



My
global
story

VAIHTO-OPAS



LAPIN YLIOPISTO
UNIVERSITY OF LAPLAND

Toimitus: Päivi Martin & Sari Vidén

Taitto: Digi- ja mainostoimisto Höyry, LUC Viestintä

Kuvat: Lapin korkeakoulujen kuvapankki

Julkaisija: Lapin yliopisto, Kansainvälistymispalvelut

Oikeudet muutoksiin pidätetään.

SISÄLLYS

1. VAIHDON SUUNNITTELU	5
1.1. Hakuajat.....	5
1.2. Vaihtopolku	6
1.3. Ennen vaihtoa	7
1.4. My global study plan	8
1.5. My global story.....	9
1.6. Hakukelpoisuus ja valintaperusteet.....	11
1.7. Lapin yliopiston haku + liitteet	11
2. VAIHTOON LÄHTÖ	14
2.1. Lapin yliopiston valinta	14
2.2. Lähtöorientaatio	16
2.3. Nominaatio ja haku vaihtoyliopistoon	16
2.4. Haku vaihtoyliopistoon ja valinta	17
2.5. Vaihdon rahoitus	18
2.6. Vaihdon peruminen ja peruutusmaksu.....	18
2.7. Ilmoittautuminen kotiyliopistoon ja ylioppilaskunnan jäsenmaksu	19
3. KANSAINVÄLISYYSOSAAMINEN – MY GLOBAL COMPETENCES	20
4. JAA KOKEMUKSIASI – MY GLOBAL DIARY	22

**“The world is a book and those who
do not travel read only a page.”**

- St. Augustine



1. VAIHDON SUUNNITTELU

1.1. Hakuajat

Lapin Yliopiston vaihtokohteet ovat vuosittain haussa seuraavasti:

Euroopan ulkopuoliset bilateraalkohteet

- haku aika 15.10.–15.11.
- päätökset 15.12. mennessä

Euroopan ja north2north-verkoston kohteet

- haku aika 15.12.–31.1.
- päätökset 28.2. mennessä

Lisähaku jäljelle jääneisiin kohteisiin

- haku aika 1.–31.5.
- päätökset 30.6. mennessä



1.2. Vaihtopolku

Aloita tästä!



1.3. Ennen vaihtoa

Onnistunut vaihto-opiskelu alkaa hyvästä suunnittelusta. Olet jo osana HOPSia miettinyt miten kansainvälistyminen sijoittuu luontevasti tutkintoosi. Nyt on aika tarkentaa suunnitelmaasi vaihdon osalta.

- Millaista osaamista haluat vaihdossa hankkia? Mitä haluaisit vaihdossa opiskella?
- Minne haluaisit vaihtoon?
- Onko maalla tai kielialueella väliä? Asettaako kielitaitosi rajoituksia? Muistathan, että englanti ei aina riitä.
- Mitä tiedät kohdemaan kulttuurista? Miten olet valmistautunut sopeutumiseen uudessa kulttuurissa? Tarjoaako kielikeskus maata koskevan maantuntemuskurssin? Ehditkö käydä ennen vaihtoa?

HUOM!

Itseopiskelukurssi XICP0230 Cultural Difference Diary auttaa valmistautumaan kulttuuriin haasteisiin sekä kanavoimaan omat havainnot kulttuurieroista rakentavaan suuntaan. Tutustu kurssiin Pepissä ja mieti kannattaako se suorittaa vaihdon aikana. (Huom! Kurssi vaatii lukemista ennen lähtöä.)

- Tutustu myös vaihtokohteisiin ja -palautteisiin SoleMOVE:ssa:
 - www.ulapland.fi/SoleMOVE
 - Valitse alavetovalikosta Lapin yliopisto, mutta älä vielä kirjaudu järjestelmään
 - Klikkaa Exchange destinations Abroad and Feedback
 - Valitse alavetovalikosta Your home unit tiedekunta/yksikkö, jonka vaihtokohteita haluat selata

1.4. My global study plan

Voit tuoda vaihdossa suoritettut opinnot tutkintoosi kahdella tavalla:

- 1 Tutkintoon kuuluvia opetussuunnitelman mukaisia opintoja korvataan muualla suoritetuilla, sisällöltään vastaavilla opinnoilla.
 - 2 Tutkintoon sisällytetään muualla suoritettuja opintoja, esim. sivuaine tai valinnaisia ulkomaisessa yliopistossa suoritettuja opintoja (SUOSITUS).
-

