

Opiskelijan ohjaus Tampereen yliopistossa: opiskelun, urasuunnittelun ja hyvinvoinnin tuki



1 TIEDEKUNNAT: Opiskelu ja opinnot

Opiskelujen aikana voi tulla eteen monenlaisia opiskelun käytäntöihin, suunnitteluun, itse opiskelemiseen ja hyvinvointiin liittyviä kysymyksiä. Ohjauksen pääpaino on tutkinto-ohjelmissa ja tiedekunnissa annettavassa yksilö- ja ryhmämuotoisessa ohjauksessa. Tiedekunnissa tukea ja ohjausta tarjoavat muun muassa:

Tukimateriaalit:
[Opetussuunnitelma & HOPS](#),
[Sisu-ohjeet](#),
[Yhteystiedot](#)

Opiskelijatuutorit:
opintojen alku
Opintoneuvojat:
mm. Sisu-kysymykset

Koulutusasiantuntijat:
omat opinnot & suunnittelu / ajoitus, HOPS, SISU, tutkintorakenne, hyväksiluvut, harjoitteluun ja valmistumiseen liittyvät kysymykset ym.

Opettajatuutorit:
oma ala, ura- ja opintopohdinta, oppimisen ohjaus ja asiantuntijaksi kasvu ym.

Opettajat:
oppimisen ohjaus, kurssiin liittyvät tavoitteet, opiskelukäytännöt ja arviointi sekä opinnäytteen ohjaus ym.

Asiantuntijat, kv-liikkuvuus:
kansainvälistyminen / vaihto opintojen aikana

Apua saat myös muulta tiedekunnan väeltä.

2 YHTEISET OHJAUSPALVELUT: Hyvinvoinnin, urasuunnittelun ja opiskelutaitojen täydentävä tuki sekä yksilölliset opiskelujärjestelyt

Tiedekuntakohtaisen ohjauksen lisäksi voit hyödyntää yhteisiä ohjauspalveluita riippumatta siitä, missä tutkinto-ohjelmassa opiskelet. Yhteiset ohjauspalvelut tarjoavat täydentävää tukea ja ohjausta tiedekunnissa annettavalle ohjaukselle, kun haluat esimerkiksi tukea tilanteesi jäsentämiseen tai jonkun tietyn teeman/pulman tarkasteluun.

Itseopiskelu- ja tukimateriaalit

- [Opiskelijan kompassi](#), hyvinvointi- ja elämäntaito-ohjelma, TAU.PSY.000
- [Opiskelutaitojen tukimateriaalit ja Moodle](#)
- [Urasuunnittelun Moodle & Job-Teaser](#) (työ-/harjoittelupaikat)
- [Vapaasti valittavien opintojen tietopankki](#)

Matalan kynnyksen ohjaus ja tuki, Navigaattori

- Ilman ajanvarausta tuni.fi/navigaattori, Instagram: [@navigaattori_tampereuni](https://www.instagram.com/navigaattori_tampereuni)
- Verkossa Chat, Jodel
 - [Kampuspäivystykset](#)
Tukipalveluiden vaihtuvat päivystykset
 - [Opojen päivystykset](#)

Ryhmät

- [Hyvinvointikalenteri](#)
ryhmämuotoinen toiminta koottuna
- [Vertaistuki](#)
hyvinvoinnin, opiskelun ja vapaa-ajan teemat

Yksilöohjaus

- Ajanvarauksella tuni.fi/ohjauspalvelut
- Opinto-ohjaajat / Hyvinvointi
 - Uraohjaajat / Urasuunnittelu
 - Opintopsykologit / Opiskelutaidot
 - Yksilöllisiä järjestelyitä tekevät asiantuntijat / Yksilölliset opiskelujärjestelyt



3 Muu Tampereen yliopiston ja eri sidosryhmien tarjoama tuki:

- Huomaathan tarvittaessa hyödyntää muutakin Tampereen yliopistoyhteisön ja eri sidosryhmien tarjoamaa tukea: [Opintotoimiston](#), [It-Helpdeskin](#), [oppilaitospastorin](#), [kielikeskuksen](#), [kansainvälisen liikkuvuuden palveluiden](#), [kirjaston](#), [SportUnin liikuntaneuvonnan](#), [TREYn](#), [YTHS:n](#), [Treen](#) ja [HUBSin](#) palveluja ym.
- Katso lisää [Usein kysyttyä ohjauksesta ja hyvinvoinnista](#) -sivulta ja Opiskelijan käsikirjasta tuni.fi/ohjauspalvelut/!

Älä jää yksin,
sinulle on tarjolla tukea!