

РЕШМА САДЖАНІ

# Недосконала, проте смілива

МЕНШЕ СТЕРЕЖИСЯ, БІЛЬШЕ ЛАЖАЙ.  
ЖИВИ СМІЛИВІШЕ!

*З англійської переклала Валерія Максимець*

Київ  
BOOKSHEF  
2019

Кожній «досконалій» дівчині й жінці:  
Ви сміливіші, ніж гадаєте.



# Зміст

8

Вступ  
**НАВАЖИТИСЯ  
НА НЕМОЖЛИВЕ**

## Частина I. Як дібрат утять досконалості

25

Розділ 1  
**ЦУКОР,  
ЦИНАМОН ТА  
ІНШІ ПРЯНОЦІ**

56

Розділ 2  
**КУЛЬТ  
ДОСКОНАЛОСТІ**

71

Розділ 3  
**ДОСКОНАЛІСТЬ  
3.0: КОЛИ  
ІДЕАЛЬНА  
ДІВЧИНКА  
ДОРΟΣЛІШАЄ**

## Частина II. Сміливість — хіт сезону

111

Розділ 4  
**НОВЕ  
ВИЗНАЧЕННЯ  
СМІЛИВОСТІ**

### Частина III. Поцілуй ідеальну дівчинку: прощай

135

Розділ 5  
**На шлях до  
сміливості  
ставай**

156

Розділ 6  
**Пошкодувати,  
але зробити**

177

Розділ 7  
**Деконструкція  
потреби  
догоджати  
іншим**

195

Розділ 8  
**Грайте за  
Команду  
сміливих**

205

Розділ 9  
**Вижити  
після великої  
розгромної  
поразки**

217

**Слова подяки**

220

**Дискусійні  
питання**

## Наважитися на Немоżliве

**У** 2010 році я зробила неможливе. Балотувалася до Конгресу США у тридцять три роки без жодного досвіду роботи на виборних посадах.

З тринадцяти років я мріяла стати державним службовцем і провести реальні зміни, але убезпечувала себе, лишаючись поза політикою. Натомість я незмінно працювала в одній іменитій інвестиційній компанії. Я віддала їй довгі години своєї виснажливої праці. Я ненавиділа цю роботу, хай навіть таку високооплачувану і престижну. Лишалася там, бо думала, що це — те, що я маю робити. Щоночі й кожної вільної секунди на вихідних я займалася фандрейзингом\* і організаторськими питаннями. В цій сфері мої зусилля були цінними і ефективними, але серцем я відчувала, що хочу почати велику гру й робити великі речі.

Щодень я почувалася дедалі нікчемнішою на роботі, допоки не сягнула найвищої точки відчаю — моменту, коли зрозуміла, що час щось змінювати. Це трапилося, коли з політичних кіл Нью-Йорка до мене долетіла чутка про те, що конгресвумен

\* Фандрейзинг — процес пошуку та залучення коштів та інших ресурсів для певної організації чи проекту. — Тут і далі — прим. перекл.

з мого округу збирається звільнити своє місце після вісімнадцяти років роботи і балотуватися до сенату. Я усвідомила: ось моя злітна смуга. Особисто спитала думку кількох важливих людей: кожен з ентузіазмом сказав, що маю спробувати. Я знала, як збирати гроші, мала гарні політичні ідеї, сильний бекграунд та репутацію — було все, крім виборного досвіду. Я відчула запал уперше за довгий час. Нарешті я почала рухатися до життя державного службовця, про яке завжди мріяла, і ніщо не могло зупинити мене.

Потім трапилося *це*. Конгресвумен вирішила не звільняти свого крісла: це означало, що мені доведеться конкурувати з нею, якщо я хочу йти до кінця. Несподівано всі ті, хто підтримував мене і говорив «спробуй», почали казати: «О, ні, ні... ти не можеш висунути свою кандидатуру проти її». Вона була досвідченим системним гравцем, силою, на яку треба зважати, тож вони наполягали, що в мене жодних шансів. Я не просто втратила палку підтримку жіночої частини партійної еліти — ці жінки прямо казали мені, що це не мій час і вимагали відступити.

Але я вже зайшла надто далеко, щоб капітулювати. Ось моя мрія — рукою сягнути. Я *хотіла* цього надто сильно, аби відвернутися і втекти. Повірте, було багато таких моментів, коли я думала: *божевільна*. Але я все одно пішла на це. Я знала, що такої можливості більше не буде, тож, якщо не спробую, шкодуватиму все своє життя.

