

Koulutuskoonti

Ammatillinen täydennyskoulutus
Avoin yliopisto-opetus

Kevät 2019



PÄIJÄT-HÄMEEN
KESÄYLIOPISTO



Lämpimästi tervetuloa koulutuksiimme!

Päijät-Hämeen kesäyliopisto on kaikille avoin oppilaitos, joka järjestää monipuolista ja laadukasta koulutusta. Kesäyliopisto tarjoaa mahdollisuuden opiskella korkeakouluopintoja, hankkia ammattitaitoa kehittävää lisäkoulutusta sekä osallistua yleissivistäviin ja ajankohtaisiin koulutuksiin. Järjestämme avointa korkeakouluopetusta, ammatillista täydennyskoulutusta, kielikoulutusta, yleisöluentoja sekä lukiolaiskursseja.

Ilmoittautuminen

Koulutuksiin ilmoittautuminen tapahtuu kesäyliopiston nettisivuilla osoitteessa www.pajathameenkesayliopisto.fi. Kutsu koulutukseen lähetetään sähköpostitse noin kaksi viikkoa ennen koulutuksen alkua. Ilmoittautumisajan päätyttyä voit tiedustella vapaita opiskelupaikkoja kesäyliopiston toimistosta p. 044 7290 020 tai sähköpostitse osoitteesta info@pajathameenkesayliopisto.fi.

Koulutuspaikka

Opetus järjestetään pääsääntöisesti Niemen kampuksella (Lahden Tiedepuisto), osoitteessa Niemenkatu 73, 15140 Lahti. Koulutuspaikka tarkentuu kutsukirjeessä.

Peruutusehdot

Peruutusmaksu on 50 % koulutuksen hinnasta, mikäli peruutus tehdään sitovan ilmoittautumispäivän ja koulutuksen alkamisen välisenä aikana. Jos peruutus tehdään koulutuksen jo alettua, perimme koulutuksen koko hinnan.

Kesäyliopisto pidättää oikeuden koulutusohjelman painatuksen jälkeen koulutuksiin mahdollisesti tuleviin muutoksiin.

Ajantasaiset tiedot kaikista koulutuksistamme löydät osoitteesta www.pajathameenkesayliopisto.fi

Päijät-Hämeen kesäyliopisto
Niemenkatu 73 (C-osa), 15140 Lahti
www.pajathameenkesayliopisto.fi
info@pajathameenkesayliopisto.fi
p. 044 7290 020



*Päijät-Hämeen kesäyliopisto
– Sinua varten ympäri vuoden*

Päijät-Hämeen kesäyliopiston koulutukset

kevät 2019

Ammatillinen täydennyskoulutus

Pitkät koulutusohjelmat

- Voimavarakeskeinen työnohjaajakoulutus 2019-2021
- Seksuaaliohjaajakoulutus 15 op
- Ratkaisukeskeinen neuropsykiatrinen valmentaja 30 op
- Positive Psychology Practitioner -koulutus 20 op
- Kriisityön koulutusohjelma "Stepped model of care" 20 op

Lyhyet koulutukset

- Ajankohtaista avio- ja avoliitto-oikeudesta
- MIND – seminaari
- Vaihtoehtoiset kommunikointimenetelmät: visuaalinen tuki viittomin ja kuvin
- Mitä minä teen tämän teinin kanssa?
- Palvelumuotoilu teoriasta käytäntöön – työkalupakki käyttäjälähtöiseen kehittämiseen
- Talkin Mats® –keskustelumatto – Väline mielipiteiden ilmaisemiseen
- Perhearviointi – Perheen toimintakyvyn, voimavarojen, vahvuuksien ja vaikeuksien arviointimenetelmä
- Iloa ja rentoutta kisaamiseen koiraharrastajille – Valmennus kisajännityksen hallintaan ja positiivisten tunnetilojen luomiseen
- Unen fysiologia, ongelmat ja lääkkeettömät hoidot
- Rahasto- ja ETF-sijoittajan peruskurssi
- Professori Juha Hakala luennoi: Kohtuus kannattaa – pinnistelevä ihminen ei voi hyvin
- MAPA® Perusteet Haasteellisen käyttäytymisen ennaltaehkäisy ja hallinta- menetelmä pienten lasten kanssa työskenteleville
- Seksuaalisuuden kohtaaminen sosiaali- ja terveydenhuollon asiakastyössä
- Jaksamista asiakastyöhön – itsensä suojaaminen
- Tunne taitoja aikuisille – Intensiivikurssi omiin tunteisiin
- iPad neuropsykiatrisen asiakkaan terapiassa 1, verkkokurssi
- Jari Sinkkonen: Onnellinen lapsi
- Varhaiskasvatus digiajassa, verkkokoulutus
- Vanhuksen itsemääräämisoikeus ja työntekijän arki
- Sherborne-liikunnan peruskurssit
- Hoitava hengitys HB
- Sosiaalinen media osana yrityksen markkinointia
- Hyvinvointia luontoliikunnasta: Mitä jos luonto toisi jo pienesti annosteltuna tehokkuutta työpäivääsi?
- TRE® -stressinpurkuliikkeet – syväjännityksistä vapaaksi
- Luovuusmatka taideterapeuttisiin menetelmiin

Tulevia koulutuksia 2019

Avoin yliopisto kevätlukukausi 2019

Pitkät koulutusohjelmat

Voimavarakeskeinen työnohjaajakoulutus

Aika 2019-2021 (36 lähiopiskelupäivää)

Lähiopetuspäivät 2019: 24.-25.1, 5.-6.3., 25.-26.4., 28.-29.5., 15.-16.8. (erillisseminaari), 3.-4.10., 29.-30.10. ja 3.-4.12.2019.

Kouluttajat Lassi Pruuki, teologian tohtori, psykoterapeutti, perhe- ja pariterapiakouluttaja, työnohjaajakouluttaja, koulutuksen johtaja; Katri-Ina Euramaa, kasvatustieteiden kandidaatti, psykoterapeutti, perhe- ja pariterapiakouluttaja sekä työnohjaajakouluttaja; Eija-Liisa Rautiainen, psykologian tohtori, psykoterapeutti, perhe- ja pariterapiakouluttaja sekä työnohjaajakouluttaja

Kohderyhmä Koulutus on suunnattu henkilöille, jotka ovat kiinnostuneita toimimaan työnohjaajina ja prosessikonsultteina. Koulutus edellyttää vähintään opistoasteista peruskoulutusta ja omakohtaista kokemusta työnohjauksesta tai sitä lähellä olevasta prosessista.

Tavoite

Koulutuksen tavoitteena on perehdyttää osallistujat voimavarakeskeisen työskentelyn filosofiaan, teoriaan ja käytäntöön työnohjauksessa. Koulutus antaa monipuoliset valmiudet toimia itsenäisenä työnohjaajana ja prosessikonsulttina. Koulutus täyttää Suomen työnohjaajat ry:n (Story) asettamat kriteerit työnohjaajakoulutukselle, mikä mahdollistaa osallistumisen työnohjaajapalvelujen kilpailutuksiin. Koulutuksen käynyt voi hakea Storyn jäsenyyttä ja liittyä Dialogiset työnohjaajat - verkostoon.

Keskeiset sisältöalueet

- sosiaalinen konstruktionismi työnohjauksen taustateoriana
- työnohjaus dialogisena ja reflektiivisenä prosessina
- narratiivinen tapa jäsentää ja ohjata työnohjausta
- ratkaisukeskeinen projektinohjaus
- työnohjaajan etiikka, ammatti-identiteetti sekä itsereflektiivisyys

Toteutus

Koulutusohjelman laajuus vastaa 60 opintopistettä ja se kestää 2,5 vuotta. Koulutus rakentuu 18 x 2 päivän jaksosta eli 36 lähiopetuspäivästä, jotka sisältävät teorian opiskelua, työnohjausharjoittelun työnohjausta ja oman työnohjaajaidentiteetin tutkimista. Ohjattu etätyöskentely sisältää vertaisryhmätyöskentelyä (80 oppituntia), työnohjausharjoittelua (80 t), kirjallisuuteen perehtymistä sekä opinnäytetyön.

