

Meg Jay, Ph.D.

A IDADE DECISIVA

Descubra por que a fase dos
20 aos 30 anos vai definir seu futuro
e como tirar melhor proveito dela



SEXTANTE

A IDADE DECISIVA

PARA JAY E HAZEL

NOTA DA AUTORA

Este livro se baseia no meu trabalho com jovens na faixa dos 20 aos 30 anos quando atuei como psicóloga clínica em meu consultório particular em Charlottesville, como professora na Universidade da Virgínia, como psicóloga em Berkeley e também como professora na Universidade da Califórnia. Ao longo destas páginas, esforço-me ao máximo para contar as histórias comoventes dos pacientes e estudantes que tanto me ensinaram sobre a juventude. Para proteger a privacidade deles, alterei nomes e detalhes. Em muitos casos, criei personagens a partir de conversas que tive em minhas sessões e de experiências que me contaram. Espero que todo jovem que leia este livro se identifique com os relatos aqui incluídos, mas qualquer semelhança com alguém especificamente será mera coincidência.

SUMÁRIO

Prefácio: A idade decisiva	9
Introdução: Tempo real	11
TRABALHO	25
Capital de identidade	26
Vínculos fracos	39
O conhecido impensado	53
Minha vida deveria parecer melhor no Facebook	61
A vida personalizada	73
AMOR	83
Uma conversa sofisticada	84
Escolhendo sua família	95
O efeito coabitação	103
Namorando qualquer um	114
Afinidade	126
O CÉREBRO E O CORPO	143
Pensando adiante	144
Acalme-se	153
De fora para dentro	165
Conviver e avançar	173
Fertilidade	181
Faça as contas	192

Epílogo: As coisas vão se resolver?	203
Notas	207
Agradecimentos	234

Prefácio

A IDADE DECISIVA

NUM RARO ESTUDO SOBRE O AUMENTO da expectativa de vida, pesquisadores das Universidades de Boston e de Michigan examinaram dezenas de histórias de vida escritas por pessoas proeminentes e bem-sucedidas com idade bastante avançada.¹ Eles estavam interessados em identificar as experiências que mais afetaram a trajetória dos indivíduos. Embora muitos eventos importantes tenham ocorrido do nascimento à morte, aqueles que foram mais determinantes para o futuro estavam concentrados no período dos 20 aos 30 anos.

Ao sairmos de casa, concluirmos a faculdade e nos tornarmos mais independentes, seria de esperar que ocorresse um surto de “autocriação”, um período em que o que fazemos determina quem nos tornaremos. E pode até parecer que a vida adulta é uma longa sequência de experiências edificantes. Mas isso não é verdade.

A partir dos 30 anos, começa a haver menos experiências significativas. Provavelmente já teremos terminado a faculdade. Teremos investido tempo em nossa carreira ou optado por não fazê-lo. Pode ser que já estejamos com parceiros estáveis e tenhamos formado uma família. Talvez tenhamos uma casa própria ou outras responsabilidades que dificultem uma mudança de direção. Como cerca de 80% dos fatos mais importantes da vida ocorrem até os 35 anos, depois disso geralmente damos prosseguimento – ou corrigimos – as ações que iniciamos na década anterior.

A triste ironia é que os 20 anos podem não ser tão significativos. Podemos imaginar que as experiências mais importantes da vida são aprendidas nos grandes momentos e nos encontros empolgantes, mas não é assim que as coisas acontecem.

Os pesquisadores nesse mesmo estudo descobriram que a maioria dos fatos substanciais e com consequências duradouras – aqueles que levaram ao sucesso na carreira, a uma boa situação financeira, à felicidade pessoal ou à falta dela – se desenvolveu ao longo de dias, semanas ou meses, tendo pouco efeito imediato. A importância dessas experiências não ficou clara na época em que aconteceram, mas, retrospectivamente, haviam definido nosso futuro. Isso significa que, na maioria das vezes, nossa vida é decidida por momentos cuja ocorrência podemos nem perceber.

Este livro ensina a reconhecer esses momentos. Ele explica por que a fase dos 20 anos importa e como tirar o máximo proveito dela.

Introdução

TEMPO REAL

*Cansado de deitar-se sob o sol, de ficar
em casa observando a chuva
Você é jovem e a vida é longa, e há
tempo para matar hoje
E então um dia você descobre que
10 anos ficaram para trás
Ninguém lhe disse quando correr, você
perdeu o tiro de largada.*

PINK FLOYD, trecho da música “Time”

Quase invariavelmente, o crescimento e o desenvolvimento possuem o que se denomina “período crítico”. Existe um período específico de maturação no qual, com o tipo certo de estimulação externa, a capacidade subitamente se desenvolve e amadurece. Antes e depois disso, é mais difícil ou impossível.

– NOAM CHOMSKY, linguista

QUANDO COMEÇOU SUA TERAPIA, Katetrabalhava com o garçone-
te e morava – e brigava – com os pais havia mais de um ano.
Seu pai ligou para marcar a primeira consulta dela, e ambos pre-

sumiam que os problemas de pai e filha logo viriam à tona. Mas o que mais me impressionou em Kate foi ver que seus 20 anos estavam sendo desperdiçados. Ela havia crescido em Nova York e agora morava na Virgínia, mas, aos 26 anos, ainda não tirara sua carteira de motorista, embora isso limitasse suas oportunidades de emprego e fizesse com que se sentisse uma passageira em sua própria vida. O que também explicava os constantes atrasos para as nossas consultas.