Opiskelen vaihdossa tutkintorakenteeni mukaisesti yhteensä 25–30 opintopistettä (ECTS) / lukukausi seuraavasti:

- Suoritan vaihdossa opintoja:
 - Kandidaatin tutkintoon
 - Maisterin tutkintoon
 - Molempiin tutkintoihin
- Sisällytän vaihdossa suoritettun sivuaineen 25–30 op.
 - Temaattinen sivuaine (esim. Studies in Psychology).
 - Esitän kokonaisuudelle nimeä: _____ op.
 - Studies Abroad (kokoelma vaihdossa suoritettuja opintoja) _____ op.
- Sisällytän valinnaisiin _____ op.
- Korvaan ja sovin ennakkoon vastuuopettajan kanssa
 - Pääaineen opintoja _____ op.
 - Sivuaineen opintoja _____ op.
- Työstän vaihdossa gradua ja suoritan opintoja (min. 15 op/lukukausi)
- Suoritan osana vaihtoa 4 viikon soveltavan harjoittelun 5 op.



1.6. Hakukelpoisuus ja valintaperusteet

Hakukelpoisuus

- Tutkintorakenteen mukainen opintojen suunnitelmallinen eteneminen kotiyliopistossa
- Riittävä kielitaito (B1/B2/C1) kohteesta riippuen joko englannissa tai kohde-maan kielessä

Valintaperusteet

- Opintosuunnitelma
 - Mielekäs sisältö & suunnitelmallinen hyväksiluku
 - Minimi 25 ECTS / lukukausi
 - Vaihtosopimuksen mukaisia opintoja
- Motivaatio
- Opintomenestys

1.7. Lapin yliopiston haku + liitteet

Lapin yliopiston haussa valitaan hakijoista ne opiskelijat, jotka pääsevät hake-maan kohdeyliopistoon. Lopullisen hyväksynnän tekee aina kohdeyliopisto, jolla on oikeus myös hylätä hakija. Lapin yliopiston haussa opiskelija täyttää sähköisen hakemuksen SoleMOVE-järjestelmässä. Opiskelijat kirjautuvat jär-jestelmään Lapin yliopiston käyttäjätunnuksilla.

SoleMOVE:en täytetään opiskelijan perustiedot ja opiskelijatunnus (kandi/maisteri), suunniteltu vaihtoajankohta, suoritettavat opinnot, toivotut vaihto-kohteet mielekkyyssjärjestyksessä (voit listata enintään kolme kohdetta) sekä seuraavat pakolliset liitteet:

- Opintosuunnitelma (Learning Agreement Before the Mobility)
- Lapin yliopiston opintosuoritusote (Transcript of Records)
- Motivaatiokirje (Motivation Letter)
- Kielitaidon todentaminen (Certificate of Language Proficiency)
- Ulkomaanjakson aikana huomioitavaa -lomake

HUOMIO! Taiteiden opiskelijoiden ei tarvitse liittää portfolioa vielä Lapin yliopiston hakuun!

Opintosuunnitelma eli Learning Agreement on dokumentti, johon kirjaat suunnittelemasi kohdeyliopiston kurssit koko vaihdon ajalle sekä Lapin yliopiston tutkintoon hyväksiluettavaksi suunnittelemasi kurssit tai kokonaisuuden. Ensimmäisessä hakuvaiheessa riittää, että opintosuunnitelma on alustava, joten siihen ei tarvitse allekirjoituksia. Tee opintosuunnitelma Learning Agreement Before the Mobility -dokumenttipohjalle, jonka löydät kansainvälistymispalveluiden nettisivuilta. Jokaista hakukohdetta varten laaditaan oma Learning Agreement Before the Mobility. SoleMOVE -järjestelmään voi ladata vain yhden dokumentin, joten tallenna Learning Agreementit yhdeksi tiedostoksi.

Opintosuoritusote, jonka voit ladata itsellesi Pepistä.