Hinta 6800 €

Ilmoittautuminen ja hakemukset Koulutus toteutetaan ja hakuaikaa jatkettu koulutuksen alkuun asti. Ilmoittautuminen ja hakemukset viimeistään 20.1.2019.

Lisätiedot Eija Pollari, p. 050 5418 084 tai info@pajathameenkesayliopisto.fi

Pitkät koulutusohjelmat

Seksuaaliohjaajakoulutus (15 op)

Aika 11.2.-29.10.2019 (10 lähiopetuspäivää) ma klo 10.00-17.00 ja ti klo 9.00-16.00

Kouluttaja Seksuaaliterapeutti, parisuhde- ja seksuaalineuvoja sekä -pedagogi, ammatillinen opettaja, neuropsykiatrinen valmentaja, perhearvioija Katariina Pohjoiskangas

Kohderyhmä Koulutus on suunnattu eri ammattiryhmien edustajille ammatilliseksi lisäkoulutukseksi. Koulutuksen kohderyhmänä voivat olla mm. koulukuraattorit ja terveydenhoitajat, sosiaali- ja perhetyöntekijät, lasten ja nuorten ohjaajat, opettajat, opinto-ohjaajat, päiväkodin työntekijät, nuorisotyöntekijät, henkilökohtaiset avustajat, hoitohenkilöstö, sekä aloihin liittyvät opiskelijat, liikuntapalveluiden tuottajat, valmentajat ja ohjaajat sekä muut asiasta kiinnostuneet. Ei pohjakoulutusvaatimuksia.

Tavoite

Koulutuksen tavoitteena on lisätä tasavertaista kohtelua ja työntekijöiden tietoisuutta, käytännön taitoja, eettistä vastuullisuutta, kriittistä ajattelutaitoa ja itsetuntemusta. Koulutus antaa valmiudet ohjata asiakkaita eri ikävaiheissa seksuaaliterveyttä edistävästi ja tukevasti.

Sisältö Koulutuksessa käsitellään mm.:

- seksologian peruskäsitteistö ja seksuaalioikeudet
- seksuaalisuuden asenteet, tietoisuus ja tasavertaisuus
- oma seksuaalisuuteni reflektointi
- oma seksuaalisuuden ohjauksikäsitteistö
- seksuaalisuuden ja sukupuolen moninaisuus
- ammattietiikka ja ammatillisuus ohjaustyössä
- seksuaaliohjausprosessi
- ryhmätyönohjaus opintojen aikana

Suuntautumisvaihtoehdot:

Lasten ja nuorten suuntautumisopinnot (4 lähipäivää)

Aikuisten suuntautumisopinnot (4 lähipäivää)

Toteutus

Lähiopetus ja itsenäinen työskentely koulutuspäivien välillä. Koulutuksen laskennallinen mitoitus: 80 h lähiopetusta ja 325 h itsenäistä opiskelua. Itsenäinen opiskelu koostuu kirjallisuuteen tutustumisesta, kirjallisista tehtävistä, referaateista, oman kehityspolun raportoinnista, pienryhmätyöskentelystä sekä harjoittelusta omien asiakkaiden kanssa, josta loppuyhteenveto seminaarityönä.

Hinta 2090 €

Ilmoittautuminen ja hakemukset 20.1.2019 mennessä

Lisätiedot Tiina Laurikainen, p. 050 3754 977 tai info@pajathameenkesayliopisto.fi

Pitkät koulutusohjelmat

Ratkaisukeskeinen neuropsykiatrinen valmentaja (30 op)

Aika 1.4.-21.11.2019 (12 lähiopiskelupäivää) klo 9.00-16.00

Kouluttajat Koulutuksen johtajana toimii psykiatrinen sairaanhoitaja, ratkaisukeskeinen valmentaja, työnohjaaja Kirsi Saukkola. Pääkouluttajana toimii FM, aineenopettaja, ratkaisukeskeinen neuropsykiatrinen valmentaja, tohtorikoulutettava Elina Paatsila. Lisäksi koulutuksessa on useita vierailevia asiantuntijoita.

Kohderyhmä Koulutus on suunnattu erityislasten, -nuorten ja -aikuisten parissa työskenteleville. Koulutus soveltuu mm. opettajille, erityisopettajille, terapeuteille, hoitajille, ohjaajille sekä mielenterveys- ja päihdetyöntekijöille.

Tavoite

Koulutuksen tavoitteena on antaa monipuolista tietoa sekä käytännön keinoja ja työkaluja pulmatilanteisiin työskenneltäessä erityistä tukea tarvitsevien henkilöiden kanssa. Koulutuksessa perehdytään neuropsykiatrisessa valmennuksessa käytettäviin menetelmiin, joiden avulla asiakas oppii käyttämään omia voimavarojaan ja suuntaamaan toimintansa hyvään tulevaisuuteen. Koulutuksen saaneet voivat toimia neuropsykiatrisina valmentajina. Koulutus täyttää Neuropsykiatriset valmentajat ry:n asettamat neuropsykiatrisen valmentajakoulutuksen laatukriteerit.

Keskeiset sisältöalueet

- Neuropsykiatriset oireyhtymät ja niiden erityispiirteet eri ikävaiheissa
- Diagnosointi, hoito, kuntoutus ja lääkitys sekä uusinta tutkimustietoa
- Toiminnanohjauksen taitojen merkitys koulu- ja työelämässä
- Neuropsykiatrisen kuntoutuksen polut
- Ratkaisukeskeisen toimintatavan perusteet
- Positiivisen psykologian perusteet
- Arvostavan vuorovaikutuksen perusteet
- Syventävä Asperger-tietous
- Mindfulness ja myötätuntotaidot valmentajan työkaluna
- Neuropsykiatrinen valmennus eri toimintaympäristöissä
- Ratkaisu- ja voimavarakeskeisen valmennuksen menetelmiä ja harjoituksia
- Neuropsykiatrisena valmentajana toimiminen
- Neuropsykiatrisena valmentajana toimiminen työyhteisössä tai itsenäisenä yrittäjänä
- Neuropsykiatrisen valmennuksen erityispiirteet sekä asema ja tilanne Suomessa

Hinta 2600 €

Ilmoittautuminen 20.3.2019 mennessä

Lisätiedot Eija Pollari, p. 050 5418 084 tai info@pajathameenkesayliopisto.fi

Pitkät koulutusohjelmat

Positive Psychology Practitioner (20 op)

Aika 28.8.2019–27.2.2020 (6 lähiopetuspäivää ja 6 verkkotapaamista)

Kouluttajat Netta Lehtonen, soveltavan positiivisen psykologian maisteri (UEL), valmentaja, KTK, toiminut avustavana luennoitsijana (Applied Positive Psychology, University of East London) ja Paulina Piippo, soveltavan positiivisen psykologian maisteri (UEL), valmentaja, DI
Kohderyhmä Esimiehet, HR-ammattilaiset, valmentajat, opettajat, psykologit, muut terveys-, kasvatust- ja sosiaalialan ammattilaiset. Koulutus sopii kaikille, jotka haluavat laajentaa tietämystään ja saada työkaluja hyvinvoinnin, kukoistamisen ja merkityksen tieteestä.

Kuvaus

Positive Psychology Practitioner -koulutuksen sisältö perustuu kukoistuksen kehykseen, jonka olemme kehittäneet Martin Seligmanin tunnetun PERMA-mallin pohjalta. Kyseessä on Suomen laajin positiivisen psykologian koulutusohjelma (20 op). Opetuskieli on suomi. Positive Psychology Practitioner -koulutuksen avulla opit positiivisen psykologian tiedettä ja menetelmiä. Teorian ohessa koulutus on käytännönläheistä eli se on samalla oma prosessisi. Pääset testaamaan koulutuksesta saamiasi työkaluja ja oppeja ensin itse. Opiskelijoiden mukaan tämä yhdistelmä on ollut yksi koulutuksen vahvuuksista.

