

## **Jemele Hill – Be Selfish About Being Uncomfortable**

### **English**

Hey everybody, my name is Jemele Hill and I am the co-host of ESPN2's "His and Hers" – a daily program that comes on at 12 noon. A lot of times I'm asked, what is the key to my survival in sports media, which if you know anything about, it's very male dominated. I have two keys that have really helped me as I've gone throughout my career. And they probably sound odd to a lot of people, but I think that they apply, and the way that they apply specifically to women, I think is important.

Number 1: Be selfish.

Number 2: Be selfish about being uncomfortable.

And what I mean by that is this: as for women, it's called selfishness. For men, it's just called being ambitious, being aggressive. So it's almost as if we have to reprogram ourselves and not think of it as selfish, but to rather think of it as us trying to make our way and make our own path. The discomfort part comes in in terms of trying something new, trying a different challenge. So that's why I link selfishness with discomfort or being comfortable.

Probably the best example for me that I have about this is a few years ago in 2012, I was sort of floundering around here at ESPN. I wasn't sure, in fact, if I would last the next contract. Not because they didn't want me, but because I had gotten to the point where I wasn't sure if I could find a real home here. So I decided I would ask if I could be a sideline reporter, which is something I have never done before. And, trust me, that entire season, it certainly looked that way. I wasn't very good at it, but I also wasn't afraid to try a new challenge and to make myself uncomfortable. And the most important thing was to go in there and actually ask for something that was rather ambitious. Now granted, when I asked for it I was thinking, "Oh, they'll probably give me a couple of games here and there give me some time to get used to it." But they wound up giving me an entire season.

So I was uncomfortable, because I was in an environment that I wasn't used to. I was used to being in a studio and if you know anything about sideline reporting, you're talking about being in elements, not being able to control the wind. Maybe possibly looking ugly on national TV because it's raining, or it's snowing, or a whole bunch of other things are happening.

And there are a lot of times I doubted myself and whether or not I actually could actually be good at television based on that experience. It was the hardest thing I've ever done since I've been here at ESPN, which is now I guess going on say about ten years. It was the most difficult thing I'd ever done, but it was also the most rewarding thing that I'd ever done because I forced myself to put myself in a position where I had to ask for something.

And a lot of times, while I know women, we get the tag of being natural givers. And a lot of people, or rather we're conditioned to believe that we should always be the ones that make the sacrifice, especially when it comes to our family or our friends and even on our jobs. You know, we've been coached to be good teammates. But just because you're a little selfish, or I should change that, a little bit ambitious. That doesn't make you a bad teammate, nor does it make you a bad friend, nor does it make you a bad mother, or sister, or whatever.

Because at the end of the day, if you can't live with the fact that you didn't try your best or you didn't go after something you really wanted just because everyone else was telling you that you (a) couldn't do it. And how often do we, as women, hear that? Probably more – if we had a dollar for every time we heard that, we'd probably all be rich right now. But either we're told we shouldn't do it, or we're somehow talked out of it in some kind of way. It makes us feel uncomfortable to ask for the things that we really want.

But the way that things work now, I don't think we can afford to have that chance. I mean, I always say it now, I'm on one of the few shows where you have an African American woman and an African American male as a cohosting in sports media. And the one thing we said about our show is that no matter what, we were going to do things our way. We wanted to be completely comfortable being able to ask for the things that we want. The things that we see other shows where you have maybe two white hosts or two men – we wanted to be comfortable asking for those same things. And sometimes, of course, not just with us, but with anybody else, it's going to bring some awkwardness. But the awkwardness is worth it if you get what you really want. So, for me, standing, or sitting excuse me, right here at ESPN's campus, where sort of everything has come together for me personally I encourage you to do two things:

Be selfish and be okay with being uncomfortable.