Depois que ela se formou na faculdade, esperava aproveitar a liberdade da juventude, algo que seus pais a encorajaram fortemente a fazer. A mãe e o pai se casaram logo após saírem da universidade porque queriam viajar juntos para a Europa e, no início da década de 1970, isso não seria tolerado pela família de nenhum dos dois, a menos que se tornassem marido e mulher. Passaram a lua de mel na Itália, e ela retornou grávida. O pai de Kate foi seguir carreira, enquanto a mãe se ocupava criando quatro filhos, dos quais a minha paciente era a mais nova. Até então, ela despendera a própria liberdade recém-conquistada tentando compensar o que os pais perderam. Achava que deveria estar vivendo a melhor época da vida, mas se sentia tensa e ansiosa na maior parte do tempo. “Minha juventude está paralisante”, ela disse. “Ninguém me contou que essa fase seria tão difícil.”

Kate preenchia a mente com seus conflitos emocionais para esquecer como a vida estava de fato, e parecia fazer o mesmo nas horas de terapia. Quando vinha às sessões, chutava para longe os sapatos, arregaçava as pernas da calça jeans e contava as novidades do fim de semana. Nossa conversa com frequência se tornava multimídia, pois ela me mostrava e-mails e fotos; além disso, ela recebia mensagens de texto com as últimas notícias no meio das nossas sessões. Em algum ponto entre as novidades contadas, descobri o seguinte: ela achava que talvez fosse gostar de trabalhar com angariação de fundos e esperava descobrir o que queria

fazer quando chegasse aos 30 anos. “Os 30 são os novos 20”, ela disse. Esta foi a minha deixa.

Sou muito entusiasta dessa fase para deixar que Kate, ou qualquer outra pessoa com a mesma idade, desperdice o próprio tempo. Como psicóloga clínica especializada em desenvolvimento adulto, vi inúmeros jovens desperdiçarem muitos anos vivendo sem perspectiva. O pior são as lágrimas vertidas na casa dos 30 e dos 40 por pagarem um preço alto – no lado profissional, afetivo, financeiro e reprodutivo – pela falta de visão na juventude. Eu gostei de Kate e queria ajudá-la, por isso insisti que chegasse na hora às sessões. Interrompia relatos sobre sua última transa para perguntar se ela já tinha providenciado a carteira de motorista e como andava a busca de um emprego. Talvez mais importante: Kate e eu debatíamos como deveria ser a terapia – e de que maneira estava vivendo seus 20 anos.

Ela se perguntava se deveria ficar alguns anos na terapia analisando seu relacionamento com o pai ou se deveria utilizar aquele dinheiro e aquele tempo para viajar pela Europa em busca de autoconhecimento. Não recomendei nenhuma das duas alternativas. Expliquei a Kate que, embora a maioria dos terapeutas concorde com Sócrates, que disse que “a vida não analisada não vale a pena ser vivida”, uma frase menos conhecida do psicólogo americano Sheldon Kopp poderia ser mais relevante aqui: “A vida não vivida não vale a pena ser analisada.”

Falei que seria irresponsável da minha parte ficar quieta assistindo aos anos mais fundamentais da vida de Kate se esvaírem. Seria insensato focarmos o passado dela quando eu sabia que o futuro é que corria risco. Não parecia razoável conversar sobre os fins de semana quando eram seus dias úteis que a deixavam tão infeliz. Eu também sentia genuinamente que o relacionamento de Kate com o pai continuaria o mesmo enquanto ela não trouxesse algo de novo que contribuísse para uma melhoria.

Pouco tempo após essas conversas, Kate desabou no divã do meu consultório. Lacrimejante e agitada como nunca, olhava pela janela e balançava as pernas, nervosa, enquanto me contava sobre um brunch no domingo com quatro amigos da faculdade. Dois estavam na cidade para uma conferência, outro havia retornado da Grécia, pois tinha ido a uma gravação de canções de ninar para sua pesquisa de doutorado, e o último levou consigo a noiva. Em meio a todos eles, Kate olhou em volta e sentiu que ficava para trás. Ela queria o que os amigos tinham – um trabalho, um objetivo ou um namorado – e passou o resto do dia na internet procurando empregos (e homens). A maioria não lhe pareceu interessante, e os poucos que lhe chamaram a atenção ela achou inacessíveis. Kate foi dormir sentindo-se vagamente desnorteada.

No meu consultório, ela disse: “Já passei dos 25. Sentada naquele restaurante, percebi que eu não tinha nada para mostrar. Nada no currículo. Nenhum relacionamento. Não sei nem o que estou fazendo nesta cidade.” Pegou um lenço e irrompeu em lágrimas. “Eu era dominada pela ideia de que definir claramente o próprio caminho era algo careta. Gostaria de ter sido mais, sei lá... *objetiva*.”

Não era tarde demais para Kate, mas ela precisava começar a agir. Quando recebeu alta da terapia, minha paciente já tinha seu próprio apartamento, carteira de motorista, um namorado legal, e também estava angariando fundos para uma organização sem fins lucrativos. Até o relacionamento com o pai vinha melhorando. Em nossas últimas sessões, Kate me agradeceu por ajudá-la a recuperar o tempo perdido. Disse que enfim sentia estar vivendo sua vida “em tempo real”.