На мій подив, це стало сюрпризом і для багатьох інших людей: моя кампанія привернула увагу. Ось вона я — молода нова зірка з Південної Азії без досвіду державної служби, про яку ще вчора ніхто

нічого не знав, але люди її слухають, а кампанія збирає й збирає пожертвування. Навіть *New York Observer* і *Daily News* схвально відгукнулися про мене. Після того як дві національні газети розмістили моє фото на головній сторінці, а *CNBC* оцінила мою кампанію як одну з найзапальніших у країні, на зміну моїй обережній надії прийшла впевненість у тому, що виграю.

Коли справа дійшла до найвищої точки кипіння, виявилось, що виборці переймалися нестачею досвіду більше, ніж хтось міг би подумати. Я не просто програла: це було фіаско. Всього 19 % голосів на противагу 81 % моєї опонентки.

У цій історії найцінніше не те, що я балотувалася до Конгресу. Не те, як видовишно і нищівно я програла, і навіть не те, як я збирала себе до купи після такої публічної і принизливої поразки. Цю історію варто розказувати через той факт, що це був перший раз за все моє доросле життя, коли я зробила щось дійсно сміливе (тобто балотувалася в тридцять три роки).

Якби ви тоді поглянули на мою біографію — Єльська школа права, а за нею низка престижних робіт у корпоративному світі — ви, можливо, подумали б, що я була відважною «йде-і-перемагає». Але бути цілеспрямованою і бути сміливою — не обов'язково одне й те саме. До Єльської школи права, в якій мені відмовляли аж тричі, мене привело прагнення мати ідеальне резюме, а не сміливість. Робота в юридичній фірмі (одній з топ-5), а потім у провідній фінансовій компанії з управління активами — до цього всього я прийшла не зі справжньої любові до права чи великого бізнесу. Це було бажання ошчасливити мого тата-емігранта і здійснити його мрії. Ще

з часів, коли я була маленькою дівчинкою, завжди орієнтувалася на те, щоб бути найліпшою, тому планувала кожен свій крок так, щоб він наблизив мене до «розумної» і «компетентної» версії себе. Це, у свою чергу, відчинило мені двері до тих посад, які начебто зроблять мене розумною і компетентною. Я обрала все це, щоб зліпити «ідеальну себе», бо вірила: це — шлях до ідеального життя.

Незважаючи на те, як це виглядало зовні, до цього моменту жодне моє рішення не було справді сміливим з однієї простої причини: лише тепер на аркуші — жодної лінії. Я вперше пішла не за сценарієм і робила те, що справді мало колосальне значення для мене. Я вперше наважилася щось зробити без стовідсоткової впевненості в успіху й ризикнути втратити набагато більше, ніж просто перемогу на виборах. Я могла втратити свою гідність, репутацію і впевненість у собі. Чи змогла б я впоратися з цим?

Не я одна витрачаю своє доросле життя, просто здобуваючи посади чи займаючись проектами, які — я знаю — мені під силу. Багато жінок продовжують робити те, в чому вони будуть успішними, не полишаючи зони комфорту й впевненості в собі. Я чую це знову й знову від тисяч жінок, з якими зустрічаюся по всій країні, незалежно від раси, віку чи матеріального стану. Я чую це, розмовляючи з 24-річною вигулювачкою собак у «Старбаксі», в якій є неймовірна ідея: це революція в її сфері діяльності, але вона впевнена, що ніколи не зможе зробити цього, бо вона «слабка в бізнес-питаннях». Чую це від редакторки журналу, якій п'ятдесят вісім — я сиджу навпроти неї на заході зі збирання коштів для політичного проекту — вона каже, що нещаслива і «вигоріла» ще багато миль тому, але



не хоче йти з роботи, навіть незважаючи на свій гарний матеріальний стан. Чому? А тому що, каже вона, знизуючи плечима, «це те, на чому я знаюся». Як керівниця неприбуткової *Дівчата*, які *кодують* я бачу те саме й у своїх молодих працівницях: вони не зголошуються на проекти в тих сферах, де не мають досвіду, тоді як чоловіки стрімко і впевнено кидаються на невідомі території, ні на йоту не переймаючись можливою поразкою чи ризиком пошитися в дурні.

