

LAUREA AMMATTIKORKEAKOULU

Yhteiset opinnot, LYR10SY

1. vuosi

OP	OPINNOT	
0382	TUTKINTOON LIITETYT OPINNOT	
01310	Irti esiintymisjännityksestä	1,5
01308	Otetta opintoihin	3
01309	Elämäntaitokurssi	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	Esimiestyö ongelmatilanteissa	5
01082	Graafinen suunnittelu	5
01295	Ideoiden kehittäminen avoimessa innovaatioyhteisössä Massidea.org	3
01135	Strateginen HRM	5
00632	Urasuunnittelu elämänkulun osana	5
01320	Callidus-vertaisohtaus	3
		0

0382 TUTKINTOON LIITETYT OPINNOT, 0 op

01310 Irti esiintymisjännityksestä, 1.5 op

Opiskelija osaa:

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.

Opintojakson sisältö:

Sisältö:

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

01308 Otetta opintoihin, 3 op

Opiskelija osaa:

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.

Opintojakson sisältö:

Tutustuminen ja ryhmäytyminen

Opintojen suunnittelu, tavoitteet ja ajankäyttö

Opiskelumotivaatio

Käsitys itsestä oppijana

Opiskelutaidot ja -strategiat

Opinnot osana arkea

01309 Elämäntaitokurssi, 1.5 op

Opiskelija osaa:

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.

Opintojakson sisältö:

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 op

Opiskelija osaa:

- 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

Opintojakson sisältö:

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

Opintojakson kuvaus:

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

Edeltävät opinnot:

No prerequisites, suitable for beginners.

00879 Basic Spanish 2, 5 op

Opiskelija osaa:

- 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

Opintojakson sisältö:

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

Opintojakson kuvaus:

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

Edeltävät opinnot:

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

00579 Building successful couple relationships, 5 op

Opiskelija osaa:

- 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.

Opintojakson sisältö:

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.

Opintojakson kuvaus:

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 op

Opiskelija osaa:

- 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

Opintojakson kuvaus:

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.

Edeltävät opinnot:

None.

00501 Esimiestyö ongelmatilanteissa, 5 op

Opiskelija osaa:

- 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

Opintojakson sisältö:

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

Opintojakson kuvaus:

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 ratkaisussa. 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 Graafinen suunnittelu, 5 op

Opiskelija osaa:

Opiskelija tuntee graafisen suunnittelun perusperiaatteet ja julkaisutuotannon yleisimpiä menetelmiä. Hän osaa käyttää InDesign-taitto-ohjelman perustoimintoja ja soveltaa niitä myös monisivuisiin julkaisuihin. Lisäksi hän tuntee kuvankäsittelyn tärkeimmät vaatimukset.

Opintojakson sisältö:

Taiton suunnittelu ja sommittelu
 Tekstitypografian perusteet
 Kuvien käyttö
 Värien käyttö
 InDesign-taitto-ohjelman perusteet
 PhotoShop-kuvankäsittelyohjelman tärkeimmät toiminnot.

Opintojakson kuvaus:

Opintojaksolla tutustutaan sommittelun teoriaan ja selvitetään tekstitypografian periaatteita. Kuvien ja värien käyttöön painetuissa julkaisuissa tutustutaan teorioiden pohjalta valituin esimerkein. Opintojaksoon sisältyy runsaasti harjoitustöitä sekä ryhmissä että pareittain, mutta myös yksilötehtäviä. Opiskelun tukena käytetään Optimaa ja verkossa olevaa aineistoa.

Edeltävät opinnot:

Tavallisimmat toimisto-ohjelmat.

01295 Ideoiden kehittäminen avoimessa innovaatioyhteisössä Massidea.org, 3 op

Opiskelija osaa:

Tavoitteena on saattaa muun muassa ammattikorkeakoulujen opiskelijoiden luovuus ja innovatiivisuus esim. yritysten, kuntien, kaupunkien, kolmannen sektorin ja päättäjien käyttöön.