## Spanish

Hola a todos, mi nombre es Jemele Hill y yo soy el co-anfitrión de ESPN2 "His and Hers" - un programa diario que se enciende a las 12 horas. Muchas veces me preguntan, ¿cuál es la clave de mi supervivencia en medios deportivos, que si sabe nada it'ss muy dominada por los hombres. Tengo dos teclas que realmente me han ayudado cuando he ido a lo largo de mi carrera. Y probablemente suenan extraño para mucha gente, pero creo que se aplican, y la forma en que se aplican específicamente a las mujeres, creo que es importante.

Número 1: Sé egoísta.

Número 2: Sea egoísta de ser incómodo.

Y lo que quiero decir con esto es la siguiente: En cuanto a las mujeres, se llama egoísmo. Para los hombres, es sólo llama ser ambicioso, ser agresivo. Así que es casi como si tenemos que reprogramar nosotros mismos y no pensamos en él como egoísta, sino más bien pensar en él como nosotros tratando de hacer nuestro camino y hacer nuestro propio camino. La parte malestar viene en en términos de tratar algo nuevo, tratando un reto diferente. Así que por eso puedo enlazar el egoísmo con molestias o estar cómodo.

Probablemente el mejor ejemplo para mí que tengo sobre esto es hace unos años, en 2012, yo era una especie de tambalearse por aquí en ESPN. No estaba seguro, de hecho, si yo iba a durar el siguiente contrato. No porque no me quieren, sino porque yo había llegado al punto en el que no estaba seguro de si podía encontrar un verdadero hogar aquí. Así que decidí que lo pediría si pudiera ser un periodista desde el terreno, que es algo que nunca he hecho antes. Y, créeme, que la temporada entera, sin duda se veía de esa manera. Yo no era muy bueno en eso, pero tampoco tenía miedo de probar un nuevo reto y hacerme incómodo. Y lo más importante era ir allí y realmente pedir algo que era bastante ambicioso. Ahora concedido, cuando pedí que yo estaba pensando, "Oh, probablemente me dan un par de juegos aquí y allá me dan un poco de tiempo para acostumbrarse a ella." Pero terminaron dándome toda una temporada.

Así que yo estaba incómodo, porque yo estaba en un ambiente que no estaba acostumbrado. Yo estaba acostumbrado a estar en un estudio y si usted sabe algo acerca de los informes banda, estás hablando acerca de estar en los elementos, al no ser capaz de controlar el viento. Quizás

posiblemente mirando feo en la televisión nacional, porque está lloviendo o está nevando, o un montón de otras cosas están sucediendo.

Y hay una gran cantidad de veces que dudaba de mí y si yo podía ser realmente bueno en la televisión sobre la base de esa experiencia. Fue la cosa más difícil que he hecho desde que estoy aquí en ESPN, que ahora supongo pasando decir unos diez años. Fue la cosa más difícil que había hecho, pero también era la cosa más gratificante que alguna vez había hecho porque me obligué a ponerme en una posición en la que tuve que pedir algo.

Y un montón de veces, aunque sé que las mujeres, obtenemos la etiqueta de ser dadores naturales. Y un montón de gente, o más bien estamos condicionados a creer que debemos ser siempre los que hacen el sacrificio, sobre todo cuando se trata de nuestra familia o nuestros amigos e incluso en nuestros puestos de trabajo. Usted sabe, hemos estado entrenados para ser buenos compañeros de equipo. Pero sólo porque usted es un poco egoísta, o debería cambiar eso, un poco ambiciosa. Eso no te hace un mal compañero de equipo, ni tampoco que hacen un mal amigo, ni que haga una mala madre, o hermana, o lo que sea.

Porque al final del día, si usted no puede vivir con el hecho de que usted no intenta su mejor o que no va detrás de algo que realmente antes simplemente porque todo el mundo le estaba diciendo que (a) no podías t hacerlo. Y ¿con qué frecuencia, como las mujeres, escuchamos que? Probablemente más - si tuviéramos un dólar por cada vez que nos enteramos de que, probablemente nos volveríamos todos sean ricos en estos momentos. Pero tampoco se nos dice que no debemos hacer, o que estamos de alguna manera hablamos de ella en una especie de camino. Nos hace sentir incómoda a pedir las cosas que realmente queremos.

