



WESTEM

MATERIAL OCH RESURSER

Innehållsförteckning

1.1. Material om mentorskap	1
a. Artiklar med tips till mentorer	1
b. Färdigheter för mentorskap	2
c. Material och mallar för mentorsessionerna	3
2. Resurser om kvinnor inom STEM	5
3. Utmaningar och hinder för kvinnor inom STEM	7
4. Karriärförtroende	10
5. STEM-löneskillnad mellan könen	11
6. Sociala och kulturella faktorer för kvinnor inom STEM	13
7. Inspirationer för kvinnor inom STEM	14
8. Resurser för universitet	16
9. Nätverk för kvinnor inom STEM	17



**Funded by
the European Union**

1. Material om mentorskap

a. Artiklar med tips till mentorer

Vad krävs för att vara en bra mentor? Är du nervös över att vara mentor för första gången? Här hittar du en mängd användbara tips för mentorer samt inspirerande TedTalks om mentorskap.

Typ av resurs	Titel	Länk
Artikel	15 experttips för förstagångsmentorer	https://www.togetherplatform.com/blog/how-to-mentor-someone
Artikel	5 användbara tips för en förstagångsmentor	https://www.get.mentoringcomplete.com/blog/5-useful-tips-for-a-first-time-mentor
Artikel	5 råd om att vara en effektiv mentor inom STEM-områden	https://builtin.com/women-tech/5-advice-effective-stem-mentor
Artikel	Tio tips till mentorer	https://www.science.org/content/article/top-10-tips-mentors
Video	10 bästa TedTalks om mentorskap	https://www.growthmentor.com/blog/ted-talks-on-mentorship/
Artikel & videor	Hur man bygger en framgångsrik mentorrelation	https://www.togetherplatform.com/blog/how-to-build-a-successful-mentor-relationship
Artikel	Ingredienser för ett framgångsrikt mentorskapsförhållande	https://girlsintech.org/ingredients-for-a-successful-mentoring-relationship/

b. Färdigheter för mentorskap

Några användbara resurser som fokuserar på färdigheter för mentorer, såsom självtester, checklistor, ämnen att diskutera och råd om aktivt lyssnande.

Typ av resurs	Titel	Länk
Självtest	Mentorskapskompetensbedömning (MCA)	https://uwmadison.co1.qualtrics.com/jfe/form/SV_5jMT4fhemifK01n?Q_JFE=qdg
Artikel	Checklista för mentorskap: Tips för att få ut det mesta av varje session - En lista över åtgärder som mentorer bör vidta före, under och efter varje möte eller mentorsession.	https://www.togetherplatform.com/blog/mentoring-checklist
Artikel	Vad är aktivt lyssnande?	https://www.verywellmind.com/what-is-active-listening-3024343
Bloggartikel	8 Mentorskapsämnen att diskutera som mentor eller adept	https://www.indeed.com/career-advice/career-development/mentoring-topics

c. Material och mallar för mentorsessionerna:

Några mallar och verktygssatser att använda under mentorsessionerna.

Typ av resurs	Titel	Länk
Mall	L.E.A.D Mentor/Adept för diskussionsmallar & aktiviteter	<u>mentor_mentee_discussion_templates_activities.pdf</u>
Mall	5 mallar för mentorsessionens agenda	<u>(Masterlist) Mentorsession agenda templates.pdf</u>
Mall	Mall för mentorskapsplan	<u>MentoringPlanMall.docx</u>
Mallar och formulär	Mentorprogram verktygslåda	<u>Mentorprogram verktygslåda blanketter booklet.pdf</u>
Bloggartikel	Mentorskapsaktiviteter: 17 exempel att prova på ditt nästa möte	<u>https://www.togetherplatform.com/blog/mentoring-activities-to-try</u>
Bloggartikel	Mentorskapsprogramidéer: 20+ mentorskapsaktiviteter som låser upp nya perspektiv och uppmuntrar till effektiv diskussion	<u>https://www.togetherplatform.com/blog/15-mentorship-program-ideas</u>
Offentliggörande	75 SAKER ATT GÖRA MED DINA MENTEES: Praktiska och effektiva utvecklingsidéer du kan prova.	<u>https://my.lerner.udel.edu/wp-content/uploads/75-Things-To-Do-With-Your-Mentees.pdf</u>