Opintojakson sisältö:

- Tutustuminen Massidea.org -innovaatioyhteisöön
- Perehtyminen Massidea.org filosofiaan ja avointen innovaatioyhteisöjen periaatteisiin
- Innovaatioiden kolmio: tämän päivän haasteet ja tulevaisuuden visiot sekä ideat ja ratkaisut
- Korkeatasoisten artikkeleiden kirjoittaminen innovaatioalustalle
- Innovaatioiden ja ideoiden tuottamisen merkitys

- Aktiivinen vuorovaikutus Massidea.org-palvelussa: sisällön julkaisu, kommentointi, palaute, verkostoituminen

Opintojakson kuvaus:

Massidea.org on palvelu ja avoin innovaatioyhteisö, paikka uusien ideoiden ja ratkaisujen kehittämiseen sekä jakamiseen. Opiskelijoita rohkaistaan luovien ajatusten ja haasteiden tuottamiseen. Opiskelijalla on samalla oivallinen tilaisuus mainostaa itseään lisäämiensä tekstien kautta innovatiivisena osaajana. Opiskelijat voivat verkostoitua samoista aiheista kiinnostuneiden toimijoiden ja opiskelijoiden kanssa. Tästä voi olla hyötyä mm. tulevassa opinnäytetyössä.

Massidea.org- palveluun syötetään tekstejä (tämän päivän haasteet, tulevaisuuden näkymät, ideat) muiden käyttäjien luettavaksi, kommentoitavaksi ja arvosteltavaksi.

01135 Strateginen HRM, 5 op

Opiskelija osaa:

- strategialähtöisen henkilöstöjohtamisen perusteet ja osaa soveltaa niitä henkilöstöjohtamisen (SHRM) perusprosesseihin
- osaa SHRM:n perusprosessit
- osaa asettaa itselleen kehittymistavoitteet oman esimies- ja johtamisosaamisensa kehittämiseksi
- toimia organisaation liiketoimintalähtöisen henkilöstöstrategian mukaisesti
- soveltaa työläinsäädännön ja työehtosopimusten perusnormeja käytännön työtilanteisiin
- kehittää omaa ja työyhteisön työhyvinvointia
- kehittää liiketoiminnan henkilöstöjohtamisen käytänteitä eettisesti, taloudellisesti, sosiaalisesti ja ekologisesti kestävään suuntaan

Opintojakson sisältö:

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

Opintojakson kuvaus:

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.

Edeltävät opinnot:

Tietoa henkilöstöjohtamisen (HR) perusteista.

00632 Urasuunnittelu elämänkulun osana, 5 op

Opiskelija osaa:

Opiskelija pohtii elämänkulkuaan, sen valintoja ja arvojaan sekä urahistoriaansa kyetäkseen kartoittamaan omaa urapolkuaan. Hän saa työvälineitä urasuunnittelun pohjaksi ja osaa arvioida ja markkinoida omaa osaamistaan. Opiskelija asettaa itselleen kehittymistavoitteita ja suunnittelee omaa työuraansa. Hän on tietoinen nykyisistä ja tulevista urasuunnittelun ja työelämän tarjoamista mahdollisuuksista ja osaa hyödyntää niitä osanaltsearviointitehtävät, urasuunnitelman laatiminen, verkkokeskustelu, työhakemus ja CV. Materiaali ja oppimistehtävät ovat Optimassa. Opintojaksoon sisältyy yksi kontaktikerta urasuunnittelua.

Opintojakson sisältö:

- työuralle hakeutuminen, hakemuksen ja ansioluettelon tekeminen
- oman asiantuntemuksen markkinointi ja henkilökohtainen verkostoituminen
- elämänkulun valinnat ja urasuunnittelu
- joustava ura ja elinikäinen kehittyminen
- muutoksen kohtaaminen ja hallinta
- työllistymisen vaihtoehdot

01320 Callidus-vertaisohjaus, 3 op

Opiskelija osaa:

Opiskelija toimii callidus-vertaisohjaajana, joka tarjoaa toiminnallaan vertaisohjausta opintojen keskivaiheessa oleville opiskelijoille. Opiskelija osaa toimia toisten opiskelijoiden tukena, toimia yhteisöllisesti ja kannustavasti yhteistyössä henkilökunnan kanssa.

Calliduksena toimiva opiskelija reflektoi omaa osaamistaan ja kokemuksiaan ja hyödyntää näitä toisten opiskelijoiden ohjauksessa. Opiskelija soveltaa omia tietojaan ja taitojaan käytäntöön ja syventää näin myös omaa osaamistaan.

Calliduksena toimiva opiskelija toimii suunnitelmallisesti ryhmän tai yksittäisten opiskelijoiden ohjaajana tietyn teeman ympärillä. Opiskelija laatii toiminnalleen tavoitteet, toimii yhteistyössä koulutusohjelmansa yhteyshenkilön kanssa ja markkinoi oman toimintansa kohderyhmälle.

Opiskelija laatii callidus-toiminnastaan kirjallisen suunnitelman, raportoi toiminnasta jokaisen toimintakerran jälkeen ja laatii loppuraportin.