Pero la forma en que funcionan las cosas ahora, no creo que podemos darnos el lujo de tener esa oportunidad. Quiero decir, yo siempre digo que ahora, estoy en uno de los pocos espectáculos donde se tiene una mujer afroamericana y un hombre afroamericano como cohosting en medios deportivos. Y una de las cosas que dijimos acerca de nuestro programa es que no importa lo que, se nos va a hacer las cosas a nuestra manera. Queríamos ser completamente cómodo siendo capaz de pedir las cosas que queremos. Las cosas que vemos otros espectáculos donde hay tal vez dos ejércitos blancos o dos hombres - que queríamos estar cómodo pidiendo esas mismas cosas. Y a veces, por supuesto, no sólo con nosotros, pero con nadie más, que va a traer un poco de incomodidad. Pero la incomodidad vale la pena si se obtiene lo que realmente quieres. Así que, para mí, de pie, o sentado perdón, aquí mismo, en el campus de

ESPN, en una especie de todo se ha unido para mí personalmente me animo a hacer dos cosas:

Sé egoísta y estar bien con ser incómodo.

## French

Salut tout le monde, mon nom est Jemele Hill et je suis le co-animateur de ESPN2 de "His and Hers" - un programme quotidien qui vient sur à 12 heures. Un grand nombre de fois où je me pose, ce qui est la clé de ma survie dans les médias sportifs, qui, si vous savez quelque chose sur, it's très dominée par les hommes. Je ai deux touches qui ont m'a vraiment aidé que je suis allé au long de ma carrière. Et ils sonnent probablement curieux de beaucoup de gens, mais je pense qu'ils appliquent, et de la façon qu'ils appliquent spécifiquement aux femmes, je pense est important.

Numéro 1: Être égoïste.

Numéro 2: Être égoïste d'être mal à l'aise.

Et ce que je veux dire par là est la suivante: comme pour les femmes, il a appelé l'égoïsme. Pour les hommes, il est simplement appelé être ambitieux, d'être agressif. Donc, il est presque comme si nous devons nous reprogrammer et pensons pas comme égoïste, mais plutôt penser comme nous essayer de faire notre chemin et faire notre propre chemin. La partie de l'inconfort vient pour essayer quelque chose de nouveau, essayer un défi différent. Voilà pourquoi je lie l'égoïsme à l'inconfort ou être à l'aise.

Probablement le meilleur exemple pour moi que je dois à ce sujet est il ya quelques années, en 2012, je me sorte de patauge ici à ESPN. Je ne savais pas, en fait, si je voulais durer le prochain contrat. Non pas parce qu'ils ne veulent pas de moi, mais parce que je l'avais obtenu au point où je ne savais pas si je pouvais trouver une vraie maison ici. Je décidai donc je demanderais si je pouvais être un journaliste d'appoint, qui est quelque chose que je ne l'ai jamais fait avant. Et, croyez-moi, que toute la saison, il a certainement regardé de cette façon. Je ne suis pas très bon dans ce domaine, mais je suis également pas peur d'essayer un nouveau défi et de me faire mal à l'aise. Et la chose la plus importante était d'aller là-bas et effectivement demander quelque chose qui était assez ambitieux. Maintenant accordé, quand je demandé à ce que je pensais, "Oh, ils vont probablement me donnent quelques jeux ici et là me donnent un certain temps pour s'y habituer." Mais ils ont fini par me donner une saison entière.

Donc, je suis mal à l'aise, parce que je suis dans un environnement que je ne étais pas habitué. Je suis habitué à être dans un studio et si vous savez quelque chose sur les rapports d'activité secondaire, vous parlez étant

dans les éléments, ne pas être en mesure de contrôler le vent. Peut-être peut-être regarder laid sur la télévision nationale parce qu'il pleut ou qu'il neige, ou tout un tas d'autres choses qui se passent.