Typ av resurs	Titel	Länk
Bloggartikel	11 idéer och tips för kreativa mentorskapsprogram 2023	https://teambuilding.com/blog/mentorship-program-ideas
Bloggartikel	Intressanta mentorskapsaktiviteter att prova med dina adepter	https://trafft.com/mentoring-activities/
Bloggartikel	10 viktiga mentorsämnen för en fantastisk upplevelse	https://mentorcruise.com/blog/10-key-mentoring-topics-great-experience/

2. Resurser om kvinnor i STEM

Hur kan vi stödja kvinnor i STEM och hur skulle fler kvinnor i STEM gynna samhället i dess helhet? Läs om kvinnor inom STEM och bli inspirerad!

Typ	Titel	Länk
Artikel	6 saker som framgångsrika kvinnor inom STEM har gemensamt	https://hbr.org/2018/04/6-things-successful-women-in-stem-have-in-common
Artikel	Det är därför vi behöver kvinnor i STEM, förebilder	https://www.vorsers.com/women-stem/#
Blogg/artikel	Vi behöver fler tjejer och kvinnor inom vetenskapen. På vilka tre sätt kan vi stödja dem?	https://blogs.worldbank.org/education/we-need-more-girls-and-women-science-what-are-three-ways-which-we-can-support-them
Artikel	Fler kvinnor i STEM-jobb skulle gynna hela samhället	http://www.nordiclaborjournal.org/nyheter/news-2021/article.2021-03-24.3182850771
Artikel	Länder med mindre jämställdhet har fler kvinnor inom STEM--va?	https://blogs.scientificamerican.com/voices/countries-with-less-gender-equity-have-more-women-in-stem-huh/

Typ	Titel	Länk
Blogg/artikel	The Untold History of Women in Science and Technology -Amerikanska kvinnor i historien	https://obamawhitehouse.archives.gov/women-in-stem
Artikel	Forskning: Women's participation in STEM occupations (På engelska: Research: Women's participation in STEM occupations)	https://stories.thriveglobal.gr/ereyna-i-symmetochi-ton-gynaikon-sta-epaggelmata-stem/
Artikel	Till alla kvinnor inom STEM: Följ med på resan	https://www.frederick.ac.cy/women-in-STEM/el/
Offentliggörande	KÖNSKLIPPET I STAMUTBILDNING	https://drive.google.com/file/d/1o-dZYIPpvEN_waF3yQ5tWMc9l8Tgikub/view?usp=share_link
Publicering/rapport	Lösa ekvationen: Variablerna för kvinnors framgång inom teknik och datoranvändning	Solving-the-Equation-report-nsa.pdf
Projekt/onlinaplattform	FemSTEM Coaching – Onlinecoaching med syfte att stödja kvinnor som gör karriärer inom STEM-industrin eller vill återvända till STEM.	https://femstem.eu/e-coaching-programme/

3. Utmaningar/hinder för kvinnor inom STEM

Vad är jämställdhetsparadoxen, hur är det att vara kvinna i ett mansdominerat område och varför är kvinnor fortfarande underrepresenterade inom STEM? Läs om de hinder och utmaningar kvinnor inom STEM möter.

