



MYBOOK

**Владислава Бондина**  
**Краткое содержание**  
**«Проактивное мышление. Как**  
**простые вопросы могут круто**  
**изменить вашу работу и жизнь»**  
**Серия «Краткое содержание»**

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=40204435](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=40204435)*

*Проактивное мышление. Как простые вопросы могут круто изменить  
вашу работу и жизнь:*

### **Аннотация**

**Этот текст – сокращенная версия книги «Проактивное мышление. Как простые вопросы могут круто изменить вашу работу и жизнь». Только самое главное: идеи, техники, ключевые цитаты.**

Люди любят жаловаться. Чуть что не так, срывается автоматическая негативная реакция, и от нее не спешат избавляться. Возникла проблема? Обязательно надо проанализировать причины ее появления, поспорить, тогда подобное перестанет случаться, и найти виноватого. Жаловаться

удобно. Вместо того чтобы искать выход и брать на себя ответственность, можно создать видимость поиска решения.

Если вы действительно хотите изменить свою жизнь, реализовать себя как незаменимый специалист, обрести счастье с любимым человеком, бизнес-тренер Джон Миллер советует начать мыслить по-другому. Автор предлагает простейшую концепцию, которая строится на принципе личной ответственности и подкрепляется методикой правильного рассуждения в кризисных ситуациях. Задайте правильные вопросы, советует автор, полагайтесь на свои возможности и не бойтесь действовать. Изменить можно себя, но не других. А извечный вопрос «Кто виноват?», уверен Джон Миллер, стоит и вовсе забыть за ненадобностью.

Книга дает четкое представление о том, что и как нужно спрашивать. Автор использует для наглядности конкретные примеры из собственной практики, что вдохновляет читателя и убеждает в действенности метода.

**Напоминаем, что этот текст – краткое изложение книги «Проактивное мышление. Как простые вопросы могут круто изменить вашу работу и жизнь»**

# Содержание

Введение	5
QBQ! Вопрос за вопросом	7
Конец ознакомительного фрагмента.	8

# **Проактивное мышление. Как простые вопросы могут круто изменить вашу работу и жизнь**

## **Введение**

Как часто люди вокруг выражают недовольство, перекладывают вину друг на друга и ждут, что кто-то придет и решит их проблемы. Ежедневно можно услышать, что «я не должен это делать», «разбирайтесь сами», «это не я виноват». Что скрывать, мы и сами нередко ведем себя также. «Когда соседний отдел начнет выполнять свою работу как следует? Почему нельзя нанять квалифицированных специалистов? Кто, наконец, составит стратегию и наведет порядок?», – подобные мысли регулярно приходят в голову, и мы становимся более раздражительными. Между тем, перемен в компании не происходит.

Джон Миллер на протяжении нескольких лет разрабатывал методику, которая получила название QBQ – The

Question behind the Question, что переводится как «вопрос за вопросом». Ее основная задача – изменить принцип мышления человека, сделав ставку на развитие личной ответственности. Если каждый начнет мыслить проактивно, произойдут положительные перемены и в общественных отношениях.

Основной постулат методики QBQ сводится к тому, что каждый ответственен за свой выбор и очень важно вовремя верно поступить. Стоит только не терять самоконтроль во время принятия решения и последовательно формулировать корректные вопросы. QBQ – это, прежде всего, искусство выстраивания диалога с самим собой, а не с другими. Таким образом, удастся научиться принципиально по-новому относиться к жизни: контролировать собственные мысли, чувства и поведение, и все меньше требовать чего-то от других. В этом и есть секрет гармоничной, счастливой жизни.

В центре внимания книги – принцип личной ответственности. Только так можно перестать искать виноватых, откладывать все на потом и жаловаться. Книга написана для того, чтобы идеи, представленные в ней, использовались на практике, и люди ощущали положительные перемены в своей жизни. Доступный язык, иллюстративное сопровождение и лаконичность повествования – все это превращает чтение книги в удовольствие.

# QVQ! Вопрос за вопросом

QVQ – методика, основанная на развитии личной ответственности и принятии верных решений в различных ситуациях.

Достичь этого удастся, если в нужный момент задать себе несколько правильных вопросов. Точно так повел себя официант одного из заведений, когда обслуживал Джона Миллера. Автор книги заказал себе популярный газированный напиток с низким содержанием сахара, но его не оказалось в меню. Молодой человек не придумал ничего лучше, как попросить менеджера сбегать в ближайший магазин. Он проявил инициативу, несмотря даже на то, что обслуживать столик Джона Миллера должен был другой официант. Молодой человек не стал раздражаться из-за ассортимента заведения, вопрошать, почему все приходится делать ему, или искать безответственного коллегу.

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.