Et il ya beaucoup de fois où je me suis douté et si je pouvais effectivement être bon à la télévision sur la base de cette expérience. Il était la chose la plus difficile que je l'ai jamais fait depuis que je suis ici, à ESPN, qui est maintenant, je suppose que se passe-dire environ dix ans. Il était la chose la plus difficile que je faisais, mais il était aussi le plus gratifiant que chose que je faisais parce que je me suis forcé à me mettre dans une position où je devais demander quelque chose.

Et un grand nombre de fois, alors que je connais des femmes, nous obtenons l'étiquette d'être donneurs naturelles. Et beaucoup de gens, ou plutôt nous sommes conditionnés à croire que nous devrions toujours être ceux qui font le sacrifice, surtout quand il vient à notre famille ou nos amis et même sur nos emplois. Vous savez, nous avons été entraînés à être de bons coéquipiers. Mais juste parce que vous êtes un peu égoïste, ou devrais-je changer cela, un peu ambitieux. Cela ne fait pas de vous un mauvais coéquipier, ni ne vous faites un mauvais ami, ni ne vous faites une mauvaise mère ou sœur, ou autre chose.

Parce qu'à la fin de la journée, si vous ne pouvez pas vivre avec le fait que vous ne faites de votre mieux, ou vous n'êtes pas allé après quelque chose que vous avez vraiment anted juste parce que tout le monde vous a dit que vous (a) couldn ' t le faire. Et combien de fois avons-nous, en tant que femmes, entendu? Probablement plus - si nous avons un dollar pour chaque fois que nous avons entendu, nous serions probablement tous être riche en ce moment. Mais soit on nous dit que nous ne devrions pas le faire, ou nous sommes en quelque sorte parlé hors de lui dans une sorte de chemin. Il nous rend mal à l'aise de demander les choses que nous voulons vraiment.

Mais la façon dont les choses fonctionnent maintenant, je ne pense pas que nous pouvons nous permettre d'avoir cette chance. Je veux dire, je le dis toujours maintenant, je suis sur un des rares spectacles où vous avez une femme afro-américaine et un homme afro-américain comme un co-hôte dans les médias sportifs. Et la seule chose que nous avons dit à propos de notre spectacle est que peu importe ce que nous allons faire les choses à notre façon. Nous voulions être complètement à l'aise d'être en mesure de demander des choses que nous voulons. Les choses que nous voyons d'autres spectacles où vous avez peut-être deux armées blanches ou deux hommes - nous voulions être l'aise pour demander ces mêmes choses. Et parfois, bien sûr, pas seulement avec nous, mais avec

quelqu'un d'autre, il va apporter un peu de maladresse. Mais la maladresse en vaut la peine si vous obtenez ce que vous voulez vraiment. Donc, pour moi, debout, ou assis excusez-moi, ici, sur le campus de ESPN, où sorte de tout est venu ensemble pour moi personnellement, je vous encourage à faire deux choses:

Soyez égoïste et être d'accord avec être inconfortable.



## Chinese

Hēi, dàijiā hǎo, wǒ jiào Jemele shān hé wǒ gòngtóng zhǔbàn ESPN2 de “tā hé tā” - zhè láizi yú zhōngwǔ 12 měi rì jìhuà. Hěnduō shíhòu, yǒurén wèn wǒ, shénme shì guānjiàn, wǒ de shēngcún tǐyù méití, ér rúguǒ nǐ zhīdào, it'ss fēicháng nánxìng zhǔdǎo de rènhe dōngxī. Wǒ yǒu zhēn de bāngzhùle wǒ, wǒ yǐjīng zài zhěnggè zhíyè shēngyá de liǎng gè jiàn. Tāmen kěnéng tīng qǐlái qíguài, yǒu hěnduō rén, dàn wǒ rènwéi tāmen shìyòng, tāmen zhuānmén shìyòng yú fùnnǚ de fāngshì, wǒ juédé shì hěn zhòngyào de.

Hàomǎ 1: Zìsī.

