

官方发布

第95期2015年10月22日

中心大事

1、王利群教授为 MPM 学员讲解项目管理中的压力调节

10月18日晚，应学院邀请，王利群教授为MPM学员作了一场题为《项目管理中的压力调节——压力与成长》的精彩演讲。讲座由MPM教育中心副主任樊瑛教授主持，2015级近30名学员聆听了本次讲座。

王利群教授首先用一张生动有趣的图片引入了讲座的主题项目管理和压力调节，指出其实我们的生活中处处都可见项目管理，存在压力，但是我们应该保持积极的心理状态。然后，王教授为学员们简单介绍了积极心理学的相关知识，指出心理学是研究人的心理现象及其规律的科学，每个人都需要了解心理学知识，不是为了“治病”，而是为了更好地成长，提高生活质量，增进生活的幸福；在工作场所中获得幸福的要素有五个，包括正面情绪、人际关系、投入、成就和人生意义。王教授还具体介绍了压力的来源、种类、表现和影响，并指导学员们应该怎样处理项目管理中的压力，如何管理压力。最后，王教授还跟学员们分享了25种快乐的方法。

王利群教授用循循善诱的语言和活发生动的讲解深深感染了参加活动的学员们，现场不时爆发出热烈的掌声。讲座结束后，学员们还意犹未尽，纷纷向王教授讨论请教。

重要通知

1、关于提交《讲座与沙龙》总结报告的通知

各位同学：

按照课程安排，本学期共安排4~6次项目管理讲座，现请大家提前准备总结，具体要求如下：

1)总结必须与讲座内容直接相关，内容是讲座感悟与思考。字数不少于2000字，至少有1/3内容须重复讲座老师的内容。绝不允许套老师讲座的题目，在网上摘抄相关内容。一旦发现，将取消本课程成绩。

2)提交时间与形式：学期末提交打印版和电子版（具体另发通知）。要求必须使用MPM中心规定的封面，和格式规范。具体请详见中心网站，常用下载

处。

2、课程调整通知

因考试占用教室，10月25日及11月1日李汉东老师的项目计划与控制调至艺术楼402进行，望周知。

3、2015级10月25日课程通知

项目计划与控制	8点00分	艺术楼402
项目计划与控制	13点30分	艺术楼402

中心通报

2015级学员10月18日出勤情况如下：应到27人，上午实到24人，下午实到25人。

温馨提示

天气渐凉，昼短夜长，请大家多加注意，保重身体。

报：研究生院，学院院务会成员，MPM教育指导委员会成员

送：社会导师，任课教师，学术导师，全体学员
