

Дениз Фоули, Эйлин Нечас

ЭНЦИКЛОПЕДИЯ ЖЕНСКОГО ЗДОРОВЬЯ

Глава 66

Ролевые модели

<http://book.zehinli.info>

Кто является для вас примером? Ваша мать? Ваш отец? Маргарет Мид, Мерил Стрип, ваш преподаватель французского, женщина, которая живет по соседству? Это может быть знаменитость или кто-то из ваших знакомых, которым вы восхищаетесь и на которого хотите быть похожей.

"Если у вас есть человек, который является для вас примером, это может оказать сильное и положительное влияние на вашу жизнь", - говорит Мишель Палуди, доктор философии, координатор программы изучения отношения женщин к наставникам, проводимой колледжем Хантера в Нью-Йорке.

Влияние таких людей распространяется на всю вашу жизнь, даже если они уходят из вашей жизни.

"Когда мне было немного больше двадцати и я чувствовала себя неуверенно в жизни, на работе я встретила женщину старше себя, которая одна растила троих детей и была, как и я, репортером, - вспоминает 39-летняя Мэри Камерон. - Она не только знала много такого, о чем я не имела представления, она была абсолютно уверена в себе. От нее я узнала, что значит быть хорошим репортером - и человеком. С годами я усвоила много черт ее характера. Иногда, когда я говорю что-нибудь, мне кажется, я слышу ее голос, как будто это она говорит".

ЧЕЛОВЕК, КОТОРЫМ ВЫ ВОСХИЩАЕТЕСЬ

Для Мэри ролевой моделью, примером для подражания стала ее подруга и наставница, а наставником мы называем человека, который

имеет влияние на нас, проявляет к нам особый интерес и помогает добиться успеха в учебе или в работе.

"У многих женщин наставник выполняет психологическую функцию, - говорит д-р Палуди. - Вашим наставником может стать женщина, успешно сочетающая профессиональную деятельность и семейную жизнь. Это может быть женщина, которая нравится вам как личность или которая успешно преодолевает те же проблемы, что стоят перед вами. Ее жизнь служит для вас примером".

НАСТАВНИКИ НЕОБЯЗАТЕЛЬНО ДОЛЖНЫ БЫТЬ СТАРШЕ

"Иметь перед собой ролевые модели очень важно, - утверждает д-р Палуди. - Женщины сегодня, к сожалению, имеют меньше ролевых моделей, чем ролей, которые им приходится по жизни играть.

Ролевой моделью, по сути, может быть любой. Можно даже быть ролевыми моделями друг для друга, - замечает д-р Палуди. - Наставник необязательно должен быть старше. Часто им бывает кто-нибудь из вашей возрастной группы. Влияние в таком случае носит взаимный характер".

На протяжении жизни у вас может быть много ролевых моделей.

В ходе одного из исследований д-р Палуди обнаружила, что у мужчин ролевые модели обычно не меняются со времен их детства, а вот женщины меняют ролевые модели каждый раз, когда начинают выступать в новой роли.

"Это бывают разные люди в разные периоды их жизни", - говорит она.

Где вы находите такие "подручные" ролевые модели? Вы можете найти их в вашем офисе, или по соседству, или в среде людей вашей профессии, или в группе поддержки, где встречаются женщины с общими интересами. "Изучая людей, которые осознавали себя наставниками, исследователи спрашивали, как это у них получилось, что они начали выступать в такой роли, - рассказывает д-р Палуди. - Большинство из них отвечали, что это всегда происходило на подсознательном уровне".

<http://book.zehinli.info>