2 Hào: Zìsī yuē bú shūfú.

Ér wǒ de yìsi shì zhèyàng de: Wèi fùnnǚ, zhè jiùshì suǒwèi de zìsī. Duìyú nánrén lái shuō, tā zhǐshì bèi chēng wéi shì xióngxīn bóbo de, shì jījī de. Suǒyǐ zhè shì jīhū yīyàng, rúguǒ wǒmen bìxū chóngxīn biānxiě wǒmen zìjǐ, ér bùshì bǎ tā kàn zuò zìsī, ér shì nìngkě bǎ tā kàn chéng shì wǒmen nǚlì shǐ wǒmen de fāngshì, ràng zìjǐ de lù. Bùshì yībùfèn láizi yú chángshì xīn de dōngxī, chángshì bùtóng de tiǎozhàn fāngmiàn. Suǒyǐ zhè jiùshì wèishéme wǒ liánxi de zìsī yǔ bùshì huò wèi shūshì.

Yěxǔ duì wǒ lái shuō shì zuì hǎo de lizi, wǒ duì zhège shì jǐ nián qián zài 2012 nián, wǒ yǒudiǎn zhēngzhá shì zài zhèlǐ, zài ESPN. Wǒ bùzhīdào, qíshí, rúguǒ wǒ jiāng chíxù de xià yī fèn hétóng. Bùshì yīnwèi tāmen bùxiǎng yào wǒ, ér shì yīnwèi wǒ yǐjīng dédào dì dìbù, wǒ bù zhīdào rúguǒ wǒ néng zài zhèlǐ zhǎodào yīgè zhēnzhèng de jiā. Suǒyǐ, wǒ juédìng, wǒ huì wèn, rúguǒ wǒ néng chéngwéi yīgè biānxiàn jìzhě, zhè shì wǒ yǐqián cónglái méiyǒu zuòguò. Érqiě, xiāngxìn wǒ, zhè zhěnggè sàijì, zhè dāngrán kàn qǐlái zhè zhǒng fāngshì. Wǒ bùshì hěn shàncháng, dàn wǒ yě bìng bù hàipà chángshì xīn de tiǎozhàn, ràng zìjǐ bú shūfú. Ér zuì zhòngyào de shìqíng shì qù nàlǐ, shíjì shàng yāoqiú de dōngxī shì xiāngdāng hóngdà. Xiànzài, lǐsuǒdāngrán de, dāng wǒ wèn tā, wǒ jiù zài xiǎng, “ó, tāmen hěn kěnéng gěi wǒ jǐ chǎng bǐsài zài zhèlǐ hé nàlǐ gěi wǒ yīxiē shíjiān qù xíguàn tā.” Dàn tāmen jiéshùle gěi wǒ yī zhěnggè sàijì.

Suǒyǐ, wǒ xīnlǐ bú shūfú, yīnwèi wǒ shì, wǒ shì bù xíguàn de huánjìng. Wǒ shì xíguànle zài yīgè gōngzuò shì, rúguǒ nǐ zhīdào fùyè bàogào shénme, nǐ zài tánlùn zhèngzài yuánsù, bùnénggòu kòngzhì fēng. Yěxǔ kěnéng shì miànsè nánkàn quánguó diànshì shàng, yīnwèi xià yǔ huò xià xuě, huòzhě yī dà duī qítā de shìqíng zhèngzài fāshēng.

Érqiě yǒu hěnduō cì wǒ huáiyí wǒ zìjǐ, wǒ shìfǒu gēnjù zhèxiē jīngyàn shíjì

shang kěnéng shíji shang shì shànyú diànshì. Zhè shì zuì nán de shìqíng wǒ zuòguò, yīnwèi wǒ yīzhí zài zhèlǐ ESPN, yě jiùshì xiànzài de wǒ cāi shìqíng shuō yīxià shí nián. Zhè shì zuì kùnnán de shìqíng wǒ huì yǒngyuǎn zuò, dàn yěyǒu rén shuō wǒ huì yǒngyuǎn zhèyàng zuò, yīnwèi wǒ qiǎngpò zìjǐ bǎ zìjǐ bǎi zài yīgè wèizhì, wǒ bùdé bù wèn de dōngxī, zuì yǒu chéngjiù gǎn de shìqíng.