Motivaatiokirje (statement of purpose, motivation letter) on dokumentti, jossa perustelet miksi haluat vaihtoon ja miksi juuri valitsemaasi korkeakouluun. Voit kirjoittaa motivaatiokirjeen suomeksi. Jokaista hakukohdetta varten laaditaan oma osuus motivaatiokirjeeseen. Motivaatiokirjeen ohjepituus on enintään yksi A4 / kohde.

Kerro motivaatiokirjeessä:

- Miksi juuri sinut tulisi valita vaihto-opiskelijaksi kyseiseen yliopistoon ja miksi haluat opiskelemaan sinne?
- Mitä alaa ja millaisia opintoja aiot kohdeyliopistossa opiskella? Miten aiot sisällyttää suorittamasi opinnot omaan tutkintoosi Lapin yliopistossa? Onko kyseessä esim. pää- vai sivuaineopinnot?
- Mitä lisäarvoa kohdeyliopiston opinnot tuovat kotimaiseen tutkintoosi tai miten ne edesauttavat urakehitystäsi?
- Voit kertoa myös kielitaidostasi tai muista saavutuksistasi tai mahdollisesti aiemmasta kansainvälisestä kokemuksesta.

Kielitaidon todentamisen voit tehdä:

A Opintosuoritusotteella:

- Kielitaito todennetaan ensisijaisesti opintosuoritusotteella, josta tulee näkyä Lapin yliopistossa suorittamasi kurssi ja sen taso. Jos olet parhaillaan suorittamassa kyseistä kurssia, oma ilmoituksesi suoritusaikataulusta riittää (liite ladattava SoleMOVE:en).
- Virallisen kielitestin tai opettajan lausunnon voi toimittaa valinnan jälkeen sovitulla aikataululla.

- B** Joissain kohteissa käy myös ylioppilastodistus tai lukion päättötodistus, mikäli saavutettu arvosana on riittävän korkea (magna cum laude tai parempi).

C Virallisella kielitestillä:

- Jotkut yliopistot vaativat opiskelijoilta standardoidun kielitestin tuloksen (TOEFL tai IELTS Academic).
- Tarkemmat ajat ja lisätietoja kielitesteistä löytyy Internetistä.
www.ets.org/toefl / www.fulbright.fi / www.ielts.org / www.finnbrit.fi

D Opettajan lausunnolla:

- Mikäli et voi todentaa kielitaitoasi yllä mainituilla tavoilla, voit pyytää vieraan kielen opettajalta arviota omasta kielitaidostasi.
- Muista, että kielitodistusten kirjoittaminen on kielten opettajille täysin vapaaehtoista.
- Jos opettaja ei tunne sinua, eikä voi arvioida kielitaitoasi, voit kohteliaasti pyytää häneltä mahdollisuutta osallistua haastatteluun, jonka perusteella hän tekee arvion.
- Huomaathan, että opettajan lausunto ei välttämättä riitä todentamaan kielitaitoasi kohdeyliopistolle.

2. VAIHTOON LÄHTÖ

2.1. Lapin yliopiston valinta

- Yliopiston vaihtopaikat päätetään Kansainvälistymispalveluissa.
- Päätökset perustuvat yhteisiin valintaperusteisiin.
- Päätökset tehdään kuukauden sisällä hakuajan päättymisestä.
- Opiskelija saa tiedon päätöksestä SoleMOVE-järjestelmän kautta sähköpostilla.

Kuukauden sisällä päätöksestä:

A Vahvista vaihtosi SoleMOVE-järjestelmässä "I Confirm" -toiminnolla, jotta vaihtoprosessisi jatkuu.

TAI

B Peru vaihtosi SoleMOVE-järjestelmässä (Tässä vaiheessa vaihdon voi vielä perua ilman peruutusmaksua. Myöhemmin peruutuista vaihdoista laskutetaan 100 € peruutusmaksu).

HUOMIO! Mikäli jätät vaihtosi vahvistamatta tai perumatta kuukauden sisällä päätöksestä (Acceptance Information Sent-tilaan), tulkitsemme prosessin keskeytyneeksi ja vaihtosi peruuntuneeksi. Myös tässä tapauksessa laskutetaan 100 € peruutusmaksu.





2.2. Lähtöorientaatio

Lähtöorientaatiossa käydään läpi vaihtoon lähdön loppuprosessi vaihe vaiheelta. Osallistu Outgoing orientaatioon Moodlessa.

