

TOTEUTUSSUUNNITELMA
Muokattavana

Opintojakso	Stressinhallinta -ryhmä (V1245), 3.0
Toteutus	TOV1511: 1/2015-2016 (24.08.2015 - 23.12.2015)
Tyyppi	MUU TÄYDENTÄVÄ OSAAMINEN (R020)
Ryhmät	Ensisijainen: TOV15SY Muut:
Projektissa mukana	
Luennoitsijat	
Osallistujamäärät	Minimi: Maksimi:
Ilmoittautumisaika	18.05.2015 08:00 - 31.05.2015
Pääsääntöinen toteutusajankohta	
Soveltuvuus	Vaihto-opiskelijoille: Ei Vapaasti valittaviin: Ei Avoimen opisk: Ei Soveltuu virtuaali-AMK:n opintoihin: Ei
Opettajat	Nieminen Pirjo (Muu opettaja)
Kampus	Laurea Tikkurila
Pääsääntöinen toteutuspaikka	
Toteutustapa	Muu toteutustapa Kieli: suomi Virtuaalisuus: 0 op T&k-integraatio: 0 op
Toteutusluokka	
Painoalat	Ei painoalayhteyttä
Arviointi viimeistään	23.01.2016 Suoritusmateriaalin arkistointi päättyy: 23.12.2016
Tenttipäivät	
Opintojakson suoritettuaan opiskelija osaa	Opiskelija osaa • tunnistaa erilaisia stressiin vaikuttavia tekijöitä • käyttää omaa itsetuntemustaan pohtiessaan stressiin liittyviä syitä • arvioida omia stressinhallintaan liittyviä keinoja • hyödyntää erilaisia stressinhallintakeinoja ja -tekniikoita • kehittää stressinhallintaan liittyvää teoreettista tietämystä ja osaamista
Edeltävät opinnot	