O período que vai dos 20 aos 30 anos *é* real e deve ser vivido como tal. Uma cultura que considera os 30 como os novos 20 nos faz achar que estes últimos não importam. Freud certa vez disse: “Amor e trabalho, trabalho e amor... *é* tudo que existe”, e esses

dois fatores têm tomado forma mais tarde do que costumavam tomar antigamente.

Quando os pais de Kate estavam na casa dos 20 anos, em geral uma pessoa de 21 anos estava casada e cuidando de um bebê recém-nascido.¹ Apenas se estudava até a conclusão do ensino médio ou, quando muito, da faculdade, e os pais, jovens, se concentravam em ganhar dinheiro e cuidar da casa. Como apenas uma fonte de renda costumava ser suficiente para sustentar uma família, os homens trabalhavam, mas dois terços das mulheres não. A expectativa de quem tinha uma profissão era permanecer no mesmo ramo a vida toda.

No decorrer de uma geração, houve uma enorme mudança cultural.² Os métodos anticoncepcionais se popularizaram, e as mulheres invadiram o mercado de trabalho. Com o novo milênio, apenas cerca de metade dos jovens estava casada aos 30 anos, e menos ainda tinha filhos, transformando os 20 numa época de liberdade. Começamos a ouvir que talvez a faculdade fosse cara demais e menos necessária, enquanto a pós-graduação deveria ser priorizada; e que em ambos os casos haveria tempo de “folga”.

Durante centenas de anos, os jovens passaram diretamente de filhos e filhas para maridos e esposas. Há poucas décadas, porém, um novo período de desenvolvimento surgiu. Acordando diariamente em algum ponto entre o lar da família e sua casa própria, jovens como Kate não sabiam direito como empregar o próprio tempo.

Quase por definição, os 20 anos tornaram-se um período intermediário. Um artigo de 2001 na *Economist* apresentou a “Economia Bridget Jones”³ e uma capa de 2005 da *Time* saiu com a manchete “Conheça os *Twixters*”;⁴ ambos nos informando que a juventude era agora formada por anos a serem usufruídos de

* A nova geração de americanos empacada entre a adolescência e a vida adulta. (*N. do T.*)

acordo com a renda disponível. Em 2007, essa fase foi apelidada de “anos da odisseia”, um tempo para perambular pela vida.⁵ E jornalistas e pesquisadores de toda parte passaram a se referir a pessoas nessa faixa etária com apelidos idiotas como *kidults* (contração de *kids* e *adults*, crianças e adultos), pré-adultos ou adulescentes.

Há quem diga que os 20 anos são uma extensão da adolescência, enquanto outros os chamam de uma vida adulta emergente.⁶ Essa mudança da passagem para a vida adulta rebaixou aqueles jovens a “não totalmente adultos” justo quando precisam se esforçar mais.⁷ Jovens como Kate foram envolvidos por um turbilhão de campanhas publicitárias e mal-entendidos que, em grande parte, trivializou o que é na verdade a década definidora da vida adulta.

No entanto, mesmo quando desprezamos essa fase, fazemos dela um fetiche. Ela nunca foi tão badalada. A cultura popular é quase obcecada pelos 20 anos, a ponto de esse período de liberdade parecer tudo que existe. Celebidades infantis e crianças comuns desperdiçam a infância imitando pessoas dessa faixa etária, enquanto adultos maduros e mulheres de mais idade se vestem, e se modelam, para parecer que têm 29 anos. Os jovens parecem mais velhos e os velhos parecem mais jovens, reduzindo o período de vida adulto a uma longa estada nos 20 anos. Até um termo novo – *amortality* (amortalidade) – foi cunhado para descrever a vida uniforme, no mesmo pique, de nossa adolescência até a morte.⁸

Mas isso é contraditório e perigoso. Somos levados a acreditar que os 20 anos ainda não importam. No entanto, com a glamourização dessa fase e a quase obsessão com ela, pouca coisa nos lembra que algo mais chegará a importar. Isso faz com que muitos homens e mulheres paguem um alto preço nas décadas subsequentes por terem desperdiçado os anos mais transformadores da vida adulta.

A nossa atitude cultural em relação aos jovens se assemelha à exuberância irracional americana. Os jovens do século XXI cresceram junto com o surto das empresas pontocom, as porções gigantes de fast-food, o estouro da bolha imobiliária e o boom de Wall Street. *Startups* imaginaram que sites descolados gerariam dinheiro e demanda; indivíduos ignoraram a gordura e as calorias que as porções gigantes de fast-food continham; mutuários confiaram na valorização constante das casas; investidores previram mercados em permanente alta. Adultos de todas as idades deixaram que o “otimismo irreal” – denominação dos psicólogos para a ideia de que jamais acontecerá algo de ruim com você – se apoderasse da lógica e da razão. Adultos de todas as origens deixaram de fazer contas. Agora os jovens na casa dos 20 estão fadados a ser outra bolha prestes a explodir.

No meu consultório, tenho percebido o estrago.