Lähtöorientaation teemat ovat:

- 1 Prosessi: nominaatio, hakuohjeet ja käytännön järjestelyt
 - 2 Opintosuunnitelma ja apuraha
 - 3 Vaihdon aikana ja vaihdon jälkeen
 - 4 Kansainvälinen osaaminen
 - 5 Kokemusten jakaminen
-

2.3. Nominaatio ja haku vaihtoyliopistoon

Kun olet vahvistanut vaihtosi, kansainvälistymispalvelut nominoivat sinut kohdeyliopistoon. Nominaatio on kotiyliopiston virallinen esitys vaihdostasi vastaanottavalle yliopistolle. Nominointi tapahtuu vastaanottavien yliopistojen aikataulujen mukaisesti, ja saat kansainvälistymispalveluista tiedon, kun nominaatio on omalta osaltasi tehty. Tyypillisesti syksyllä vaihtoon lähtevät nominoidaan vaihtoa edeltävänä keväänä ja keväällä vaihtoon lähtevät sitä edeltävänä syksynä. Euroopan ulkopuolisiin kohteisiin nominaatio tehdään aina edellisenä keväänä, mikäli vastaanottava yliopisto sen sallii. Nominaation jälkeen voit odottaa hakuohjeita joko kansainvälistymispalveluista tai suoraan kohdeyliopistosta.

2.4. Haku vaihtoyliopistoon ja valinta

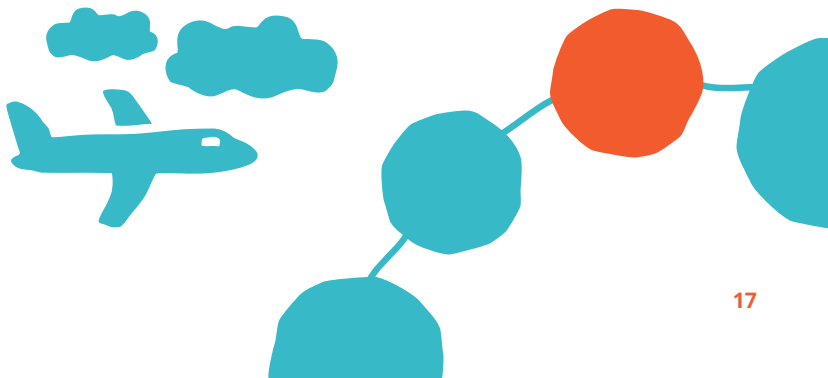
Hyväksytyt opiskelijat hakevat vastaanottavaan korkeakouluun kyseisen korkeakoulun hakuprosessin mukaisesti. Suunnittelijat ovat yhteydessä opiskelijoihin hakuaikojen mukaisessa järjestyksessä, joten älä hermostu, vaikka joutuisit odottamaan. Odottaessasi ohjeita ole aktiivinen ja tutustua kohdeyliopiston kurssivalikoimaan, asuntojärjestelyihin, hakukäytänteisiin, jne. Näin olet jo perillä asioista, kun tulee aika täyttää hakemus.

Muista vaihtoyliopiston haussa:

- Odota hakuohjeita kohdeyliopistosta tai kansainvälistymispalveluista.
- Tarkista opintosuunnitelmasi! Päivitä tarvittaessa Learning Agreement Before the Mobility -lomake ja pyydä siihen suunnittelijan allekirjoitus. Liitä allekirjoitettu LA Before the Mobility kohdeyliopistoon hakuun riippumatta kohteen vaatimuksista.

Vaihtoyliopiston valinta:

- Päätöksen hyväksynnästä tai hylkäyksestä tekee vastaanottava korkeakoulu.
- Saat päätöksen kohdeyliopistolta yleensä sähköpostilla aikaisintaan kuukausi haun päättymisen jälkeen.
- Vasta hyväksymispäätös kohdeyliopistosta varmistaa vaihto-opiskelupaikan.
- Voit hakea apurahaa SoleGRANT-järjestelmässä vasta hyväksymispäätöksen saamisen jälkeen.
- Pyydä myös kolmen osapuolen allekirjoittama LA Before the Mobility ja tallenna dokumentti SoleGRANT-järjestelmään. Se vaaditaan, ennen kuin apurahasi saadaan maksuun.