Є причина, чому ми, жінки, відчуваємося і поводимося саме так. Жодних біологічних детермінант: це все через те, як нас виховують. Ми, дівчата, вчимося грати безпечно ще змалечку. Виборювати всі найвищі оцінки, щоб потішити батьків і вчителів. Бути обережними і не дертися надто високо на дитячих лазанках — так ми не впадемо і не заб'ємося. Сидіти тихо і покірно, виглядати гарненько, бути поступливими, і тоді нас будуть любити. Добромисні батьки й вчителі схиляють нас до тієї діяльності, в якій ми будемо сяяти, неперевершені, водночас віднаджуючи від сфер, до яких у нас немає природних здібностей, щоб вберегти від негативних почуттів і посередніх оцінок. Звичайно, в них добрі наміри: жоден батько не захоче побачити свою доньку пораненою, зневіреною або розгубленою. Нас замотують у кокон з повітряно-бульбашкової плівки з любов'ю і турботою, тож ніхто не усвідомлює, як сильно кожен шар віддаляє нас від вміння приймати ризики і йти за мрією в майбутньому.

Хлопці ж всотують зовсім інші настанови. Їх вчать пізнавати, порушувати правила гри, розгойдуватися якнайсильніше, видряпуватися якнайвище на дитячих лазанках і падати, знаючи,

що вони принаймні спробували. Їх заохочують пробувати нове, копірситися в гаджетах та інструментах, ставати назад до гри, навіть якщо забилися. Хлопців змалечку готують до пригод і авантур. Дослідження доводять, що їм дають більший простір для самостійності, їх спонукають до доволі небезпечних видів фізичної діяльності з меншою кількістю правил і меншою допомогою від батьків. Коли хлопці стануть тинейджерами і запросять когось на побачення або ж стануть дорослими, які любляють своє перше підвищення, то виявляться готовими до цього. Хлопці вже будуть добре обізнаними з тим, як брати на себе ризик за ризиком і (в більшості випадків) зберігати спокій під час невдач. Вони дістають винагороду як визнання і схвалення за те, що спробували, навіть якщо щось пішло не так.

Іншими словами, хлопців учать *сміливості*, а дівчат — *досконалості*.

Нас змалечку винагороджують за досконалість, тож ми виростаємо жінками, які бояться невдач. Ми не ризикуємо ні в особистому, ні в професійному житті, бо боїмося, що в разі помилки будемо огуджені, засоромлені, дискредитовані, звільнені чи піддані остракізму. Свідомо чи несвідомо, з метою уникнути потенційного болю і приниження, ми стримуємо себе від того, аби спробувати щось, в чому не маємо гарантій на виграш. Якщо ми не впевнені, що виправдаємо чи перевершимо очікування, то не беремо на себе певну роль і відмовляємося від нового.

Чоловіки ж не будуть вагатись і перейматись — вони стрибають у невідомі води, не замислюючись над тим, що ж трапиться, якщо вони зазнають поразки. До прикладу: нещодавно розголосу набуло

корпоративне дослідження, в якому визначили, що чоловіки відгукуються на вакансію, якщо вони відповідають лише 60 % вимог, а жінки — тільки якщо відповідна цифра сягає 100 %.

Ми хочемо бути ідеальними ще до того, як спробуємо.

Потреба бути досконалими затримує наш поступ багатьма способами. Ми не висловлюємо своєї думки, навіть якщо в глибині душі знаємо, що треба так зробити, бо не хочемо здаватися нахабними, стервозними чи просто відштовхнути. Коли ж висловлюємо свою думку, то страждаємо і ламаємо голову над тим, як саме нам сформулювати речення так, аби й виглядати впевнено, й не вислухати звинувачень в авторитарності й агресивності. Навіть у дрібницях ми постійно аналізуємо, обговорюємо, обмірковуємо і зважуємо кожне слово, перш ніж ухвалити рішення. І якщо ми таки наважуємося і, не дай Боже, припускаємося помилки, то почуваємося так, ніби наш світ розлітається на друзки.

Утім, коли стримуємо себе через страх виглядати недостатньо хорошими чи дістати відмову, ми вбиваємо свої мрії, обмежуємо власний світ і втрачаємо нагоду стати щасливішими. Скільки пропозицій ми відхилили через страх? А скільки досвіду так і не здобули? Скільки геніальних ідей чи особистих цілей ми так і не реалізували, бо боялися зробити щось не так? Скільки разів ми ухилялися від лідерства, кажучи: «Я в цьому не найліпша»? Впевнена, що саме такий світогляд «все або ідеально, або пропало» цілком пояснює, чому жінки недостатньо репрезентовані в топ-менеджменті, керівництві, конгресі та й узагалі майже всюди, куди не глянь.

Це прагнення досконалості серйозно впливає й на наше самопочуття, адже ми втрачаємо сон, намагаючись проаналізувати навіть найменші помилки або хвилюючись, чи ніхто, бува, не образився на наші слова або дії. Прагнучи за будь-яку ціну залишатися чуйними і привітними, ми тліємо серцем і врешті втомлюємося, виснажуємося і навіть хворіємо, бо витратили надто багато часу й енергії на інших.

