

LAUREA UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Common studies, LYR10SY

		1. year
OP	STUDIES	
0382	STUDIES ATTACHED TO THE DEGREE	
01310	Free from performance anxiety	1,5
01308	Study skills	3
01309	Growht in groups	1,5
00881	Basic French 1	5
00879	Basic Spanish 2	5
00579	Building successful couple relationships	5
01061	Developing Cross-Cultural Competences	5
00501	Management in Problem Situations	5
01082	Graphic Design	5
01295	Developing of Ideas in the Open Innovation Network Massidea.org	3
01135	Strategic HRM	5
00632	Career planning in the life-span	5
01320	Callidus-vertaisohjaus	3
		0

0382 STUDIES ATTACHED TO THE DEGREE , 0 cr

01310 Free from performance anxiety, 1.5 cr

The student is able to:

Tavoitteena on, että opiskelija osaa tunnistaa ja analysoida esiintymisjännitystään. Tavoitteena on myös, että opiskelija käyttää omaa itsetuntemustaan pohtiessaan esiintymisjännitykseen liittyviä syitä ja löytää keinoja hallita esiintymisjännitystään.

Contents of the study unit:

Sisältö:

Tutustuminen ja ryhmäytyminen
Orientaatiotehtävä aiheeseen
Esiintymisjännitys
Esiintymisjännityksen ilmenemismuodot
Kokemukset esiintymisjännityksestä
Selviytymiskeinoja esiintymisjännitykseen

01308 Study skills, 3 cr

The student is able to:

Tavoitteena on saada oma opiskelu rullaamaan ja lisätä omaa opiskelumotivaatiota. Opintojaksolla tarkastellaan omia opiskelutottumuksia ja pyritään kehittämään niitä. Tavoitteena on, että opiskelija oppii tunnistamaan omat tapansa oppia ja kykenee arvioimaan omaa oppimistaan ja opiskeluaan. Havainnoimalla oppimistaan, opiskelija lisää omaa opiskelumotivaatiotaan ja oppii tunnistamaan opiskelunsa esteitä.

Contents of the study unit:

Tutustuminen ja ryhmäytyminen

Opintojen suunnittelu, tavoitteet ja ajankäyttö

Opiskelumotivaatio

Käsitys itsestä oppijana

Opiskelutaidot ja -strategiat

Opinnot osana arkea

01309 Growht in groups, 1.5 cr

The student is able to:

Tavoitteena on lisätä tietoisuutta omista mielialoista ja taitoja vaikuttaa niihin. Kurssilla opiskellaan työkirjan tehtävien avulla toimintojen, ajatusten, ongelmanratkaisutaitojen ja sosiaalisten suhteiden vaikutusta mielialaan.

Kurssilla rakennetaan oma työkalupakki masennuksen, stressin ja uupumuksen ehkäisemiseksi ja lievittämiseksi.

Contents of the study unit:

Tutustuminen ja ryhmäytyminen
Hyvä arki, toiminta ja ajankäyttö
Hyvinvointi, stressi ja ongelmienratkaisu
Tunteiden ja ajatusten tunnistaminen
Itsetunto ja ajatusten muuttaminen
Sosiaaliset suhteet ja taidot
Hyvä arki ja hyvä elämä – ole oman elämäsi tähti

00881 Basic French 1, 5 cr

The student is able to:

- learn the basic structures and vocabulary of the language
- communicate in the target language in fairly simple situations
- write simple, targeted messages
- recognise typical cultural characteristics of the areas where the language is spoken

Contents of the study unit:

- simple communication events
- main structures
- cultural knowledge of the areas where the language is spoken

Study unit description:

Students attain skill level A2 as defined in the Common European Framework.

Previous studies:

No prerequisites, suitable for beginners.

00879 Basic Spanish 2, 5 cr

The student is able to:

- learn the basic structures and vocabulary of the language
- communicate in the target language in fairly simple situations
- write simple, targeted messages
- recognise typical cultural characteristics of the areas where the language is spoken

Contents of the study unit:

- simple communication events
- main structures
- cultural knowledge of the areas where the language is spoken

Study unit description:

Students attain skill level A2 as defined in the Common European Framework.

Previous studies:

Study unit Basics I of the language in question or equivalent language skills acquired elsewhere.