Typ av resurs	Titel	Länk
Artikel	"Var självsäker!" - Hur man lockar fler unga kvinnor till STEM-yrken	https://www.iab-forum.de/seid-selbstbewusst-wie-sich-mehr-junge-frauen-fuer-mint-berufe-gewinnen-lassen/
Artikel	Hur kvinnor blir bortskämda för att njuta av STEM-ämnen	https://www.spektrum.de/kolumne/frauen-wuerden-mint-faechern-nutzen-aber-sexismus-und-rollenklischees-halten-sie-ab/1668960
Youtube video	Vad som krävs för att vara en kvinna i STEM Fatima AlKaabi	https://youtu.be/waD95VUbWC0
Youtube video	Kvinnliga ingenjörer delar erfarenheter på ett mansdominerat område	https://youtu.be/WBdNfOJ5vMY
Youtube video	Varför lämnar så många kvinnor sin karriär inom STEM? Prasha Dutra TEDxWilsonPark	https://youtu.be/kA08vfoZAJY
Youtube video	"Jämställdhetsparadoxen" inom STEM-områden – BBC Newsnight	https://youtu.be/tn3yqmiwKAK

Typ av resurs	Titel	Länk
Artikel	3 största hindren för kvinnor inom STEM	https://www.bestcolleges.com/blog/barriers-for-women-in-stem/
Artikel	Varför är kvinnor fortfarande underrepresenterade inom STEM?	https://www.redlinegroup.com/insights/why-are-women-still-underrepresented-in-stem-13201615194
Artikel	STEM Gap: Kvinnor och flickor i naturvetenskap, teknik, teknik och matematik	https://www.aauw.org/resources/research/the-stem-gap/
Artikel	Varför finns det så få kvinnor inom STEM?	https://www.wgu.edu/blog/why-are-there-so-few-women-in-stem1907.html#close
Artikel	Varför så få	varför-så-få-forskning.pdf
Artikel	Variablerna för kvinnors framgång inom teknik och datoranvändning Lösning av ekvationen Christianne Corbett, M.A., AAUW seniorforskare Catherine Hill, Ph.D., AAUW Vice President of Research	https://www.aauw.org/app/uploads/2020/03/Solving-the-Equation-report-nsa.pdf

Typ av resurs	Titel	Länk
Artikel	Knäcker koden: utbildning för flickor och kvinnor inom naturvetenskap, teknik, teknik och matematik (STEM)	https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000253479
Artikel	Sluta berätta för kvinnor att de har imposter-syndrom	https://hbr.org/2021/02/stop-telling-women-they-have-imposter-syndrome
Artikel	Imposter syndrom	https://www.thegist.edu.au/students/careers-in-stem/imposter-syndrome/

4. Karriärförtroende

Hur kan vi stärka kvinnor i deras STEM-roll och stärka dem i deras karriär?

Typ av resurs	Titel	Länk
Artikel	8 karriärtips för kvinnor inom STEM	https://www.absolventa.de/karriereguide/berufseinstieg/frauen-in-mint
Youtube video	Hur man engagerar fler tjejer i STEM	https://youtu.be/QqSKBRCVvPM
Offentliggörande	7 tips från kvinnor inom STEM på Interior	https://www.doi.gov/blog/7-tips-women-stem-interior
Artikel	Hur man attraherar och behåller kvinnor i STEM-karriärer	https://www.simplilearn.com/how-to-attract-and-retain-women-in-stem-careers-article
Offentliggörande	Tio enkla regler för att stärka kvinnor i STEM	https://journals.plos.org/ploscompbiol/article?id=10.1371/journal.pcbi.1010731
Artikel	Hur kan vi främja jämställdhet inom STEM	https://gearingroles.eu/international-day-of-women-and-girls-in-science-how-can-we-promote-gender-equality-in-stem/

5. STEM-löneskillnad mellan könen

Vilka är några av orsakerna bakom löneskillnaderna mellan könen inom STEM och hur tacklar vi det?

Typ av resurs	Titel	Länk
Artikel	Könsgap i STEM-yrken – var kommer det ifrån och hur kan det täppas till?	https://goodjobs.eu/blog/article/gender-gap-in-mint-berufen-woher-kommt-sie-und-wie-lasst-sie-sich-schliessen
Artikel	Löneskillnaden mellan könen i STEM	https://www.stemwomen.com/the-gender-pay-gap-in-stem
Artikel	Vad ligger bakom lönegapet i STEM-jobb?	https://www.gsb.stanford.edu/insights/whats-behind-pay-gap-stem-jobs
Offentliggörande	Förtroendegapet förutspår löneskillnaden mellan könen bland STEM-utexaminerade	https://www.pnas.org/doi/10.1073/pnas.2010269117
Artikel	STEM-jobb Se ojämna framsteg när det gäller att öka kön, ras och etnisk mångfald	https://www.pewresearch.org/science/2021/04/01/stem-jobs-see-uneven-progress-in-increasing-gender-racial-and-ethnic-diversity/
Offentliggörande	Förklara löneklyftan mellan könen i STEM: Spelar fältsexsammansättning någon roll?	https://www.jstor.org/stable/10.7758/rsf.2016.2.4.07