A Grande Recessão e suas consequências duradouras deixaram muitos jovens se sentindo ingênuos, até devastados. Eles estão mais instruídos do que em qualquer outra época, mas uma pequena porcentagem encontra trabalho assim que sai da faculdade. Muitos empregos básicos deixaram de existir, pois foram transferidos para o exterior, dificultando o início de sua vida profissional.⁹ Com uma economia em retração e uma população em crescimento, o desemprego atingiu o auge em décadas.¹⁰ Um estágio não remunerado é o novo primeiro emprego.¹¹ Cerca de um quarto das pessoas em seus 20 anos não trabalha e outro quarto tem uma ocupação apenas em meio expediente.¹² Aqueles que têm empregos remunerados ganham menos do que seus equivalentes na década de 1970, considerando-se os valores corrigidos pela inflação.¹³

Como o trabalho temporário substituiu as carreiras de longo prazo, os jovens não param quietos. A maioria deles terá experimentado uma série de ocupações ainda aos 20. Um terço se mudará a qualquer momento, deixando família, amigos, currículos

e egos dispersos.¹⁴ Cerca de um em cada oito retorna para casa a fim de morar com os pais, em parte porque os salários estão baixos e a dívida do crédito universitário é alta.

Parece que todos querem ter 20 anos, exceto quem os tem. Por toda parte, a ideia de que os “30 são os novos 20” começa a despertar uma nova reação: “Meu Deus, espero que não.”

Lido diariamente com jovens que se sentem enganados pela ideia de que os 20 anos deveriam ser os melhores de suas vidas. Imagina-se que fazer terapia com eles é ouvir aventuras e desventuras de pessoas despreocupadas, e isso acontece um pouco. Mas, por trás das portas fechadas, meus clientes têm coisas perturbadoras para dizer:

- Sinto como se estivesse no meio do oceano. Como se pudesse nadar em qualquer direção, mas sem ver terra em lado algum, não sabendo portanto em que direção ir.
- Sinto que preciso ficar me envolvendo com qualquer um para ver no que vai dar.
- Eu não sabia que ficaria chorando no banheiro do trabalho todos os dias.
- Ter 20 anos proporciona uma forma totalmente nova de pensar no tempo. Existe esse período de tempo e uma série de coisas que precisa acontecer.
- Minha irmã tem 35 anos e está solteira. Morro de medo de que isso aconteça comigo.
- Não vejo a hora de ficar livre dos meus 20 anos.
- Tomara que eu não esteja mais fazendo isso aos 30.
- Na noite passada, rezei para que tivesse ao menos uma coisa segura na minha vida.

Existem 50 milhões de jovens na faixa dos 20 anos só nos Estados Unidos, a maioria vivendo com uma quantidade desconcertante, sem precedentes, de incerteza. Muitos não têm ideia do que

estarão fazendo, onde estarão morando ou com quem estarão daqui a dois ou mesmo dez anos. Não sabem quando serão felizes nem quando conseguirão arcar com suas contas. Ficam em dúvida se devem ser fotógrafos, advogados, estilistas ou banqueiros. Não sabem se estão a poucos namoros ou a muitos anos de um relacionamento estável. Estão preocupados e se perguntam se terão famílias e se seus casamentos durarão. Em resumo, não sabem se suas vidas darão certo nem o que fazer.

A incerteza deixa as pessoas ansiosas, e as distrações são o ópio das massas do século XXI. Assim, jovens como Kate são tentados, e até encorajados, a não se preocuparem, a fecharem seus olhos e esperarem pelo melhor. Um artigo de 2011 da revista *New York*, argumentando que “os jovens na verdade estão bem”, explicou que, embora enfrentem uma das piores condições econômicas desde a Segunda Guerra Mundial, os jovens atuais estão otimistas.¹⁵ O artigo concluiu que, com música grátis on-line, “você não precisa de dinheiro para comprar uma enorme coleção de discos” e que Facebook, Twitter, Google e aplicativos grátis “tornaram a vida de quem tem o orçamento apertado bem mais divertida”.

Reza um ditado que “a esperança é um bom desjejum, mas um péssimo jantar”.¹⁶ Embora tê-la implique um estado mental útil que pode ajudar muitos jovens frustrados a saírem da cama de manhã, ao final do dia eles precisam de mais do que otimismo, porque, aos 30, muitos deles vão querer mais do que diversões e coleções de discos.

Sei disso porque ainda mais convincentes do que minhas sessões com jovens problemáticos são as com *ex-twixters*, pessoas agora com seus 30 e 40 anos que gostariam de ter feito algumas coisas de outra forma. Tenho testemunhado a verdadeira dor que acompanha a percepção de que a vida não será bem-sucedida. Podemos ouvir que os 30 são os novos 20, mas – com ou sem recessão –, quando se trata de trabalho, amor, cérebro e corpo, os 40 definitivamente não são os novos 30.

Muitos jovens na faixa dos 20 supõem que a vida começará a dar certo após os 30, e pode ser que dê. Mas ainda assim será uma vida diferente. Imaginamos que, se nada acontecer aos 20, tudo continuará sendo possível na década subsequente. Aachamos que, evitando decisões agora, mantemos todas as nossas opções em aberto para depois – mas não fazer escolhas também é uma escolha.

Quando muita coisa foi deixada pendente, a pressão aos 30 é enorme para seguir adiante, casar-se, escolher uma nova cidade para morar, ganhar dinheiro, comprar uma casa, curtir a vida, fazer pós-graduação, abrir um negócio, obter uma promoção, poupar para a faculdade dos filhos e a aposentadoria, e ter dois ou três filhos dali a um período de tempo bem menor. Muitas dessas coisas são incompatíveis e, como as pesquisas estão começando a mostrar, simplesmente mais difíceis de se fazerem ao mesmo tempo após o período dos 20.¹⁷

Aos 30, a vida não termina, mas dá uma sensação categoricamente diferente. Um currículo razoável que costumava refletir a liberdade da juventude subitamente parece suspeito e vergonhoso. Um bom primeiro encontro não mais suscita fantasias românticas sobre a “alma gêmea”, mas nos leva a fazer cálculos sobre a época mais breve em que será possível nos casarmos e termos um bebê.