Tavoitteet

Saat koulutuksesta vankan tieteellisen taustan ja valmiudet positiivisen psykologian soveltamiseen yksityiselämässäsi ja työssäsi. Tarjoamme sinulle harjoitukset ja työkalut, joita voit käyttää valmennustyökaluina, opetuksessa ja henkilöstön kehittämisessä sekä tietysti oman hyvinvointisi edistämiseksi ja ylläpitämiseksi.

Sisältö

Kukoistuksen kehyksen kuusi osa-aluetta vaihtuvat kuukauden välein. Kukoistuksen kehyksen kuusi osa-aluetta ovat myönteisyys, uppoutuminen, ihmissuhteet, merkitys, aikaansaaminen ja elinvoimaisuus. Perehdymme koulutuksessa positiivisen psykologian teoriaan ja tieteeseen, tutustumme useisiin tutkittuihin mittareihin sekä tieteellisesti todennettuihin harjoituksiin.

Toteutus

Koulutus toteutetaan lähiopetuksen ja itsenäisen verkko-opiskelun yhdistelmänä. Lähiopetusta on kolme kertaa kaksi päivää eli yhteensä kuusi päivää. Verkkotapaamisia on kuusi kertaa ennakoon ilmoitettuina päivinä. Jokaiseen osa-alueeseen sisältyy harjoituskirja, luentomateriaalit ja positiivisen psykologian harjoituksia. Saat videotallenteet lähiopetuspäivistä sekä verkkotapaamisista.

Hinta 2860 €

Ilmoittautuminen 14.8.2019 mennessä

Lisätiedot Anne Broman, p. 050 5361 013 tai info@pajathameenkesayliopisto.fi

Pitkät koulutusohjelmat

Kriisityön koulutusohjelma "Stepped model of care" (20 op)

Aika 16.9.2019-12.5.2020 (10 lähiopetuspäivää) klo. 9.00-16.00

Kouluttajat Psykologi, traumapsykoterapeutti VET, työnohjaaja Soili Poijula ja LL, anestesiaerikoislääkäri, kivunhoidon erityispätevyys, psykoterapeutti ET Ari-Matti Huotari

Kohderyhmä Koulutus on tarkoitettu pelastusalan, poliisin, kriisityötä tekevien sosiaali- ja terveydenhuollon, lastensuojelun, erikoissairaanhoidon, työterveyshuollon, mielenterveyshuollon, koulu- ja opiskelijaterveydenhuollon, kirkon ja järjestöjen henkilöstölle ja johdolle sekä alan kouluttajille ja työnohjaajille, joilla on soveltuva pohjakoulutus.

Kuvaus

Tämä koulutus noudattaa kansainvälisiä kriisityön koulutusta koskevia suosituksia (esim. TENTS EU), joiden mukaisesti ohjelma on rakennettu. Koulutuksessa hyödynnetään psyykkistä traumatisoitumista koskevaa uusinta tutkimustietoa huomioiden aivot, mieli ja keho traumasta toipumisen tukemisessa. Kriisityöntekijän resilienssi on keskeinen kriisityössä onnistumisen ja auttajana jaksamisen edellytys, siksi resilienssin vahvistamisen opetus on integroituna koulutusprosessiin. Koulutus antaa TENTS EU-koulutussuosituksen mukaisen traumaattisten tapahtumien kriisityöntekijän pätevyyden ja hyödyntää European Society for Traumatic Stress Studiesin psykotraumatologian koulutuksen mallia.

Sisältö

- Moduuli I: Traumatisoivien tapahtumien vaikutukset ja varhaiset interventiot 16.-17.9.2019
- Moduuli II: Kriisi-interventiomenetelmiä kriisityöhön 11.-12.11.2018
- Moduuli III: Suru 13.-14.1.2020
- Moduuli IV: Lapset ja perheet 16.-17.3.2020
- Moduuli V: Auttajien auttaminen 11.-12.5.2020

Toteutus

Koulutuksessa painotetaan kriisityön menetelmien oppimista. Ohjelma koostuu ennakotehtävänä luettavasta kirjallisuudesta, viidestä kahden päivän moduulista, jotka sisältävät luennot käytännön sovelluksineen, harjoitukset, luentomateriaalin ja oppimispäiväkirjan pitämisestä sekä suositukset oheiskirjallisuudesta. Traumaattisten tapahtumien kriisityöntekijän pätevyyteen ja todistuksen saamiseen johtava koulutus edellyttää kaikkiin koulutusmoduuleihin osallistumista.

Hinta 2550 €

Ilmoittautuminen ja hakemukset 28.8.2019 mennessä

Lisätiedot Anne Broman, p. 050 5361 013 tai info@pajathameenkesayliopisto.fi

Lyhyet koulutukset

Ajankohtaista avio- ja avoliitto-oikeudesta

Aika 6.2.2019 klo 9.00-15.30

Kouluttaja OTT Pekka Tuunainen, yksityisoikeuden yliopistonlehtori, Helsingin yliopisto, ja asianajaja, Itäinen & Ojantakanen Asianajotoimisto Oy

Kohderyhmä Asianajajat, lakiasiaintoimistot, pankkien edustajat, edunvalvojat, tuomioistuimet ja muut oikeusalan ammattilaiset

Sisältö

Päivän aikana käydään läpi ajankohtaisia tulkintakysymyksiä ja oikeuskäytäntöä parisuhteen varallisuus-oikeuksista. Mukana on mm. hovioikeuskäytäntöä avoliiton hyvityksestä ja tasinkoprivilegiin liittyvät uudet tulkinnat sekä osituksen arvostuskysymyksiä. Koulutuksessa tarkastellaan myös EU:n aviovarallisuusasetusta, jota sovelletaan Suomessakin 2019 tammikuusta.

- Avoliittolain soveltamisen edellytykset oikeuskäytännössä
- Hyvityksen edellytykset ja määrä avoliitossa
- Avio-oikeudesta sopiminen avioehdolla ja sen rajat
- Sopimus avioeron varalle ja sen tehokkuus
- Avioero, puolison kuolema ja tasinkoprivilegi
- EU:n aviovarallisuusasetus 29.1.2019 alkaen

Hinta 200 €

Ilmoittautuminen 23.1.2019 mennessä

Lisätiedot Eija Pollari, p. 050 5418 084 tai info@pajathameenkesayliopisto.fi

MIND-seminaari

Aika 16.2.2019 klo 9.00-16.00

Kouluttaja Seminaarin pääpuhujana on Katariina Alongi, filosofian maisteri, valmentaja

Kohderyhmä Seminaari on MinD-ohjaajille ja muille voimavarakeskeisestä hevosavusteisesta vertaisryhmätoiminnasta kiinnostuneille toteutettava koulutuspäivä.

Ohjelma

9.-10.00 Aamukahvi

9.15 MinD-koulutusinfo syksyn alkavasta koulutuksesta

10.00 Seminaarin avaus

10.15 Tunneluento I - Katariina Alongi

11.45 Lounas

13.00 Tunneluento II - Katariina Alongi

14.30 Kahvitauko

15.00 Miten MinD asettuu tähän - paneeli

16.00 Päivän päätös

Hinta 90 €

Ilmoittautuminen 1.2.2019 mennessä

Lisätiedot Riitta Silkko-Vainio, riitta.silkko-vainio@minteli.fi tai info@pajathameenkesayliopisto.fi, p. 044 7290 020

Vaihtoehtoiset kommunikointimenetelmät: visuaalinen tuki viittomin ja kuvin

Aika 16.2.2019 klo 10.00-14.00, 19.2. ja 21.2.2019 klo. 16.00-20.00

Kouluttaja Kati Knuuttila, viittomakielen tulkki

Kohderyhmä Henkilöille, jotka tarvitsevat visuaalisen tuen osaamista työssään vaihtoehtoisena kommunikointi menetelmänä sekä läheisille, jotka tarvitsevat ohjausta viittomiin ja kuvien käyttöön.

Tavoite Tavoitteena on, että osallistuja ymmärtää vaihtoehtoisten kommunikointimenetelmien perusidean ja tarpeen. Oppii erilaisia visuaalisen tuen muotoja. Osallistuja harjaantuu viittomien ja kuvien perustasoiseen käyttöön sekä virittäytyy huomaamaan, mikä vuorovaikutusta kulloinkin tukee.