Typ av resurs	Titel	Länk
Artikel	STEM-ledarna har talat: Det är dags att vi erkänner och tar itu med löneskillnaderna mellan könen	https://www.cooperlomaz.co.uk/blog/view/214/stem-gender-pay-gap
Offentliggörande	De ekonomiska fördelarna med jämställdhet i Europeiska unionen: Hur jämställdhet i STEM-studier leder till ekonomisk tillväxt	https://eige.europa.eu/sites/default/files/documents/ta_oikonomika_ofelitis_isotitas_ton_fylon_stin_eyropaiki_enosi_pos_i_isotita_ton_fylon_stis_spoydes_stem_odigei_se_oikonomiki_an_ptyxi.pdf
Forskning	Löneskillnaderna mellan könen i STEM-ämnena	https://www.openpolis.it/esercizi/il-divario-di-genere-nelle-materie-stem/

6. Sociala och kulturella faktorer för kvinnor inom STEM

I det här avsnittet hittar du artiklar och videor om hur olika sociala och kulturella faktorer påverkar kvinnor inom STEM.

Typ av resurs	Titel	Länk
Artikel	Mer utbildad, mer upptagen? I STEM är det mindre värt	https://www.ingenerere.it/news/piu-istruite-piu-occupate-nelle-stem-vale-meno
Artikel	Varför är kvinnor underrepresenterade i tekniska ämnen?	https://www.welt.de/debatte/kommentare/article237775029/MINT-Berufe-Warum-sind-Frauen-in-technischen-Studienfaechern-unterrepraesentiert.html
Video	Varför kvinnor har svårt i STEM-ämnen	https://www.zdf.de/nachrichten/panorama/mint-faecher-studentinnen-mathematik-informatik-naturwissenschaften-100.html
Video	Varför vi behöver fler kvinnor inom tekniken	https://www.youtube.com/watch?v=Wa_3ftcbf-I
Bokkapitel	Sociala och kulturella faktorer för kvinnor i STEM	Sociala+och+kulturella+faktorer+för+kvinnor+i+STEM+kapitel+exempel.pdf
Offentliggörande	Genus och sociala hinder för STEM-utbildning och utbildning	https://www.savethechildren.it/cosa-facciamo/pubblicazioni/barriere-sociali-e-di-genere-alla-formazione-educazione-stem

7. Inspirationer för kvinnor inom STEM

Låt oss inspireras av kvinnliga förebilder inom STEM och hur de banar väg för nästa generation av tjejer och kvinnor inom området.

Typ av resurs	Titel	Länk
videoklipp	Inspirerande kvinnliga förebilder	http://nowmooc.eu/index.php/inspiring-female-role-models/
Video porträtt	Hur deras innovativa app digitaliserade ställningar. Uppfinnare Jeanette Spanier.	https://www.innovative-frauen.de/videoportraits/jeanette-spanier-geruestbau-app
Youtube video	Kvinnor i STEM 2023	https://youtu.be/PbyKKD7mvpA
Youtube video	Kvinnor inom vetenskapen som förändrade världen	https://youtu.be/W53Ks824GTA
Artikel	Innovativa material för framtidens energi	https://greekwomeninstem.com/gr/new-materials-for-the-future-of-energy/
Artikel	T-lymfocyter, cancerkämparna... från akademien till industrin!	https://greekwomeninstem.com/gr/t-cells-the-cancer-fighters-from-academia-to-industry/
Blogg/artikel	Grekiska kvinnor i STEM: Kvinnor värda att veta	https://ampa.lifo.gr/gunaikes/greek-women-in-stem-gynaikes-poy-axizeina-gnorizeis/