00579 Building successful couple relationships, 5 cr

The student is able to:

- Develop a range of relationship and communication skills that will help them build more successful couple and work relationships
- Identify the different relationship desires of men and women.

- Recognise how a healthy couple relationship is created
- Become familiar with much of the latest research, books, and programs on building healthy couple relationships
- Discuss in depth and learn about relationship skills from the collective wisdom of the group
- Learn how to balance a busy home and work life
- If your studies are related to family welfare, develop skills that will allow you to help moderately struggling couples that you might meet in your professional life
- Understand that many key relationship skills apply to a variety different relationship.

Contents of the study unit:

Understanding her needs, understanding his needs ;V the relationship works best when both sides fulfil each other;s needs

- Respect is at the core of a developing, healthy relationship
- Gender differences in communication.
- Developing effective ways to talk about problems and sensitive topics
- Principles of peace building and conflict resolution
- Building a common vision of the kind of life you wish to create together
- Developing your team player skills, with specific focus on forgiveness and praise.
- Understanding how couples stay committed during the natural, challenging times.
- Keeping your friendship alive.
- Creating dates and unforgettable anniversaries.
- Expressing affection and romance.
- Balancing work and family life.
- The transferability of relationship skills across life.

Study unit description:

Today, for the first time in history, people actually need good relationship skills if they are to succeed in their family or work life. The competences gained in the study unit are fundamentally designed to help students learn the skills and knowledge that they need if they dream of building a successful couple relationship. Also, because most good relationship skills are transferable, students will also learn how many of these same skills are useful in work life as well. Lastly, social worker and other family oriented students will learn how to evaluate a moderately distressed couple, and discover how to offer relationship education to help that couple improve the quality of the bond that unites them.

01061 Developing Cross-Cultural Competences, 5 cr

The student is able to:

- Come to understand how we each develop cultural preferences
- Learn to take cultures to pieces to so they can identify the cultural preferences of a nation
- Expand their ability to work effectively in a cross-cultural environment
- Develop their ability to be more tolerant in a cross-cultural setting
- Understand how to prepare themselves to work in another culture

Study unit description:

The course will take participants through of the 12 key cultural dimensions that typically cause cross-cultural misunderstanding. Students will then look at how these 12 cultural dimensions apply in real life – in letters, presentations, meeting and negotiations, and in cross-cultural team building. Participants also look at a variety of cross-cultural business tips.

Previous studies:

None.

00501 Management in Problem Situations, 5 cr

The student is able to:

- tunnistaa työ-, yksilö- ja yhteisölähtöisiä ongelmatilanteita ja niiden syntyä erilaisissa työyhteisöissä ja verkostoissa
- toimia työroolistaan käsin tilanteiden ratkaisijana, tiedostaa omat vaikutusmahdollisuutensa niiden ratkaisemisessa esimiehenä sekä tunnistaa omia kehittymismahdollisuuksiaan ongelmanratkaisussa
- kehittää alaistaitoja/johtamistaitoja

- toimia vuorovaikutuksellisin keinoin ongelmatilanteiden ratkaisussa ja kykenee arvioimaan toimenpiteiden käyttökelpoisuutta
- osaa tarvittaessa käyttää ulkopuolista apua ongelmatilanteiden ratkaisuvaihtoehtona
- arvioida hyvän työn ja työhyvinvoinnin merkitystä sekä liiketaloudellisissa että voittoa tavoittelemattomissa organisaatioissa ja määritellä siltä pohjalta kehittämistavoitteita
- toteuttaa tavoitteellisen kehittämisprojektin

Contents of the study unit:

- ongelmatilanteiden tunnistaminen, tyypittely ja jäsentäminen
- ongelmatilanteiden ratkaisu vuorovaikutuksellisin keinoin
- alais- ja esimiestaidot, asiantuntijamainen toiminta erilaisissa verkostoissa
- työyhteisön kehittämiseen liittyvä hanke

Study unit description:

Opintojaksossa syntyvä osaaminen ilmenee opiskelijan taitona tunnistaa ongelmatilanteita ja ratkaista niitä toimiessaan sekä asiantuntijan että esimiehen rooleista käsin erilaisissa verkostoissa. Opiskelija soveltaa omia vaikutusmahdollisuuksiaan ongelmatilanteiden ratkaisemisessa tunnistuen työ-, yksilö- ja työyhteisölähtöisiä ongelmatilanteita ja vahvistaa omaa osaamistaan ongelmien ratkaisuissa. Opiskelija osaa tarvittaessa käyttää ulkopuolista apua toimiessaan eri työrooleissaan. Keskeisiä osaamisen alueita on vaikuttaa vuorovaikutuksellisin keinoin ongelmatilanteiden ehkäisyyn ja tarvittaessa niiden ratkaisuun sekä liiketaloudellisissa että voittoa tavoittelemattomissa organisaatioissa.

01082 Graphic Design, 5 cr

The student is able to:

The student masters the basics of the desktop publication design and the most common means in the printing industry. The student knows how to use the basic tools in InDesign desktop publishing program and how to apply them also in larger publications. The student also knows the most important features in the image processing.

Contents of the study unit:

The design and layout in the printed publications
 The basics of the text typography
 The use of images
 The use of colours
 The basics of InDesign
 The basics of Photoshop

Study unit description:

The students get to know the theories of publication design and also the principles in the text typography. They learn to use images and colours by way of the theory and examples. The students will prepare numerous design assignments both in the groups and by themselves. Optima and the other material in the internet are also used.

Previous studies:

The most common office programmes.

01295 Developing of Ideas in the Open Innovation Network Massidea.org, 3 cr

01135 Strategic HRM, 5 cr

The student is able to:

- strategialähtöisen henkilöstöjohtamisen perusteet ja osaa soveltaa niitä henkilöstöjohtamisen (SHRM) perusprosesseihin
- osaa SHRM:n perusprosessit
- osaa asettaa itselleen kehittämistavoitteet oman esimies- ja johtamisosaamisensa kehittämiseksi
- toimia organisaation liiketoimintalähtöisen henkilöstöstrategian mukaisesti
- soveltaa työlaainsäädännön ja työehtosopimusten perusnormeja käytännön työtilanteisiin
- kehittää omaa ja työyhteisön työhyvinvointia

- kehittää liiketoiminnan henkilöstöjohtamisen käytänteitä eettisesti, taloudellisesti, sosiaalisesti ja ekologisesti kestävään suuntaan

Contents of the study unit:

1. Johdanto strategiseen henkilöstöjohtamiseen - SHRM
2. Henkilöstöjohtamisen perusprosessit:
Henkilöstövoimavarojen ja osaamisen johtaminen
Strateginen rekrytointi ja työsuhteen solmimisen perusteet
Perehdytys
Palkitseminen
Strategialähtöinen henkilöstön kehittäminen
Johtaminen ja työhyvinvointi
Exit -prosessi
3. HR:n erityiskysymyksiä (lyhyesti)
4. Esimiestyö ja organisaatiokulttuuri
5. Kokoava portfolio SHRM:stä

Study unit description:

Opintojakson osaaminen ilmenee taitona toimia organisaation (liiketoiminta)strategian ja sen myötä henkilöstöstrategian mukaisesti lähiesimiehenä ja/tai tiimin vetäjänä. Opiskelija omaa valmiudet strategialähtöisen henkilöstöjohtamisen käytänteiden kehittämiseksi eettisesti, taloudellisesti, sosiaalisesti ja ekologisesti kestävää toimintatapaa toteuttaen.

Previous studies:

Tietoa henkilöstöjohtamisen (HR) perusteista.

00632 Career planning in the life-span, 5 cr**The student is able to:**

The student investigates his/her life-span, choices, values and career history in order to map his/her career path. The student will obtain tools for career planning and will be capable to evaluate and market his/her competencies. The student will set goals for developing own competencies and will plan his/her career. The student knows his/her possibilities in the work market today and in the future and knows how to use the information as part of career planning.

Contents of the study unit:

Getting into the Finnish work market, writing an application and CV
Marketing ones competencies and personal networking
Life choices and career planning
Flexible career and life-long development
Meeting changes and controlling them
Alternative ways to get into work market
Self-assessment, writing a career plan, discussions in the Optima environment, application and CV. The material and learning assignments are in Optima.

01320 Callidus-vertaisohjaus, 3 cr