2.5. Vaihdon rahoitus

Kaikki Lapin yliopiston vaihtosopimusten kautta vaihtoon lähtevät opiskelijat ovat oikeutettuja vaihto-ohjelman mukaiseen apurahaan. Tarkempi ohjeistus apurahoista annetaan lähtöorientaation yhteydessä ja lisätietoja löydät myös kansainvälistymispalveluiden [www-sivuilta](http://www.sivuilla). Kun ulkomailla tapahtuva opiskelu sisältyy Suomessa suoritettaviin opintoihin, vaihtoon lähtevä opiskelija voi saada Kela:n myöntämät opiskeluun liittyvät etuudet.

Tarkistathan viimeisimmän tiedon suoraan Kela:n sivuilta: www.kela.fi

2.6. Vaihdon peruminen ja peruutusmaksu

Vaihtoprosessi on pitkä ja vaatii työtä ja sitoutumista opiskelijalta, mutta myös paljon resursseja yliopistoilta. Jos perut vahvistetun vaihtosi, sinulta veloitetaan peruutusmaksu 100 euroa. Peruutusmaksu veloitetaan myös silloin, jos jätät vaihtosi vahistamatta/perumatta kuukauden kuluessa päätöksestä. Peruutusmaksua ei veloiteta ns. pätevästä syystä johtuvista peruutuksista, kuten sairauden, raskauden tai asevelvollisuuden vuoksi. Peruutusmaksu peritään automaattisesti, jos et perustele syytä vaihdon perumiselle.

Kenelle ilmoitan vaihdon peruuntumisesta?

- Ilmoita vaihdon peruuntumisesta välittömästi suunnittelijalle yliopiston kansainvälistymispalveluihin (outgoing@ulapland.fi)
- Jos hakupaperisi on jo lähetetty tai vaihtosi on jo alkanut, ilmoita myös kohdekorkeakouluun peruutuksesta!

2.7. Ilmoittautuminen kotiyliopistoon ja ylioppilaskunnan jäsenmaksu

Lukukausi-ilmoittautuminen

- Jokaisen vaihtoon lähtevän on ilmoittauduttava läsnäolevaksi opiskelijaksi vaihtonsa ajaksi.
- Mikäli opiskelija ei ilmoittaudu määräaikana, hän menettää opiskeluoikeuden sekä oikeuden opintotukeen.
- Opiskeluoikeuden palauttamiseksi opiskelijan tulee maksaa uudelleenkirjautumismaksu 35 euroa (OPM asetus 20.6.2007) sekä ylioppilaskunnan jäsenmaksu.
- Ylioppilaskunnan jäsenmaksu on vaihdon ajalta pakollinen.