Hé hēnduō cì, ér wǒ liǎojiě nǚrén shí, wǒmen dédào de shì zìrán dù wài de biāoqiān. Érqiě yǒu hēnduō rén, huòzhě gèng quèqiè de shuō, wǒmen xíguàn xìng dì rènwéi, wǒmen yīnggāi yǒngyuǎn shì nàxiē zuò chū xīshēng, tèbié shì dāng tā shèjí dào wǒmen de jiārén huò péngyǒu, shènzhì zài wǒmen de gōngzuò. Nǐ zhīdào, wǒmen yīzhí zài zhíjiào hǎo duìyǒu. Dànshì, jǐnjīn yīnwèi nǐ shì yīgè yǒudiǎn zìsī, huòzhě wǒ yīnggāi gǎibiàn zhè zhǒng zhuàngkuàng, yīdiǎndiǎn de xióngxīn bóbo. Zhè bù huì ràng nǐ yīgè bù hǎo de duìyǒu, yě bù huì shǐ nǐ chéngwéi yīgè bù hǎo de péngyǒu, yě bù huì shǐ nǐ chéngwéi yīgè huài māmā huò jiěmèi, huò shénme de.

Yīnwèi zài zhè yītiān jiéshù shí, rúguǒ nǐ bùnéng rěnshòu de shìshí, nǐ méiyǒu pīn jìn quánlì, yě méi qù de dōngxī hòu, nǐ zhēn de anted zhǐshì yīn wéi dàijiā dōu zài gào sù nǐ, nǐ (yī) jiǎnzhí bù néng zuò T ba. Ér wǒmen shìfǒu jīngcháng, fùnǚ, tīng dào le ma? Yěxǔ gèng duō - rúguǒ wǒmen yǒuyī měiyuán měi dāng wǒmen tīng dào nàgè shíhòu, wǒmen hěn kěnéng quánbù shì fēngfù de xiànzài. Dàn wúlùn wǒmen bèi gào zhī, wǒmen bù yìng gāi zhèyàng zuò, huòzhě wǒmen bù zhī shì shénme yuányīnle, tā zài mǒu zhǒng fāngshì. Zhè ràng wǒmen gǎndào bú shūfú, yāoqiú wǒmen zhēnzhèng xiǎng yào de dōngxī.

Dànshì, shìqíng xiànzài de gōngzuò fāngshì, wǒ bù rènwéi wǒmen yǒu nénglì yǒu jīhuì. Wǒ de yìsi shì, wǒ zǒng shì shuō, xiànzài, wǒ duì jǐ gè jiémù, nǐ yǒu yīgè fēizhōu yì fùnǚ hé fēi yì měiguó nánxìng zài tīyù méitǐ cohosting zhī yī. Ér yǒu yī diǎn wǒmen shuō yīxià wǒmen de jiémù shì, wúlùn zěnyàng, wǒmen dǎsuàn zuò de shìqíng wǒmen de fāngshì. Wǒmen xīwàng nénggòu wánquán shìyìng nénggòu yāoqiú wǒmen xiǎng yào de dōngxī. Wǒmen kàn qítā jiémù, nǐ yǒu kěnéng liǎng gè báisè de zhǔjī huò liǎng gèrén de shìqíng - wǒmen xiǎng chéngwéi shūshì yāoqiú de tóngyàng de shìqíng. Yǒushí, dāngrán, bùjǐn jǐn shì wǒmen, dàn yǔ rènhe rén, tā huì dài lái yīxiē gāngà. Dànshì, rúguǒ nǐ dédào nǐ zhēnzhèng xiǎng yào de gāngà shì zhídé de. Suǒyǐ, duì wǒ lái shuō, zhànzhe, háishì zuòzhe bù hǎoyìsi, zài zhèlǐ, zài ESPN de xiàoyuán, zhèlǐ yàng yàng dōu yǐjīng zǒu dào yīqǐ, duì wǒ gèrén ér yán, wǒ gǔlì nǐ zuò liǎng jiàn shìqíng:

Zìsī hé méishì dài bú shūfú.