Sisältö Koulutuksesta saat perustietoa vaihtoehtoisten kommunikointimenetelmien (AAC) periaatteista. Harjaannut käyttämään perustason viittomia ja kuvia puheen tukena. Tunnustelet huomioimaan tukimuodon tarvetta lähiympäristössäsi. Edeltävää tietoa aiheesta ei tarvita.

Hinta 120 €

Ilmoittautuminen 1.2.2019 mennessä

Lisätiedot Eija Pollari, p. 050 5418 084 tai info@pajathameenkesayliopisto.fi

Mitä minä teen tämän teinin kanssa?

Aika 18.2.2019 klo 9.00-16.00

Kouluttaja Sosiaalipsykologi Janne Viljamaa

Kohderyhmä Opetus- ja kasvatusalalla sekä sosiaali- ja terveysalalla työskentelevät sekä vanhemmat

Sisältö

- Käytännön ohjeet haastavan ja perusteinin kanssa, miten vuorovaikutuksen saa paremmaksi
- Some, kännykkä, pelaaminen
- Tunnetaidot
- Syrjäytymisen estäminen
- ADHD
- Asperger

Hinta 115 €

Ilmoittautuminen 4.2.2019 mennessä

Lisätiedot Tiina Laurikainen, p. 050 3754 977 tai info@pajathameenkesayliopisto.fi



Palvelumuotoilu teoriasta käytäntöön

– työkalupakki käyttäjälähtöiseen kehittämiseen

Aika 1.3. ja 28.-29.3.2019 klo 9.00-16.00

Kouluttaja Customer Experience & Behavioral Designer Sami Oinonen, Pinto Design Oy

Kohderyhmä Palvelumuotoilun soveltamisesta kiinnostuneet, jotka jollain tavalla ovat mukana tai vastuullisia toiminnan, tuotteiden tai palvelujen kehittämisessä.

Sisältö Opit soveltamaan palvelumuotoilun työkalupakkia ja muotoiluajattelua kokonaisvaltaisesti asiakasymmärryksen kartoittamiseen, palveluideoiden luonnosteluun, konseptointiin ja testaamiseen sekä palvelujen tuotteistamiseen.

Suoritustapa Koulutus toteutetaan ryhmätyönä. On toivottavaa, että kullakin opiskelijalla olisi esimerkiksi omaan työhön liittyvä alustava kehityshaaste pohdittuna. Muodostamme näistä ensimmäisen päivän lopuksi pienryhmiä, joissa osallistujat lähtevät kartoittamaan asiakasymmärrystä. Kaksi viimeistä lähiopetuspäivää muodostavat design sprintin, jossa ryhmät työstävät kartoitusvaiheen teemansa, ideansa ja mahdollisuutensa testattaviksi palvelukonsepteiksi.

Hinta 320 €

Ilmoittautuminen 14.2.2019 mennessä

Lisätiedot Anne Broman, p. 050 5361 013 tai info@pajathameenkesayliopisto.fi

Talking Mats® -keskustelumatto

– Väline mielipiteiden ilmaisemiseen

Aika 5.3.-3.4.2019 klo 12.30-15.30

Kouluttaja Tikoteekin TM® kouluttajat

Kohderyhmä Puhevammaisten ja kehitysvammaisten henkilöiden kanssa työskentelevät

Kuvaus Talking Mats® -keskustelumaton avulla puhevammaisen tai kehitysvammaisen henkilö voi kertoa mielipiteitä ja ilmaista oman kantansa esimerkiksi häneen tai arjen toimintoihin liittyvistä asioista. Keskustelumaton käyttö voi myös helpottaa asiakkaan kuulemista hänelle tärkeissä päätöksissä (kuntoutus-, koulutus yms). Menetelmässä hyödynnetään tavallista kynnysmattoa ja aihepiiriin liittyviä kuvia, sanoja tai lauseita.

Sisältö

- johdanto, perusteet maton käytölle
- aiheen valinta ja toimintatavat
- Miten hyödynnän Talking Mats – keskustelumattoa työssäni?

Koulutuspäivien välillä osallistuja kuvaa oman videon keskustelumaton käytöstä asiakkaan kanssa. Toiseen koulutuspäivään on hyvä tuoda mukana laite, jolla video on kuvattu. Videon toteuttaminen ja sen esittäminen ovat edellytyksenä kurssitodistuksen myöntämiselle.

Hinta 195 €

Ilmoittautuminen 19.2.2019 mennessä

Lisätiedot Tiina Laurikainen, p. 050 3754 977 tai info@pajathameenkesayliopisto.fi

Iloa ja rentoutta kisaamiseen koiraharrastajille

Valmennus kisajännityksen hallintaan ja positiivisten tunnetilojen luomiseen

Aika 7.3., 21.3. ja 11.4.2019 klo 17.30-20.00

Kouluttaja Päivi Elovaara, TTM, Coach, NLP Trainer, mielentaitojen valmentaja

Kohderyhmä Valmennus sopii kaikille, jotka haluavat saada helpotusta kisa- tai näyttelyjännitykseen sekä löytää uutta iloa, rentoutta ja onnistumisia koiraharrastukseen.

Kuvaus Valmennuksessa käsitellään mm. oman mielen ja tunnetilojen ohjausta ja hallintaa, ohjaajan tunnetilojen vaikutusta koiraan ja koiran tunnetilan tietoista rakentamista, yhteistyötä koiran kanssa, sekä tavoitteita ja niiden saavuttamista. Opit helppoja ja toimivia menetelmiä, joita voit soveltaa käytäntöön välittömästi. Valmennus toteutetaan rennossa ja luottamuksellisessa ilmapiirissä, jossa jokainen voi rauhassa työstää omaa tilannettaan.

Hinta 95 €

Ilmoittautuminen 20.2.2019 mennessä

Lisätiedot Tiina Laurikainen, p. 050 3754 977 tai info@pajathameenkesayliopisto.fi

Unen fysiologia, ongelmat ja lääkkeettömät hoidot

Aika 11.-12.3.2019 klo 9.00-16.00

Kouluttaja Anestesiaerikoislääkäri Ari-Matti Huotari, psykoterapeutti (kognitiivisintegratiivinen) kivunhoidon erityispätevyys

Kohderyhmä Uniongelmaisista kohtavat ja hoitavat terveydenhuollon ammattihenkilöt

Sisältö Koulutuksen teemoja ovat mm.

- Unen fysiologia ja vaikutukset elimistöön
- Unihäiriöiden vaikutukset terveyteen
- Lasten ja nuorten unen ja unihäiriöiden erityispiirteet
- Ikääntymisen vaikutus uneen ja ikääntyneen unen erityispiirteet
- Tavallisimmat unihäiriöt ja niiden tunnistaminen
- Unipäiväkirjan käyttötilanteet ja tulkinta
- Tavallisimmat sairaudet sekä lääkkeet unihäiriön aiheuttajina
- Vuorotyön ja pitkien työvuorojen vaikutukset uneen
- Liikauniisuus ja päiväaikainen väsymys
- Unen lääkehoito ja siihen liittyvät haasteet
- Unettomuuden lääkkeetön hoito
- Käypä hoito – suositus unihäiriöistä

Hinta 385 €

Ilmoittautuminen 24.2.2019 mennessä

Lisätiedot Anne Broman, p. 050 5361 013 tai info@pajathameenkesayliopisto.fi

Perhearviointi – Perheen toimintakyvyn, voimavarojen, vahvuuksien ja vaikeuksien arviointimenetelmä

Aika 13.3., 3.4. ja 8.5.2019 klo 9.00-15.30

Kouluttaja Psykoterapeutti VET, Marjukka Laukkanen, Suomen Mielenterveysseura

Kohderyhmä Perhearviointimenetelmä soveltuu hyvin sosiaali-, terveys- ja kasvatustyöntekijöille, jotka työskentelevät perheiden kanssa. Menetelmä antaa konkreettisia työkaluja esim. lastensuojelu- ja lastenvalvontatyöhön, perheneuvola- ja perhetyöhön, lasten- ja nuorispsykiatriaankin sekä terapiatyön tueksi.

