

# プロジェクトリーダーのための心理学～実践編～

【コースコード】： UAP77L 

## 研修概要



**【概要】：**  
プロジェクトリーダーがマネジメントスキル（ストレス、モチベーション、コミュニケーション、チーム）を効果的に発揮し、プロジェクトを円滑に運営するために必要な心理学について、演習を中心に学習します。演習は、プロジェクトで起こりうるケース（事例）をグループ討議によるケーススタディ形式で行います。登場人物の心理の変化とともに、問題とその影響を踏まえ、プロジェクトリーダーとしてどのように行動すべきかを討議、検討し、実践力を高めます。  
〔PDU対象コース:14PDU〕

- 【目標】：**  
本コース修了後、次の事項ができることを目標としています。
1. さまざまな状況に応じて、ストレスを軽減するスキルを身につける。
  2. 状況や相手に応じて、自分自身やメンバーのモチベーションを高めるスキルを身につける。
  3. 状況や相手に応じて、効果的なコミュニケーションを実践するスキルを身につける。
  4. プロジェクトにおけるリーダーシップを発揮し、チーム力を高めるスキルを身につける。

**【期間】：**2日間

**【対象】：**  
プロジェクト運営にかかわるリーダークラスの方。またはこれからリーダーを目指す方。

**【前提知識】：**  
「プロジェクトリーダーのための心理学～基礎編～」(UAP74L)を修了、または心理学の基礎知識があること。

## 1日目

## 2日目

午前

基礎編の復習  
第1章 ストレス・マネジメント  
1.1 IT企業におけるストレスをめぐる3つの症例  
1.2 ストレスへの対処  
1.3 IT企業におけるストレスをめぐる3つの症例の顛末

第3章 コミュニケーション・マネジメント  
3.1 言語/非言語コミュニケーション  
3.2 ストロークを意識したコミュニケーション  
3.3 アサーティブコミュニケーション

午後

第2章モチベーション・マネジメント  
2.1 モチベーションの種類  
2.2 「欲求」で高めるモチベーション

第4章 チーム・マネジメント  
4.1 チームマネジメントとは  
4.2 プロジェクトリーダーに求められるリーダーシップ  
4.3 効果的なチームマネジメントのために

まとめと振り返り