Claro que muitos conseguem isso e, após o nascimento do primeiro filho, casais nos seus 30 anos costumam falar de um novo propósito e um novo sentido. Também pode ocorrer uma sensação pungente de arrependimento ao saberem que será difícil dar ao filho tudo o que gostariam; ao descobrirem que problemas de fertilidade ou a simples exaustão impedem o aumento da família que agora desejam; ao perceberem que estarão com quase 60 anos quando os filhos forem para a faculdade e talvez 70 quando se casarem; ao reconhecerem que talvez jamais conheçam seus netos.

Pais como os de Kate estão tão empenhados em proteger os filhos do *próprio* tipo de crise de meia-idade – o arrependimento

por terem se estabilizado tão cedo – que deixam de ver que uma crise de meia-idade totalmente nova, pós-virada do milênio, está se desenvolvendo. Esta vem ocorrendo porque, enquanto estávamos ocupados nos certificando de que não perdíamos nada, nos preparávamos para perder algumas das coisas mais importantes da vida. Porque fazer algo mais tarde não é o mesmo que fazê-lo melhor. Inúmeras pessoas inteligentes e bem-intencionadas em seus 30 e 40 sofrem um pouco ao se defrontarem com uma vida baseada em recuperar o tempo perdido. Olham para si mesmas – e para mim sentada diante delas no consultório – e dizem sobre seus 20 anos: “O que eu estava *fazendo*? Em que eu estava *pensando*?”

Insisto para que os jovens recuperem seus 20 anos, sua posição de adultos e seu futuro. Este livro mostrará por que devem fazê-lo e como conseguir.

Nas próximas páginas, quero convencê-lo de que os 30 *não* são os novos 20. Não porque os jovens na casa dos 20 não devam se estabilizar mais tarde do que seus pais. A maioria concorda que o trabalho e o amor estão ocorrendo mais tarde, não apenas por opção, mas também por motivos financeiros. Quero persuadi-lo de que os 30 não são os novos 20 exatamente *porque* nos estabilizamos mais tardiamente do que no passado. Isso não transformou os 20 anos num período morto e irrelevante, e sim em um período privilegiado de um desenvolvimento que só ocorre uma vez.

Em quase todas as áreas de desenvolvimento existe o chamado período crítico,¹⁸ uma época em que estamos preparados para o crescimento e a mudança, quando uma simples exposição pode levar a uma transformação radical. Crianças aprendem facilmente qualquer idioma que ouvem antes dos 5 anos. Desenvolvemos a visão binocular entre os 3 e 8 meses de idade. Esses períodos críticos são janelas de oportunidade durante os quais o aprendizado ocorre rapidamente. Depois, as coisas deixam de ser tão fáceis.

Os 20 anos constituem o período crítico da vida adulta, quando será mais fácil iniciar a vida que queremos. E não importa o que façamos, ele é um ponto de inflexão – a grande reorganização –, uma época em que nossas experiências têm uma influência desproporcional sobre a vida adulta que levaremos.

Nas seções intituladas “Trabalho”, “Amor” e “O cérebro e o corpo”, aprenderemos sobre quatro períodos críticos separados – mas interligados – que ocorrem nos 20 anos. Em “Trabalho”, descobriremos por que os empregos nessa idade provavelmente serão os mais consequentes que teremos, em termos profissionais e financeiros – embora possam não parecer tão bons. Em “Amor”, saberemos por que nossas opções de relacionamentos na juventude podem ser ainda mais importantes do que aquelas relativas a trabalho. E, em “O cérebro e o corpo”, aprenderemos por que nosso cérebro ainda em desenvolvimento na juventude está determinando os adultos que nos tornaremos da mesma forma que nosso corpo aos 20 está iniciando seu período mais fértil.

Os jornalistas podem criar alarde com manchetes que dizem “O que acontece com os jovens de 20 anos?”¹⁹ ou “Por que eles simplesmente não crescem?”²⁰ mas os 20 anos não são um mistério. Sabemos como essa fase funciona, e os jovens merecem saber também.

Nos capítulos a seguir, mesclo as pesquisas mais recentes sobre desenvolvimento de adultos com os relatos dos meus pacientes e alunos. Compartilho o que psicólogos, sociólogos, neurologistas, economistas, executivos de recursos humanos e especialistas em reprodução sabem sobre o poder singular dos 20 anos e como eles moldam nossa vida. Ao longo do livro, desafio algumas concepções equivocadas veiculadas pela mídia sobre esse período e mostro como o pensamento convencional sobre essa faixa etária costuma estar errado.

Descobriremos: por que as pessoas que mal conhecemos, e não nossos amigos mais próximos, é que melhorarão mais

substancialmente a nossa vida; de que forma entrar para o mundo profissional faz com que nos sintamos melhor, não pior; por que morar junto pode não ser o melhor meio de testar um relacionamento; como nossa personalidade muda mais durante os 20 do que em qualquer outro período anterior ou posterior; como *escolhemos* nossas famílias, e não apenas nossos amigos; por que a autoconfiança surge não de dentro para fora, mas de fora para dentro; e o motivo de as histórias que contamos sobre nós mesmos afetarem quem namoramos e os empregos que obtemos. Começaremos com o porquê de a pergunta “Quem sou eu?” ser mais bem respondida não após uma crise de identidade prolongada, mas através de algo chamado “capital de identidade”.

