

fab CONNECT her

Future Female
Innovators In STEAM



Cofinanciado pela
União Europeia

Força na comunidade

Construir suporte de redes pares no STEAM

Esta atividade ajuda mentorados a conectarem-se com os seus pares, partilhar experiências, e ajudarem-se uns aos outros nas suas jornadas do STEAM. Ao construir uma rede de suporte forte, mentorados conseguem aprender entre si, ultrapassar desafios, e celebrar sucessos juntos.

Através de partilha de experiência e parcerias de pares, esta atividade promove um sentimento de pertence e resiliência na comunidade STEAM.

Processo:

1. Introdução a Suporte de Pares (5 minutos)

- Aprende porquê suporte de parte é importante no STEAM, especialmente para mulheres e grupos sub-representados.
- Discute como partilhar sabedoria e experiências ajuda a construir confiança e resiliência.

2. Experiência Círculos de Partilha (10 minutos)

- Forma pequenos grupos (ou reflete individualmente).
- Cada pessoa partilha uma experiência relacionada com o STEAM, desafio, ou sucesso.
- Pratica audição ativa e oferece feedback construtivo a cada pessoa.

3. Suporte de Parcerias de Par (10 minutos)

- Faz pares com mentorados e um parceiro de suporte para regularmente verificar e encorajar cada um.
- Partilha objetivos, progresso, e dicas de como ultrapassar obstáculos.
- Se trabalhares sozinho, identifica um par ou mentor que te podes conectar para suporte.

4. Reflexão (5 minutos)

- Reflete em como os benefícios de suporte de pares e como pode fortalecer a tua jornada STEAM.
- Discute ou escreve formas de ficar conectado e continuarem a ajudar cada um ao longo do tempo.

Ao participar nesta atividade, mentorados vão desenvolver conexões duradouras, aprender através de experiências partilhadas, e sentirem-se empoderados numa comunidade de suporte do STEAM.

