

Remote studying together (Wednesdays and Thursdays) | Etäopiskelua yhdessä (keskiviikkoisin ja torstaisin): Starting Point of Wellbeing goes Co-Studying

- [In English: Remote studying together - Starting Point of Wellbeing goes Co-Studying](#)
- [Suomeksi: Etäopiskelua yhdessä - Starting Point of Wellbeing goes Co-Studying](#)

In English: Remote studying together - Starting Point of Wellbeing goes Co-Studying

[Starting Point of Wellbeing or SPW](#) offers the opportunity to get-together remotely to do independent studying, using Pomodoro-technic. We'll start with a short intro and tips from the study psychologist to set goals and you can decide on your own goals for that day. After that, all participants have 2 x 40 minutes available for independent study (Zoom connection open, but the camera does not have to be kept on). There is a break between these 40 minute "pomodoros", during which you can also ask questions from study psychologist or chat with others.

The language is English, but you can also participate in Finnish. Participating in the discussion is always voluntary, so you are very welcome join us, also, even if you do not want to share your own goal with others.

When: Wednesdays from 13:00 to 15:00 and Thursdays from 9:00 to 11:00 (until 24.6.21, NOT 13.5).

Where: In the zoom <https://aalto.zoom.us/j/64681021140>

In what situations could SPW going Co-Studying be the right place? If any of these apply to you, don't hesitate to join us!

- You should work independently on a thesis or a larger project (eg write, review sources, etc.)
- You should do course assignments independently (eg essay, exercises, part of group work, etc.)
- You have study-tasks that you constantly postpone because there is no "compulsion" to start right now
- You need a little peer pressure to get started and you feel that there have been too few opportunities to study together with others these days
- It is difficult for you to decide where to start and what would be a suitably sized piece of study for certain amount of time
- You have a hard time getting your studies started in the morning
- You are curious to know what kind of tips and thoughts you could get out from this that might benefit your own studying

Schedule:

9.00 (Thursday) // 13.00 (Wednesday) Welcome - study psychologist's instructions to Pomodoro and goal setting; the opportunity to share your own study goal with others

9.15-9.55 // 13.15-13.55 First Pomodoro 40 min, independent study

9.55-10.05 // 13.55-14.05 Break, opportunity to share thoughts and ask for tips

10.05-10.45 // 14.05-14.45 Another Pomodoro 40 min, independent study

10.45-11.00 // 14.45-15.00 Summary: opportunity to share if your own goal was successful, and ask for tips from a study psychologist.

Suomeksi: Etäopiskelua yhdessä - Starting Point of Wellbeing goes Co-Studying

[Starting Point of Wellbeing eli SPW](#) tarjoaa mahdollisuuden kokoontua etänä tekemään itsenäisiä opiskelujuttuja yhtä aikaa hyödyntäen Pomodoro-tekniikkaa. Aloitamme opintopsykologin lyhyellä introlla ja vinkeillä tavoitteiden asettamiseen ja voit päättää oman tavoitteesi opiskelulle kyseiselle setille. Sen jälkeen kaikilla osallistujilla on 2 x 40 minuuttia käytettävissään itsenäiseen opiskeluun (Zoom-yhteys saa olla auki, mutta kameraa ei tarvitse pitää välttämättä päällä) ja näiden 40 minuutin "pomodorojen" välissä on tauko, jonka aikana voi myös esittää kysymyksiä opintopsykologille tai keskustella muiden kanssa.

Kielenä on englanti, mutta osallistua saa myös suomeksi. Keskusteluun osallistuminen on aina vapaaehtoista, eli paikalle saa tulla tekemään omia opiskelujuttujaan, vaikkei jakaisi omaa tavoitettaan muille.

Milloin: Joka keskiviikko klo 13.00-15.00 ja joka torstai klo 9.00-11.00 huhtikuusta juhannukseen (ei helatorstaina 13.5).

Missä: Zoomissa <https://aalto.zoom.us/j/64681021140>

Millaisissa tilanteissa SPW goes Co-Studying voisi olla oikea paikka? Jos jokin näistä pätee sinuun, tervetuloa mukaan!

- Sinun pitäisi työstää itsenäisesti opinnäytettä tai isompaa projektia (esim. kirjoittaa, käydä läpi lähteitä, yms.)
- Sinun pitäisi tehdä itsenäisesti kurssitehtäviä (esim. essee, laskuharjoituksia, ryhmätyön omaa osuutta, jne)
- Sinulla on rästihommia, joita jatkuvasti lykkäät, koska ei ole mitään "pakkoa" aloittaa juuri nyt
- Kaipaavat pientä vertaispainetta saada aloitettua ja koet, että mahdollisuuksia opiskella samassa tilassa on ollut liian vähän
- Sinun on vaikea päättää, mistä juuri nyt aloittaisit ja mikä olisi sopivan kokoinen palanen opiskelua
- Sinun on vaikea saada opiskelua käyntiin aamuisin
- Olet utelias tietämään millaisia vinkkejä ja ajatuksia voisi saada tällaisesta omaan opiskeluusi

Aikataulu:

To klo 9.00// Ke 13.00 Tervetuloa – opintopsykologin ohjeistus Pomodoroon ja tavoitteiden asettamiseen; mahdollisuus jakaa toisille oma opiskelutavoite

To klo 9.15-9.55 // Ke 13.15-13.55 Ensimmäinen Pomodoro 40 min, itsenäistä opiskelua

To klo 9.55-10.05 // Ke 13.55-14.05 Tauko, mahdollisuus jakaa ajatuksia ja kysyä vinkkejä

To klo 10.05-10.45 // Ke 14.05-14.45 Toinen Pomodoro 40 min, itsenäistä opiskelua

To klo 10.45-11.00 // Ke 14.45-15.00 Yhteenveto, mahdollisuus jakaa miten oma tavoite onnistui ja kysyä opintopsykologin vinkkejä.