Sisältö Perheen toimintakyvyn, vahvuuksien ja vaikeuksien arviointimenetelmä koostuu menetelmistä ja työkaluista, jotka auttavat perheen toimintakyvyn, voimavarojen ja vaikeuksien arvioinnissa. Niitä ovat:

- toimintamalli, jolle perhearviointi perustuu, sekä perhearvioinnin tapa kuvailla, arvioida ja tallentaa perheen elämää ja keskinäisiä suhteita koskevia tietoja
- taidot ja menetelmät (perhetehtävät), joilla työntekijä voi auttaa arvioitavan perheen jäseniä kehittämään keskinäistä vuorovaikutustaan ja puhumaan työntekijälle elämästään perheenä
- haastattelumallit, joita vuorovaikutusmenetelmiä käyttävä työntekijä voi hyödyntää
- perhearviointilomakkeet

Koulutusprosessi vastaa sisällöltään viittä päivää, joista kolme päivää on lähiopetusta ja kaksi päivää etukäteis- ja välitehtävien suorittamista.

Hinta 700 €

Ilmoittautuminen 22.2.2019 mennessä

Lisätiedot Eija Pollari, p. 050 5418 084 tai info@pajathameenkesayliopisto.fi

Rahasto- ja ETF-sijoittajan peruskurssi

Aika 16.3. ja 23.3.2019 klo 10.00-15.00

Kouluttaja Sijoitusneuvoja, kouluttaja, DI, toimitusjohtaja Tapio Haavisto

Kohderyhmä Kurssi sopii kaikille sijoittamisesta kiinnostuneille. Kurssille osallistuminen ei edellytä ennakkotietoja aiheesta, mutta englannin kielen perusosaaminen on eduksi.

Sisältö

1. päivä 16.3.2019

- Perinteinen rahastosijoittaminen
- ETF-sijoittamisen perusteet

2. päivä 23.3.2019

- Kaupankäynti ETF-tuotteilla
- Uutuudet ja erikoistuotteet
- Sijoitussalkun suunnittelu ja hoito
- Erityisosaaminen ETF-tuotteiden avulla

Hinta 80 €

Ilmoittautuminen 3.3.2019 mennessä

Lisätiedot Tiina Laurikainen, p. 050 3754 977 tai info@pajathameenkesayliopisto.fi

Professori Juha Hakala: Kohtuus kannattaa – pinnistelevä ihminen ei voi hyvin

Aika 20.3.2019 klo 13.00-16.00

Kouluttaja Professori Juha Hakala

Kohderyhmä Kaikki, jotka ovat kiinnostuneet työelämän kehittämisestä ja työhön liittyvien velvoitteiden kohtuullistamisesta.

Sisältö Luennon keskeiset teemat:

- Miksi pääni on kuin mehiläispönttö ja miksi en saa mitään aikaan, kuten joskus ennen?
- Mitä minun kannattaisi tehdä jaksamiseni eteen ja mitä ylipäätään voisin tehdä?
- Työelämää syytetään, mutta onko se ainoa syyllinen?
- Liiallinen velvollisuudentunto on pahasta, mutta onko se myös minun ongelmani?
- Kohtuudesta puhutaan, mutta mitä se semmoinen on?
- Mikä on oikea laatutaso työssä ja kotona?
- Konsteja jaksamiseen

Hinta 35 €

Ilmoittautuminen 6.3.2019 mennessä

Lisätiedot Tiina Laurikainen, p. 050 3754 977 tai info@pajathameenkesayliopisto.fi

MAPA® Perusteet

Haasteellisen käyttäytymisen ennaltaehkäisy ja hallintamenetelmä pienten lasten kanssa työskenteleville

Aika 26.3. ja 4.4.2019 klo 9.00-16.00

Kouluttaja Marika Ahonen, Hoitotyön lehtori, TtM

Kohderyhmä Koulutus on tarkoitettu erityisesti pienten lasten kanssa mm. varhaiskasvatuksessa, esi- ja alkuopetuksessa sekä lastenpsykiatriassa, kuntoutuksessa ja sosiaalitoimessa työskentelevälle henkilöstölle.

Kuvaus MAPA® (Management of Actual or Potential Aggression) eli Haasteellisen käyttäytymisen ennaltaehkäisy ja hallinta -menetelmä on kehitetty Englannissa ja lisenssin omistaa kansainvälinen CPI, Crisis Prevention Institute Inc.

Sisältö MAPA® -koulutuksessa perehdytään haasteellisten tilanteiden ennaltaehkäisyyn myönteisen käytöksen tukemisen keinoin (Positive Behaviour Support). Koulutuksen aikana teemme myös konkreettisia suunnitelmia erilaisiin arjen tilanteisiin. Koulutus antaa henkilöstölle vuorovaikutuksen, päätöksenteon ja jälkipurkamisen välineitä sekä perehdyttää hyviin käytäntöihin. Lisäksi se sisältää menetelmiä pienen lapsen turvalliseen fyysiseen ohjaukseen ja rajoittamiseen.

Hinta 250 €

Ilmoittautuminen 10.3.2019 mennessä

Lisätiedot Tiina Laurikainen, p. 050 3754 977 tai info@pajathameenkesayliopisto.fi

Seksuaalisuuden kohtaaminen sosiaali- ja terveydenhuollon asiakastyössä

Aika 26.3. ja 4.4.2019 klo 9.00-16.00

Kouluttajat Erja Rätty, geronomi (AMK), seksuaalineuvoja, Ann-Mari Nordman, fysioterapeutti (AMK), seksuaalineuvoja, Seppo Kantola, psykoterapeutti VET, työnohjaaja, seksuaalineuvoja ja Suvi Hakoinen, proviisori, lähihoitaja, seksuaalineuvoja

Kohderyhmä Aikuisten ja ikääntyneiden kanssa työskentelevät sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaiset, esimerkiksi lähihoitajat, sairaanhoitajat, terveydenhoitajat, fysioterapeutit.

Kuvaus Hoito-, hoiva- ja sosiaalityön ammattilaisen on tärkeä miettiä, mitä näkökulmia seksuaalisuudesta ja siihen liittyvistä asioista tulee kunkin asiakkaan kohdalla nostaa esiin. Sairaudet, vammat ja muut terveydelliset haasteet asettavat omia vaatimuksiaan seksuaalisuudesta puhumiselle – kuten myös normaali ikääntyminen ja elämäntilanteen muutokset. Seksuaalisuuden puheeksi ottaminen hoito- ja sosiaalialan työssä on jokaisen työntekijän velvollisuus. Puheeksi ottamisella on suuri merkitys asiakkaan kokemalle hoidon laadulle.

Sisältö Teema 1: Ikääntyminen ja seksuaalisuus, Teema 2: Seksuaalisuuden anatomiaa ja fysiologiaa, Teema 3: Sairaudet, vammat ja seksuaalisuus ja Teema 4: Lääkkeet ja seksuaalisuus

Hinta 275 €

Ilmoittautuminen 13.3.2019 mennessä

Lisätiedot Tiina Laurikainen, p. 050 3754 977 tai info@pajathameenkesayliopisto.fi

Jaksamista asiakastyöhön – itsensä suojaaminen

Aika 27.3.2019 klo 9.00-16.00

Kouluttaja Anna Säynjäkangas, PsM

Kohderyhmä Sopii kaikille asiakastyötä tekeville. Henkilöille, jotka työskentelevät lähellä asiakasta ja altistuvat työssään sosiaaliselle ja emotionaaliselle kuormitukselle.

Tavoite Koulutuksessa opitaan rajojen selkiyttämistä, toisilta tulevan tunne- ja kokemussisällön hallintaa ja tervettä itsensä suojaamista. Kurssilla pohditaan, miten säilyttää inhimillisyytensä ja empaattisuutensa työssä ja kuitenkin samalla löytää ammatillinen tarkkailijan rooli.