Há pouco tempo, jovens de 20 anos como os pais de Kate já definiam seus rumos antes de refletirem sobre quem eles eram. Eles tomavam as decisões mais importantes da vida antes que seu cérebro soubesse como fazê-lo. Agora os jovens do século XXI têm a oportunidade de construir a vida que querem – em que trabalho, amor, cérebro e corpo podem estar interligados. Mas para isso não basta idade ou otimismo. É preciso, como disse Kate, objetividade e algumas boas informações, para não perdermos a chance. E por muito tempo boas informações foram difíceis de achar.

Aos 20, mesmo uma pequena mudança pode alterar radicalmente aonde iremos parar aos 30 e depois disso. Eles integram um período turbulento, mas, se conseguirmos descobrir como navegar, ainda que aos poucos, poderemos chegar mais longe, com mais rapidez, do que em qualquer outro estágio da vida. Trata-se de um período crucial em que as coisas que fazemos – e deixamos de fazer – terão um efeito significativo ao longo dos anos e até sobre gerações futuras.

Portanto, bola pra frente. O momento é agora.

TRABALHO

CAPITAL DE IDENTIDADE

Os adultos não surgem. Eles são feitos.

– KAY HYMOWITZ, comentarista social

Nascemos não de uma só vez, mas aos poucos.

– MARY ANTIN, escritora

HELEN PROCUROU A TERAPIA PORQUE estava “tendo uma crise de identidade”. Alternava entre o emprego de babá e o retiro de ioga, enquanto aguardava o que chamava de “relâmpago de intuição”. Helen sempre parecia estar vestida para malhar, quer estivesse indo à academia ou não, e por um tempo seu estilo de vida casual despertou a inveja dos amigos que haviam mergulhado direto no “mundo real” ou em sua segunda opção, a pós-graduação.

Ela vivia à deriva. Curtiu a vida por um tempo, mas logo sua busca interior pelo eu tornou-se tortuosa. Aos 27 anos, sentia como se os mesmos amigos que costumavam invejar suas aventuras agora tivessem pena dela. Eles estavam progredindo, enquanto ela empurrava os carrinhos dos bebês de outras pessoas.

Os pais de Helen haviam sido específicos quanto ao que ela deveria fazer após terminar o ensino médio: um curso preparatório para a faculdade de medicina numa universidade de elite. Tudo isso apesar de Helen ser uma fotógrafa talentosa que claramente queria estudar artes – e não o tipo que se enquadraria numa

faculdade tradicional. Desde o primeiro semestre, Helen odiou as aulas do curso preparatório e tirou notas baixas. Invejava as amigas que estavam frequentando cursos interessantes e agarrava cada oportunidade de atividades extracurriculares artísticas. Após dois anos sofrendo com as exigências da biologia e dedicando o tempo livre ao que realmente curti, Helen mudou de área e foi para artes. Seus pais questionaram: “O que você vai fazer com *isso*?”

Após a graduação, Helen atuou como fotógrafa freelance. Uma vez que a imprevisibilidade do trabalho começou a afetar sua capacidade de pagar as contas, a vida de artista perdeu a graça. Sem um certificado do curso preparatório, um futuro certo como fotógrafa ou mesmo notas razoáveis na faculdade, Helen não via nenhuma chance de progresso. Queria permanecer na fotografia, mas não sabia direito como. Começou a trabalhar como babá, sem carteira assinada, os anos foram passando e os pais disseram: “Bem que nós avisamos.”

Agora Helen esperava que o retiro de ioga certo ou a conversa certa na terapia ou com amigos pudesse revelar, de uma vez por todas, quem ela era. Aí, dizia, poderia começar a vida. Comentei que eu tinha minhas dúvidas quanto a isso e que um período extenso de contemplação do próprio umbigo costumava ser contraproducente para jovens na idade dela.

– Mas é exatamente isso que eu deveria estar fazendo – Helen disse.

– Isso o quê? – eu quis saber.

– Ter minha crise.

– Quem disse?

– Sei lá. Todo mundo. Os livros.

– Acho que você está entendendo mal o que é uma crise de identidade e como sair dela. Já ouviu falar de Erik Erikson?¹

Erik Salomonsen era um menino alemão de cabelos loiros com uma mãe de cabelos escuros e um pai que nunca conheceu. Em

seu terceiro aniversário, a mãe casou-se com um pediatra local que o adotou, tornando-o Erik Homburger. Eles o educaram de acordo com a tradição judaica. Na sinagoga, caçoavam do menino por ter cabelos claros. Na escola, por ser judeu. Erik costumava se sentir confuso sobre quem ele era.

Após o ensino médio, Erik esperava tornar-se um artista. Viajou pela Europa, fazendo cursos de artes e às vezes dormindo embaixo de pontes. Aos 25 anos, retornou à Alemanha e trabalhou como professor de artes, estudou pedagogia montessoriana, casou-se e iniciou uma família. Após dar aulas para os filhos de psicanalistas bastante conhecidos, Erik foi analisado pela filha de Sigmund Freud, Anna, e em seguida se formou em psicanálise.

Aos 30, Erik mudou-se com a família para os Estados Unidos, onde se tornou um psicanalista famoso e teórico do desenvolvimento. Lecionou em Harvard, Yale e Berkeley e escreveu vários livros antes de ganhar o Prêmio Pulitzer. Como reflexo do sentimento de não ter tido um pai e de ter vencido pelos próprios esforços, mudou o nome para Erik Erikson, que significa “Erik, filho de si mesmo”. Ele é mais conhecido por ter cunhado o termo “crise de identidade” em 1950.