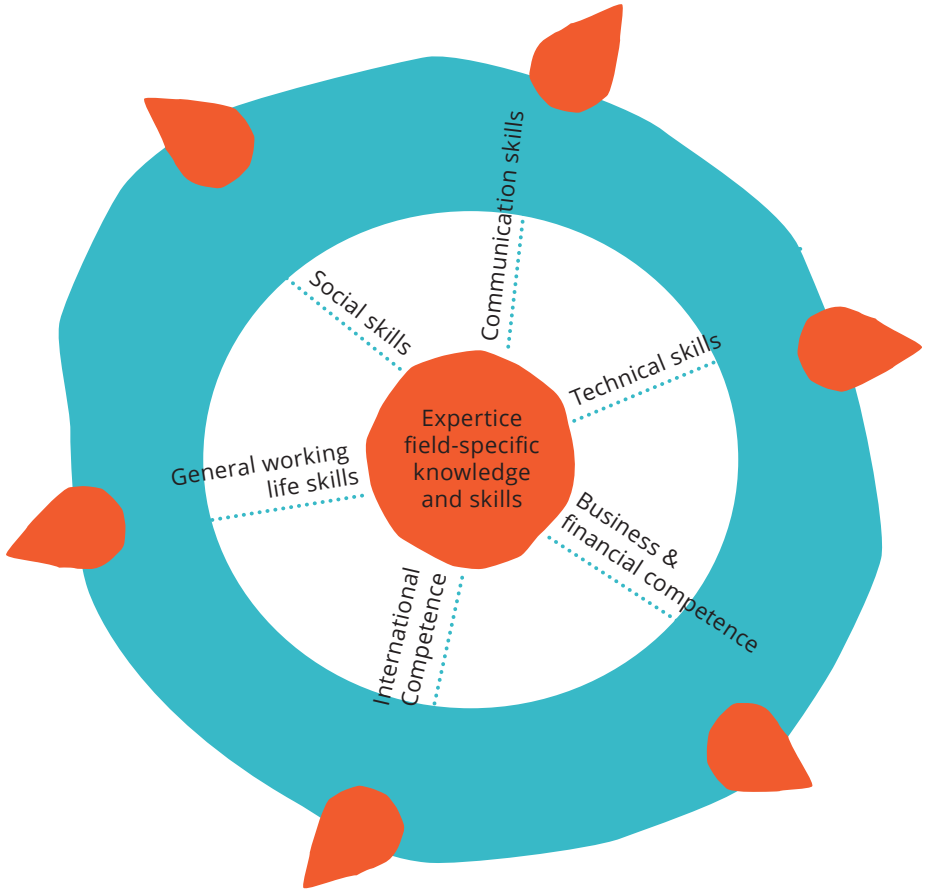
3. KANSAINVÄLISYYSSOSAAMINEN

Vaihto-opiskelu on oiva tapa kartuttaa omaa kansainvälisyysosaamista ja oppia lisää itsestäsi. Toisinaan osaamisen tunnistaminen ja sanoittaminen voi kuitenkin olla haastavaa ja siksi olemmekin koonneet työkalupakin, jonka avulla pystyt hahmottamaan kansainvälistä osaamistasi ja päivittämään CV:si. Työkalupakki sisältää erilaisia testejä sekä webinaareja, joita voit tehdä itsenäisesti itsellesi sopivana ajankohtana. Lisäksi voit osallistua osaamisen tunnistamiseen ja sanoittamiseen keskittyvään työpajaan ennen ja/tai jälkeen vaihtosi.

Oheisen osaamispyyrän työkalupaketin löydät kokonaisuudessaan moodlen lähtöorientaatiotyötilasta (Outgoing Orientation). Halutessasi voit jo vaihtoa suunnitellessa ja motivaatiokirjettä kirjoittaessa hyödyntää esimerkiksi Erasmus skills -testiä: <https://assessment.erasmusskills.eu/> sekä oheista competence circle -työkalua vaihdon tavoitteiden tunnistamiseksi.



MY GLOBAL COMPETENCE



- 1 List in the inner circle the skills and strengths you already have.
- 2 List in the outer circle the skills that you want to improve/ achieve, personal qualities you want to strengthen or develop.
- 3 List in the arrows ways of achieving your goals.



[#myglobaldiary](#)

4. JAA KOKEMUKSIASI – MY GLOBAL DIARY!

Vaihtokokemuksesi oli varmasti ainutlaatuinen! Jakamalla omia kokemuksiasi autat ja innosta vaihtoa suunnittelevia opiskelijakollegoitasi heidän tulevissa seikkailuissaan! Muista jakaa vaihtokohteesi vinkit myös SoleMOVESSA!

1. TAG US ON INSTAGRAM

The easiest way to share experiences, pictures and videos from your exchange is to tag [@myglobaldiary](#) so that we can re-share your content!

2. TAKE-OVER ON INSTAGRAM

If you would like to share a week or a day from your exchange or tell about your other experiences on Instagram, you can either email us: outgoing@ulapland.fi or contact us on Instagram [@myglobaldiary](#)!

3. VISIT OUR PODCAST

We are also hosting [My Global Diary](#) -podcast, where we are discussing about different kinds of topics like tutoring, culture shock, exchange experiences and differences between universities in different countries. We would love to have you as a guest, so if you have any topics in mind let us know!

4. WRITE OR FILM YOUR OWN EXCHANGE STORY

The website of University of Lapland has already some internationalisation stories, so if you would like to share your story either on a written form or perhaps do a video, that would be great!

5. BECOME AN AMBASSADOR

Would you like to inspire people on their internationalisation journey, practice your social media skills and create content for different channels? Become a My Global Diary -ambassador! We are recruiting new ambassadors twice a year, and as an ambassador you get to use your social media skills, develop important career skills for the future and inspire other students in their internationalisation journey.



My
global
Story

My global Story



LAPIN YLIOPISTO
UNIVERSITY OF LAPLAND