Sisältö Koulutuspäivänä käsitellään mm. seuraavia teemoja:

- Tasapainoinen kohtaaminen
- Rajojen selkiyttäminen ja jämäkyys
- Tunteiden tarttuminen ja itsensä suojaaminen
- Psykologinen joustavuus
- Mielikuvien hallinta
- Roolihoukutukset
- Miten pääsen irti työstä

Hinta 165 €

Ilmoittautuminen 13.3.2019 mennessä

Lisätiedot Eija Pollari 050 5418 084 tai info@pajathameenkesayliopisto.fi

Tunnetaitoja aikuisille

– Intensiivikurssi omiin tunteisiin

Aika 29.3., 30.3., 26.4. ja 27.4.2019, pe klo 17.30-20.30 ja la klo 9.00-16.00

Kouluttaja Inkeri Meriluoto, VTM, koulutettu hieroja ja tunne- ja vuorovaikutusohjaaja.

Kohderyhmä Koulutus sopii jokaiselle omien tunnetaitojen kehittämistä kiinnostuneelle aikuiselle. Tärkeintä on oma kiinnostuksesi ja avoin asenne lähteä tutkimaan itsessäsi virtaavia tunteita!

Kuvaus Kurssi tarjoaa mahdollisuuden aloittaa tutustumismatka omiin tunteisiin, itsen aidoimpaan ja autenttisimpaan osaan sekä itsensä avoimempaan ilmaisemiseen. Kurssilla harjoitellaan omien tunteiden ja tarpeiden tunnistamista ja opetellaan keinoja sietää, säädellä, käsitellä ja ilmaista niitä turvallisesti.

Sisältö Koulutus koostuu neljästä lähipäivästä sekä verkko-oppimisesta Moodle-oppimisympäristössä. Kurssi tarjoaa kokemuksellisia oivalluksia tunteiden ja tarpeiden voimasta ja antaa konkreettisia keinoja toimia niiden kanssa erilaisissa tilanteissa. Kurssilla työskennellään helpojen kehollisten ja luovien harjoitteiden avulla. Harjoitteet ovat kaikille sopivia eivätkä vaadi mitään erityisosaamista.

Hinta 295 €

Ilmoittautuminen 10.3.2019 mennessä

Lisätiedot Tiina Laurikainen, p. 050 3754 977 tai info@pajathameenkesayliopisto.fi

iPad neuropsykiatrisen asiakkaan terapiassa 1, verkkokoulutus

Aika 1.4.-6.5.2019 klo 17.30-19.00

Kouluttajat Riikka Marttinen, toimintaterapeutti, verkkopedagogi ja Heidi Åkerlund, toimintaterapeutti, neuropsykiatrisen valmentaja

Kohderyhmä Kuntoutuksen ja lastenneurologian alan ammattilaiset, terapeutit, puhevammaisten tulkit ja yhteisönohjaajat, neuropsykiatriset valmentajat, puheterapeutit, toimintaterapeutit, koulunkäynninohjaajat, varhaiskasvatuksen asiantuntijat, kasvatus- ja opetusalan opiskelijat, ao. ammattihenkilöitä kouluttavat oppilaitokset sekä erityislasten ja -nuorten huoltajat.

Kuvaus Verkkokoulutus on ensimmäinen kolmesta erillisestä "Kuinka hyödyntää iPadia neuropsykiatristen asiakkaiden terapiassa" -koulutuskokonaisuudesta. Tämä ensimmäinen koulutuskokonaisuus keskittyy oppimisen tukemiseen iPadilla.

Webinaarit

- 1.4. Miten helpottaa oppimista iPadin käyttöä helpottavilla asetuksilla?
- 8.4. Sovelluksia lukemisen ja kirjoittamisen harjoitteluun
- 15.4. Sovelluksia kielten ja matematiikan opiskeluun
- 29.4. iPadin kommunikointia ja vuorovaikutusta tukevat sovellukset
- 6.5. Kuinka tehdä itse oppimateriaalia helposti?

Hinta 90 €

Ilmoittautuminen 24.3.2019 mennessä

Lisätiedot Anne Broman, p. 050 5361 013 tai info@pajathameenkesayliopisto.fi

Jari Sinkkonen: Onnellinen lapsi

Aika 2.4.2019 klo 13.00-17.00

Kouluttaja LT, lastenpsykiatrian dosentti Jari Sinkkonen

Kohderyhmä Lasten kanssa työskentelevät kasvatus- ja opetusalan, sosiaali- ja terveydenhuollon henkilöstö

Sisältö Koulutuksessa käsitellään mm. seuraavia aiheita: kasvattajan tehtävä, varhainen vuorovaikutus, vanhempien hyvä parisuhde, pelaaminen ja netin käyttö, "rajattomat lapset" ja hyvän arjen elementit. Sisältö tarkentuu vielä.

Hinta 70 €

Ilmoittautuminen 18.3.2019 mennessä

Lisätiedot Anne Broman 050 5361 013 tai info@pajathameenkesayliopisto.fi

Varhaiskasvatus digiajassa, verkkokoulutus

Aika 3.-23.4.2019 klo 15.00-16.30

Kouluttaja KT, LTO Pekka Mertala

Kohderyhmä Varhaiskasvatuksen ja esiopetuksen työntekijät

Kuvaus Varhaiskasvatus digiajassa -webinaarisarjassa perehdytään varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden ja esiopetuksen opetussuunnitelman perusteiden keskeisiin uusiin sisältöihin: tieto- ja viestintäteknologiseen osaamiseen, mediakasvatukseen ja monilukutaitoon. Keskiössä eivät ole laitteet ja välineet vaan lapset ja pedagogiikka. Webinaarit antavat sekä ajattelun aihetta että konkreettisia vinkkejä korkealaatuisen varhaiskasvatuksen toteuttamiseen.

Sisältö

3.4. Digitaaliset teknologiat varhaisen oppimisen tukena

- elektroninen askartelu, oman teknologian suunnittelu ja rakentaminen, "näkyvästi näkymättömien" teknologioiden (internet, koodi) tutkiminen

10.4. Varhaisvuosien mediakasvatus

- oman median tuottaminen medialukutaidon harjoittelun menetelmänä, mediakasvatus osana eheytyneitä projektityöskentelyä, lasten mediatieto ja -kokemukset pedagogisena resurssina

17.4. Digitaaliset teknologiat varhaisen oppimisen tukena

- pedagoginen dokumentointi, kirjoittamalla lukemaan oppiminen, kamerakynän pedagogiikka

23.4. Monilukutaito varhaiskasvatuksessa

- erilaiset tekstit ja lukutaidot lasten arjessa, varhaiskasvatuksen arjessa ja perinteissä sekä eri moodien (esim. ääni, kuva, liike) merkitys tekstien sisällölle

Hinta 90 €

Ilmoittautuminen 26.3.2019 mennessä

Lisätiedot Anne Broman, p. 050 5361 013 tai info@pajathameenkesayliopisto.fi

Vanhuksen itsemääräämisoikeus ja työntekijän arki

Aika 4.4.2019 klo 12.15-16.00

Kouluttaja FK Pirkko Heiske

Kohderyhmä Ikääntyvien parissa työskentelevät henkilöt

Sisältö Koulutuksessa käsitellään mm. seuraavia aiheita:

- Hyvä hoitokäsitys: vanhuksen onnellisuus ja hyvä arkipäivä ovat työtä ohjaava tavoite
- Terve työyhteisö: työ on keskiössä
- Tehtäväkeskeinen vai ihmislähtöinen työtapa?
- Ihmislähtöinen työtapa merkitsee sekä vanhuksen että työntekijän ottamista huomioon
- Mitä hyvä kohtaaminen oikein on?
- Mitä itsemääräämisoikeus oikein merkitsee?
- Oikeustunteisiin ja näkökulmiin ei merkitse oikeutta määrätä!
- Mitä vanhuksen osallisuus omaan elämäänsä on tai voisi olla?
- Vanhuksen itsemääräämisoikeus ei merkitse työntekijän mitätöitymistä, vaan hyvällä tavalla kontaktiin asettumista
- Työntekijän tarpeet, tunteet ja hyvinvointi ovat tärkeitä; ovatko työntekijän tarpeet ristiriidassa asiakkaan itsemääräämisoikeuden kanssa?