Typ av resurs	Titel	Länk
Blogg/artikel	"Fysisk kemi är inte för kvinnor" - Grekiska kvinnor som utmärker sig utomlands pratar om STEM-området	https://www.vice.com/el/article/v7eaxy/h-fysikoxhmeia-den-einai-gia-gynaikes-ellhnides-poy-diaprepoynto-e3wteriko-miloyngia-ton-kladotwn-stem
videoklipp	Inspirerande föredrag från kvinnor som tänjt på gränserna inom sitt område och banar väg för nästa generations tjejer att förtjäna sin plats i traditionellt mansdominerade yrken.	https://www.ted.com/playlists/723/how_to_nurture_brilliant_women_in_stem
Video	Om likheterna mellan kvinnliga hajar och kvinnor i STEM - och varför de två borde få mer tid i rampljuset. Biolog Melissa Marquez	https://www.ted.com/talks/melissa_marquez_what_sharks_taught_me_about_being_a_scientist
Video	Kvinnors historia och framtid inom STEM. Natalia Holt	https://www.ted.com/talks/nathalia_holt_the_history_and_future_of_women_in_stem
Artikel	Joan Murrell Owens och hennes knappkoraller Inspirerande stamsvarta kvinnor	https://ocean.si.edu/human-connections/careers/joan-murrell-owens-and-her-button-corals

8. Resurser för universitet

För att inkludera och välkomna fler tjejer och kvinnor i STEM måste universiteten också anstränga sig. Här är några material, resurser och verktyg som självbedömningar för lärare inom STEM-området.

Typ av resurs	Titel	Länk
Verktyg	W-STEM Self-assessment Matrix Instrument för att analysera, kvantitativt, det aktuella tillståndet för varje universitet när det gäller indikatorer på tillgång, attraktion, vägledning och kvarhållande av kvinnor i STEM-program. Instrumentet är baserat på SAGA Indicator Matrix som finns tillgänglig i SAGA Toolkit av UNESCO.	https://zenodo.org/record/3594822#.YhIWq4rP2UI
Verktyg	SJÄLVBEDÖMNINGSVERKTYG för lärare som arbetar med STEM-ämnena Det här verktyget är ett sätt att upptäcka dina styrkor och svagheter som lärare när du arbetar med STEM-ämnena i klassrummet eller andra lärmiljöer (som Fablabs eller Makerspaces).	https://www.teachstem.eu/teachers-educators/
Verktyg	Läromaterial som är relevant för kvinnor inom STEM Hur gör du din undervisning mer rättvis i vardagliga praktiker? På den här sidan söker du efter konkreta verktyg som du kan experimentera i ditt klassrum.	https://browse.fairnessteaching-project.eu/?teachingActivities=Teaching

9. Nätverk för kvinnor inom STEM

Här kan du hitta ett antal nätverk för kvinnor inom STEM.

Typ av resurs	Titel	Länk
Advocacy Network	Society of Woman Engineers (förespråkande)	https://swe.org/
Advocacy Network	Advocay - Föreningen av kvinnliga ingenjörer	https://girlswhocode.com
Advocacy Network	AWIS - Föreningen för kvinnor i vetenskapen	https://www.awis.org/
Jobb/utbildning/nätverk	Nätverk för kvinnliga ingenjörer inom ledarskap, digitalisering och teknik med 1-20 års arbetslivserfarenhet	https://www.cogig.se/
Jobb/utbildning/nätverk	Googles Women Techmakers-program ger synlighet, gemenskap och resurser för kvinnor inom teknik	https://developers.google.com/womentechmakers
Utbildning/nätverk	Digital och teknisk utbildning för migranter och marginaliserade lokala kvinnor	https://www.redi-school.org/
Jobb/utbildning/nätverk	Women in Tech Network i Finland	https://womenintech.fi/