Embora fosse um produto do século XX, Erikson viveu a vida de um homem do século XXI. Cresceu numa família miscigenada. Enfrentou questões de identidade cultural. Passou a adolescência e os 20 anos em busca de si mesmo. Numa época em que os papéis dos adultos eram previsíveis, as experiências de Erikson permitiram que ele imaginasse que uma crise de identidade era a norma, ou ao menos deveria ser. Achava que uma identidade verdadeira e autêntica não deveria ser precipitada e, para isso, defendia um período de procrastinação em que os jovens pudessem explorar com segurança, sem riscos ou obrigações reais. Para alguns, esse período era a faculdade. Para outros, como Erikson, uma jornada pessoal ou *Wanderschaft*. Em ambos os casos, ele enfatizou a importância de desenvolver o próprio potencial. Erik

Erikson, agora literalmente “filho de si mesmo”, achava que todos deveriam criar a própria vida.

Helen e eu conversamos sobre como Erikson progrediu da crise de identidade ao Prêmio Pulitzer. Sim, ele viajou sem destino e dormiu embaixo de pontes. Essa é metade da história. O que mais ele fez? Aos 25 anos, deu aula de artes e estudou pedagogia. Aos 26, iniciou sua formação psicanalítica e conheceu algumas pessoas influentes. Aos 30 anos, obteve o diploma de psicanalista e iniciou carreira como professor, analista, escritor e teórico. Erikson passou parte da juventude tendo uma crise de identidade, mas no percurso também foi adquirindo o que os sociólogos denominam capital de identidade.²

Capital de identidade é nossa coleção de bens pessoais. É o repertório de recursos individuais que reunimos com o tempo. São os investimentos em nós mesmos, as coisas que fazemos muito bem, ou por muito tempo, que se tornam parte de quem somos. Uma parcela do que o constitui vai para o currículo, como diplomas, empregos, notas em provas. Outra parte é mais pessoal, por exemplo, como falamos, de onde somos, como resolvemos problemas, qual a nossa aparência. O capital de identidade é como construímos a nós mesmos – parte por parte, ao longo do tempo. Mais importante, ele é o que levamos ao mercado adulto. É a moeda que usamos para metaforicamente comprar empregos, relacionamentos e outras coisas que quisermos.

Pessoas jovens como Helen imaginam que a crise é para agora e o capital para depois, quando na verdade os dois fatores podem – e devem – ocorrer juntos, como aconteceu com Erikson. Pesquisadores examinaram de que forma as pessoas resolvem as crises de identidade e descobriram que vidas que são só capital, sem crises – só trabalho, sem exploração –, parecem rígidas e convencionais. Por outro lado, mais crise do que capital também constitui um problema. À medida que o conceito de crise de

identidade se popularizou nos Estados Unidos, o próprio Erikson condenou o fato de se passar tempo demais em “confusão despropositada”.³ Ele se preocupava com o fato de muitos jovens correrem o “risco de se tornarem irrelevantes”.

Pessoas em seus 20 anos que aproveitam o tempo para explorar o mundo e *também* têm coragem de assumir compromissos ao longo do caminho desenvolvem uma identidade mais forte,⁴ além de possuírem mais autoestima e serem mais perseverantes e realistas. Esse caminho para a identidade está associado a uma série de resultados positivos, incluindo uma percepção mais clara do eu, maior satisfação com a vida, melhor controle do estresse, raciocínio mais apurado e resistência à conformidade – todas as coisas que Helen queria.

Encorajei-a a obter algum capital. Sugeri que começasse encontrando um trabalho que pudesse constar num currículo.

– Esta é minha chance de me divertir – ela argumentou. – Curtir a liberdade antes que a vida real comece.

– Se divertir? Você está vindo aqui porque se sente infeliz!

– Mas sou *livre*!

– Que liberdade é essa? Você tem tempo livre durante o dia quando quase todos que conhece estão trabalhando. Você está vivendo no limiar da pobreza. Não dá para fazer nada com esse tempo.

Helen pareceu desconfiada, como se eu estivesse tentando convencê-la a sair da esteira de ioga e enfiando uma pasta de executiva em sua mão. E respondeu:

– Você deve ser uma daquelas pessoas que saíram da faculdade direto para a pós-graduação.

– Não sou. Na verdade, provavelmente frequentei uma pós excelente graças ao que eu fiz depois de me formar.

Helen franziu a testa. Refleti por um momento e perguntei:

– Quer saber o que fiz depois da faculdade?

– Sim, quero – ela me desafiou.

Helen estava pronta para escutar.



Logo após eu ter me formado na faculdade, fui trabalhar para a Outward Bound, uma instituição de ensino experimental ao ar livre. Minha primeira função lá foi resolver pequenas questões relativas a logística. Eu morava num acampamento nas montanhas Blue Ridge e passava a maior parte do ano dirigindo furgões pelos lugares mais ermos, levando granola e combustível para grupos de estudantes mochileiros sujos e fatigados. Tenho lembranças incríveis de transportar 15 passageiros através de estradas de terra, com música tocando nas alturas. Às vezes eu era a única outra pessoa com quem aqueles grupos deparavam depois de dias ou semanas seguidos. Os estudantes ficavam sempre satisfeitos ao me ver, porque eu os lembrava que a vida continuava fora dali.