Hinta 65 €

Ilmoittautuminen 18.3.2019 mennessä

Lisätiedot Eija Pollari, p. 050 5418 084 tai info@pajathameenkesayliopisto.fi

Sherborne-liikunnan peruskurssi

– oppimisvalmiuksien, motoristen taitojen sekä sosiaalisen kompetenssin kehittymisen tukena

Aika 5.4.-6.4.2019 klo 9.00-16.30

Kouluttaja Susa Miettunen, Sherborne-kouluttaja, ft (AMK)

Kohderyhmä Henkilöt, jotka osallistuvat eri-ikäisten ihmisten liikkumisen tukemiseen varhaiskasvatuksessa, peruskoulussa sekä sosiaali- ja terveystoimessa (mm. varhaiskasvattajat, luokanopettajat, erityisopettajat, liikunnanohjaajat ja fysio- ja toimintaterapeutit).

Sisältö Koulutus antaa tietoa, miten fyysisellä aktiivisuudella voidaan tukea kasvua ja kehitystä sekä oppimista. Osallistujat saavat valmiuksia käyttää Sherborne-harjoituksia motoristen taitojen ja sosiaalisen kompetenssin kehittymisen tukemisessa. Koulutus on hyvin käytännönläheinen.

- Sherborne-liikunnan teoreettiset taustat
- Käytännön harjoituksia kehon ja tilan hahmotukseen, voimankäytön hallintaa sekä sosiaalisiin tilanteisiin ja aktiovaatitason säätelyyn

Hinta 200 €

Ilmoittautuminen 21.3.2019 mennessä

Lisätiedot Eija Pollari, p. 050 5418 084 tai info@pajathameenkesayliopisto.fi

Hoitava Hengitys HB ®

Aika 12.4.2019 klo 10.00-16.30

Kouluttaja Marketta Manninen, Hoitava Hengitys HB ® -menetelmän kehittäjä ja Buteyko-ohjaaja

Kohderyhmä Hoitava Hengitys -koulutuspäivä on suunnattu ammatillisena lisä-koulutuksena mm. fysioterapeuteille, puheterapeuteille, osteopaateille, hierojille, terveydenhoitajille ja hammashoitajille. Aiheesta ovat kiinnostuneita myös laulunopettajat sekä pilates- ja joogaohjaajat.

Kuvaus Hengityksen häiriöiden aiheuttamat oireet ovat monimuotoisia, mm. unihäiriöiden, yöllisten vessareissujen, kylmien käsien ja jalkojen, tai lihaskramppien taustalla voi olla virheelinen hengitys. Hengityksen häiriötä normalisoimalla voidaan saada huomattavaa helpotusta näiden terveysongelmien lisäksi myös suoraan hengitykseen liittyviin vaivoihin, kuten astmaan, tukkoisuuteen, kuorsaukseen, uniapneaan ja paniikkihäiriöön. Hoitava Hengitys HB ® perustuu tutkittuun Buteyko-menetelmään, joka on mm. Iso-Britanniassa terveysviranomaisien hyväksymä täydentävä astman hoitomuoto.

Sisältö Luentojen aiheina ovat mm.:

- Hoitavan Hengityksen taustalla Buteyko-menetelmä
- Kuinka hengitys korjataan?
- Hengityksen merkitys astman, tukkoisuuden ja paniikkihäiriön oireilussa sekä hoidossa
- Unihäiriöiden taustalla hengityksen häiriöt.
- Lapsen hengitystavan merkitys kasvojen luuston muodostumiselle

Hinta 125 €

Ilmoittautuminen 28.3.2019 mennessä

Lisätiedot Tiina Laurikainen, p. 050 3754 977 tai info@pajathameenkesayliopisto.fi

Sosiaalinen media osana yrityksen markkinointia

Aika 16.4.2019 klo 9.00-16.00

Kouluttaja Johanna Järäinen, Mahon Digital

Kohderyhmä Koulutus sopii esimerkiksi viestinnän, markkinoinnin ja myynnin tehtävissä toimiville, HR-ammattilaisille ja yrittäjille sekä kaikille, jotka haluavat tutustua markkinointiin sosiaalisessa mediassa.

Sisältö Päivän aikana käydään läpi, miten sosiaalista mediaa hyödynnetään tehokkaasti yrityksen markkinoinnissa, sekä perehdytään tarkemmin yleisimpiin sosiaalisen median kanaviin: Facebookiin, Instagramiin, LinkedIniin ja Twitteriin.

- Sosiaalinen media ja sen käyttö parhaimmillaan
- Sosiaalisen median kanavat yrityksesi markkinoinnissa
- Kanavien parhaimmat käytännöt, kohderyhmät ja toimivimmat sisältötyypit

Hinta 160 €

Ilmoittautuminen 2.4.2019 mennessä

Lisätiedot Anne Broman, p. 050 5361 013 tai info@pajathameenkesayliopisto.fi

Hyvinvointia luontoliikunnasta: Mitä jos luonto toisi jo pienesti annosteltuna tehokkuutta työpäivääsi?

Aika 26.4.2019 klo 9.00-16.00

Kouluttaja Luontoyhteysohjaaja, rentoutusohjaaja, erä- ja luonto-opasopiskelija, Mari Starck, Hike'n Joy

Kohderyhmä Kaikki kokonaisvaltaisesta hyvinvoinnista kiinnostuneet, jotka haluavat tietoa luonnosta saatavasta hyvinvoinnista ja välineitä rauhoittua luonnossa. Koulutus sopii myös niille, jotka haluavat oppia luontoharjoituksia, joita voi hyödyntää myös esim. opetuksessa ja ryhmätyöskentelyssä.

Kuvaus Hyvinvointia luontoliikunnasta -koulutuspäivä järjestetään Tapanilan hiihtomajalla, kauniin ja rauhoittavan luonnon lähellä. Luontoyhteysohjaaja Mari Starckin opastuksella perehdytään harjoitusten ja teorian avulla luonnosta saatavaan hyvinvointiin sekä kuljetaan luonnossa tutustuen luonnon merkitykseen hyvinvoinnillemme.

Sisältö koulutuksessa opit mm.:

- miten luonto vaikuttaa henkiseen ja fyysiseen hyvinvointiin
- miksi luonto rauhoittaa ja parantaa sekä lisää luovuutta
- erilaisia menetelmiä rauhoittua, rentoutua ja maadoittua luonnossa
- erilaisia luontoyhteysharjoituksia, joita voi hyödyntää mm. opetuksessa ja ryhmien toiminnassa

Hinta 165 €

Ilmoittautuminen 26.3.2019 mennessä

Lisätiedot Tiina Laurikainen, p. 050 3754 977 tai info@pajathameenkesayliopisto.fi

TRE®-stressinpurkuliikkeet – syväjännityksistä vapaaksi

Aika 8.5.2019 klo 12.15-15.45

Kouluttaja Stressinhallintakouluttaja, NLP Master Coach & NLP Trainer, rentoutusohjaaja, TRE® -ohjaaja, psyykkinen valmentaja Satu Pusa

Kohderyhmä Kurssi soveltuu työhyvinvointikurssiksi sekä kaikille ammattiryhmille, joiden työ on henkisesti tai fyysisesti kuormittavaa

Kuvaus TRE® (Tension Releasing Exercises) on yksinkertainen harjoitusmenetelmä, joka perustuu kehon biologiseen palautumiskykyyn. Helppojen fyysisten liikkeiden sarja aktivoi kehon luontaisen rentoutumisreaktion (tärinän/värinän) ja harjoitus purkaa lihaksiston ja autonomisen hermoston ylijännitystiloja.

Sisältö Kurssilla opitaan TRE® -liikkeet ja saadaan valmiuksia käsitellä mm. työstressiä tai jännitystiloja voimia ja vireyttä palauttavalla tavalla. Kurssin jälkeiseen itsenäiseen harjoitteluun on etätukimahdollisuus.