Щоразу, коли ми мовчимо, знаючи, що висловитися треба, чи кажемо «так», думаючи «ні», через страх не здобути прихильності, страждає наша самооцінка. Щоразу, коли ми боронимо мур глянцевої досконалості, страждають наші стосунки і серця; цей мур не дає іншим помітити наші недоліки та слабкі місця, але він і відмежовує нас від тих, кого ми любимо, і заважає будувати важливі й щирі стосунки.

Уявіть життя без страху невдачі, без страху не виправдати очікування. Життя, в якому заради «миру в усьому світі» й догоджання іншим не треба стримувати свої думки і ковтати слова, які хочеться сказати. Життя, в якому ви не мордуєте себе за звичайні людські помилки, не тримаєтеся за почуття вини і руйнівну потребу бути ідеальними, а просто *дихаєте*. Уявіть, що кожне ваше рішення — це сміливий вибір чи початок відважного шляху. Чи будете ви тоді щасливіші? Чи почнете впливати на світ саме так, як мріяли? Я впевнена: на всі запитання відповідь «так».

Я написала *«Недосконала, проте смілива»*, бо через цю гонитву за ідеальністю я дуже довго стримувала свій поступ. У тридцять три роки я нарешті дізналася, як це — бути сміливою в професійному



житті, а це навчило мене рішучості й в особистому житті. Відтоді я щодня треную свої м'язи хоробрості. Було непросто наважитися на ЕКО після трьох викиднів: кожен з них зруйнував частину мене. Чи запустити технічний стартап, нічого не знаючи про кодування (та й, власне, про стартапи). Але тепер я — неймовірно щаслива мама маленького хлопчика і людина, яка змінює світ саме так, як завжди мріяла у глибині душі.

Ми спізнаємо свободу, радість і всі інші позитивні речі або емоції, до яких так прагнемо все життя, коли відмовимося від руйнівної потреби досконалості. Чи, точніше, попросаємося зі страхом бути недосконалою. Час нам припинити здаватися, перш ніж спробувати. Якщо ми капітулюємо перед кожним викликом чи питанням, яке не можна автоматично владнати за рахунок набутого досвіду, то потрапимо в лабета фрустрації та інерції. Ми залишимося у болючих для себе стосунках, продовжимо деградувати в шкідливому для себе колі спілкування й далі працюватимемо там, де почуваємося жалюгідно. Наші гарні ідеї спочатку спалахують, а потім беззвільно згасають. Чи навіть гірше: ми з боєм спостерігаємо, як інші досягають успіху там, де — ми знаємо — мала б сяяти наша зірка. Ми щоразу марнуємо свого генія, придушуємо амбіції і шкодуємо, коли страх не дає нам спробувати щось нове, рішуче попросити про бажане, припуститися помилки чи навіть інколи пошитися в дурні.

Якщо ми обмежуємо себе утопічними рамками досконалості, то не пізнаємо, наприклад, справжнього «успіху», бо всього буде недостатньо.

А якщо ми просто промовимо: *Та пішло воно? Я скажу те, що думаю, навіть якщо їм це не подо-*

бається... зголошуся виконати таке складне для мене завдання... наважуся на радикальну зміну у своєму житті, про яку завжди тихо мріяла, але яку відкладала через страх. Яким би тоді стало наше життя?

Відпустити свій страх бути чимось меншим, ніж ідеал, — це простіше, ніж ви думаєте. Час від часу тренуйте свої м'язи хоробрості і все вийде. Ось про що ця книжка. В ній аналізується те, як нас ще в дитинстві програмують на гонитву за досконалістю і на необхідність уникати невдачі за будь-яку ціну; те, як це «дівчаче» програмування починає панувати над нами у дорослому житті. А найважливіше — в ній ідеться про те, як переналадити свою операційну систему. Ніколи не пізно. Якщо ми перестанемо гнатися за досконалістю і перепрограмуємо себе на сміливість, кожна з нас зможе наважитися на власний сценарій неможливого.

## *Чому саме я?*

Я була кандидаткою до конгресу, яка зазнала нищівної поразки, а стала поборницею жіноцтва і сміливості. Як? Гарне запитання.

Після того як я за кілька тижнів після того приниження буквально відірвала частини себе від підлоги і збрала докупи, озирнулася і подумала: *А що далі?* Копирсаючись у собі в пошуках відповіді, згадувала часи своєї кампанії, коли я гасала містом, відвідуючи, зокрема, й купу шкіл. У них я бачила класи кодування і робототехніки, вщерть