Hinta 135 €

Ilmoittautuminen 23.4.2019 mennessä

Lisätiedot Anne Broman, p. 050 5361 013 tai info@pajathameenkesayliopisto.fi

Luovuusmatka taideterapeuttisin menetelmin

Aika 6.-7.6.2019 klo 9.00-15.15

Kouluttaja Taideterapeutti ja toimintaterapeutti Katri Kokko

Kohderyhmä Koulutus sopii hyvin luovista menetelmistä kiinnostuneille, esim. opettajille, ohjaajille, terapeuteille ja muissa vastaavissa ammateissa työskenteleville.

Tavoite Koulutuksen tavoitteena on omien voimavarojen sekä erilaisten ratkaisutapojen löytäminen luovuuden avulla.

Sisältö Kurssilla tutustutaan käytännön harjoituksin taideterapeuttisiin menetelmiin.

Käytännön harjoitusten avulla koetaan luovuusmatka, jossa etsitään omia voimavaroja ja vahvuuksia. Matkaeväiksi tarvitaan vain uteliaisuus ja rohkeus uusien näkökulmien kohtaamiseen. Kaiken materiaalin saa paikanpäältä.

Hinta 175 €

Ilmoittautuminen 22.5.2019 mennessä

Lisätiedot Anne Broman, p. 050 5361 013 tai info@pajathameenkesayliopisto.fi

Koulutuksia syksyllä 2019

- Lasten tunnetaito-ohjaaja 40 op syksyllä 2019
- MinD –ohjaajakoulutus 2019-2020, 6.9.2019-6.6.2020
- Tyytyväinen eläin, onnellinen omistaja (20 op) 25.9.2019-27.5.2020
- Kokonaisvaltainen lapsijoogan ohjaaja–koulutus 3.10.2019-8.2.2020
- 1. luokan Varga-Neményi –koulutus 5 pv, syksyllä 2019
- Potilaan oikeudet - mitä terveydenhuollon henkilökunnan tulee tietää 12.9.2019
- Vuorovaikutus ratkaisee – ratkaisukeskeinen lähestymistapa ohjaus- ja asiakastilanteissa 25.9.2019
- Sairauspoissaolot - Esimiehen juridinen näkökulma 3.10.2019
- Hakukoneoptimoinnin perusteet 8.10.2019
- hakukoneoptimoinnin jatkokoulutus 12.11.2019

Tilauuskoulutukset

Järjestämme nopeasti ja joustavasti asiakkaan tarpeisiin räätälöityjä tilauuskoulutuksia yrityksille, kunnille, erilaisille työyhteisöille ja ammattialoille. Koulutukset suunnitellaan yhteistyössä tilaajan kanssa kehittämään ja ylläpitämään henkilöstön ammattitaitoa ja osaamista. Jos työyhteisössänne on tarvetta henkilöstön kouluttamiselle, otathan yhteyttä: **Eija Pollari**, eija.pollari@pajathameenkesayliopisto.fi, p. 050 5418 084.



Avoin yliopisto-opetus keväällä 2019

Päijät-Hämeen kesäyliopistossa voit opiskella yliopiston tutkintovaatimusten mukaisia yksittäisiä opintojaksoja tai laajempia opintokokonaisuuksia. Opinnot soveltuvat hyvin esimerkiksi tutkintoon tähtäville tai ammatillista täydennyskoulutusta kaipaaville.

Kauppa- ja hallintotieteet

Kauppätiede perusopinnot 30 op UEF, VERKKO-OPINNOT

- Johtamisen perusteet 6 op
- Markkinoinnin perusteet 6 op
- Laskentatoimen perusteet 6 op
- Rahoituksen perusteet 6 op
- Liiketoiminnan ja yrittäjyyden perusteet 6 op

Laskentatoimi ja verotus perusopinnot 30 op UEF, VERKKO-OPINNOT

- Laskentatoimen perusteet 6 op
- Yritysoikeuden perusteet 6 op
- Johdon laskentatoimen perusteet 6 op
- Tilinpäätösanalyysi ja arvonmääritys 6 op
- Tuloslaskenta ja verotus 6 op

Erilliset opintojaksot

- Henkilöstöoikeus 6 op VY

Kieliopinnot

- Academic and Professional Communication in English 4 op HY
- Ranskan alkeiskurssi 1, 3 op HY
- Toisen kotimaisen kielen suullinen ja kirjallinen taito, ruotsi, 3 op HY

Sosiaali- ja terveysala

Sosiaali- ja terveyshallintotiede perusopinnot 30 op UEF, VERKKO-OPINNOT

- Akateemisista opiskelutaidoista työelämän valmiuksiin 5 op
- Johtamis- ja organisaatiotieteiden klassikot 5 op
- Sosiaali- ja terveyshallintotieteen lähtökohdat 5 op
- Sosiaali- ja terveyshallintotieteen tutkimus 5 op
- Sosiaali- ja terveysjohtamisen perusteet 5 op
- Sosiaali- ja terveyspalvelujärjestelmä 5 op

Yksittäiset opintojaksot

- Farmaseuttinen kemia 2 op UEF
- lökkään hyvinvoinnin ja toimintakyvyn edistäminen 6 op UEF
- Lasten, nuorten ja perheiden palvelut kasvun tukena 5 op UEF
- Lääkkeet terveydenhuollossa 3,5 op UEF
- Lääkkeet ja yhteiskunta 3 op UEF
- Stressi- ja kriisitilanteet lapsuudessa ja nuoruudessa 5 op UEF
- Vanhuuden sairaudet ja lääkehoito 6 op UEF

Oikeustieteet

(edeltävät opinnot: Johdatus oikeustieteeseen)

Hallinto-oikeus 7 op TY

Perhe- ja jäämistöoikeus 7 op TY

Valtiosääntöoikeus 7 op TY

Psykologia

Työ- ja organisaatiopsykologia perusopinnot 25 op UEF, VERKKO-OPINNOT

Johdatus työ- ja organisaatiopsykologiaan 3 op

Organisaatioiden johtaminen 3 op

Työ ja psyykinen hyvinvointi 3 op

Työelämän sosiaalipsykologia 3 op

Viestintä ja vuorovaikutus 3 op

Lisäksi valinnaisia opintojaksoja joista suoritetaan 10 op

Työ- ja organisaatiopsykologia aineopinnot 35 op UEF, VERKKO-OPINNOT

Digiajan työtaidot ja välineet 4 op

Ikävoimaa työhön 3 op

Kohtaa ja kuuntele – viestijänä työyhteisössä 3 op

Luottamus johtajuuden voimavarana ja taitona 6 op

Ohjaus työtoimijuuden edistäjänä 5 op

Osaamisen kehittäminen 3 op

Positiivinen työpsykologia 3 op

Tietoisuustaidot hyvinvoinnin vahvistajana 3 op

Työelämän konfliktit – ristiriidoista ratkaisuihin 3 op

Työssä oppiminen - teorioista käytäntöön 3 op

Projektityö 8 op

Monipaikkainen mobiili tietotyö 3 op

Muutosviestintä 3 op

Psykologinen sopimus ja oikeudenmukaisuus 3 op

Sosiaalinen eriarvoisuus ja monimuotoisuus työelämässä 3 op

Valmentava johtajuus 4 op

Yksittäiset opintojaksot

Kliininen psykologia I: Terveyden ja mielenterveyden psykologia 5 op JY

Neuropsykologia I: Kognitiivisen neurotieteen ja neuropsykologian perusteet 5 op JY

Lyhenteet:

HY= Helsingin yliopisto, JY = Jyväskylän yliopisto

TY = Turun yliopisto, UEF = Itä-Suomen yliopisto, VY = Vaasan yliopisto

Opintokokonaisuuksien ja -jaksojen kuvaukset löydät nettisivuiltamme

www.paijathameenkesayliopisto.fi.

Lisätietoja voit kysyä: tiina.laurikainen@paijathameenkesayliopisto.fi, p. 050 3754 977

ammattillinen täydennyskoulutus
kielikoulutus
lukiolaiskurssit
avoin korkeakouluopetus
muu koulutus



Päijät-Hämeen kesäyliopisto
– *Sinua varten ympäri vuoden*
www.paijathameenkesayliopisto.fi