Quando surgiu um emprego de instrutor, me candidatei. Percorri montanhas na Carolina do Norte, no Maine e no Colorado, umas vezes com veteranos de guerra e outras com CEOs de Wall Street. Passei um longo e quente verão no Porto de Boston, num veleiro aberto de nove metros, com um bando de garotas cursando o ensino fundamental.

Minha excursão favorita – que fiz mais de uma dezena de vezes – era uma expedição de canoa, com duração de 28 dias, que percorria toda a extensão do rio Suwannee, cerca de 560 quilômetros das águas negras e ciprestes do pântano Okefenokee, na Geórgia, passando pelo norte da Flórida, até a costa arenosa do Golfo do México. Nela iam comigo jovens infratores carinhosamente (mas extraoficialmente) chamados de “*hoods in the woods*” (“capuzes nos bosques”, em inglês). Eram adolescentes de guetos urbanos ou de lugares bem afastados no interior que haviam cometido crimes: roubos, assaltos, agressões, tráfico de drogas – tudo menos homicídio. Estavam cumprindo suas sentenças no rio comigo.

O trabalho era extraordinariamente significativo, além de divertido. Aprendi um jogo de cartas cheio de truques com jovens que frequentemente ficavam em centros de detenção. Depois que se enfiavam em seus sacos de dormir à noite, eu me sentava do lado de fora das barracas e lia em voz alta histórias de literatura juvenil como *A ilha do tesouro*. Muitas vezes cheguei a ver aqueles meninos agindo como pessoas comuns, saltando de barrancos, seus problemas tendo ficado lá longe na casa deles. Mas a realidade nunca estava distante. Quando eu tinha uns 24 anos, tive de contar a uma infratora – uma mãe de 15 anos com dois filhos – que a própria mãe havia morrido de aids enquanto ela estava descendo o Suwannee.

Achei que eu trabalharia um ou dois anos na Outward Bound. Sem que eu percebesse, quase quatro se passaram. Certa vez, numa folga entre cursos, visitei a cidade da minha antiga faculdade e consultei uma orientadora de estudantes de graduação. Ainda me lembro dela dizendo: “Que tal uma pós?” Aquela foi a minha dose de realidade. Eu queria fazer uma pós e estava me cansando da vida na Outward Bound. Minha orientadora disse que, se era aquilo que eu queria, precisava correr atrás. “O que você está esperando?”, ela perguntou. Parecia que eu estava aguardando alguém me dizer para ir em frente, e foi o que fiz.

O circuito de entrevistas para psicologia clínica é feito num cenário repleto de recém-formados impecáveis carregando pastas de couro novas em folha e usando umas combinações de roupa meio desajustadas. Quando comecei a estudar lá, eu andava como eles. Sentindo-me um tanto deslocada após ter passado tantos anos em florestas, enchi minha pasta de artigos acadêmicos escritos pelos professores que provavelmente me entrevistariam. Eu estava preparada para conversar com fundamento sobre seus experimentos clínicos e fingir estar empolgada com pesquisas que eu talvez nunca faria.

Mas ninguém queria conversar sobre aquilo.

Quase invariavelmente, os entrevistadores olhavam meu currículo e começavam, empolgados, com “Conte-me sobre a Outward Bound!”. Os professores já chegavam dizendo: “Então você é a moça da Outward Bound!” Durante anos, até nas entrevistas para a residência, passei a maior parte do tempo respondendo a perguntas sobre o que acontecia quando os jovens fugiam na selva ou se era seguro nadar num rio com jacarés. Somente quando obtive o doutorado em Berkeley foi que comecei a ser conhecida por outras coisas.

Contei a Helen parte da minha história. Eu disse que viver os 20 anos não é como frequentar uma faculdade. Para alguns, a vida pode se resumir a obter um diploma. Com mais frequência, identidades e carreiras são formadas não de especializações e notas na faculdade, mas de alguns pequenos abridores de portas de capital de identidade – e eu temia que Helen não estivesse obtendo nenhum.

Ninguém iniciaria a próxima entrevista de emprego de Helen dizendo: “Conte-me sobre sua experiência como babá!” Aquilo me fez refletir. Se Helen não obtivesse algum capital logo, eu sabia que ela estaria fadada a uma vida de infelicidade e subemprego.

Depois que insisti para que obtivesse um emprego com carteira assinada, Helen veio me contar que em poucos dias começaria a trabalhar numa cafeteria. Ela também mencionou que marcara uma entrevista para prestar “serviços gerais” num estúdio de animação digital, mas que não pretendia comparecer. Trabalhar numa cafeteria parecia “legal e longe da careta das grandes empresas”. Além disso, ela falou que tinha dúvidas sobre o que a empresa de animação quisera dizer com “simplesmente pagar as faturas” e “basicamente trabalhar na sala de correspondências” ao descrever quais seriam as atribuições de Helen.

Enquanto Helen falava sobre o plano de trabalhar na cafeteria, eu tentava esconder meu espanto. Eu já vira o que outra paciente

minha apelidara de “fase Starbucks” acontecer várias vezes. Tudo o que eu sabia sobre subemprego na juventude e capital de identidade me dizia que Helen estava prestes a fazer uma má escolha.

Em um ou outro momento, a maioria dos jovens aos 20, inclusive meu eu motorista de furgão, esteve subempregada. Eles têm empregos para os quais estão superqualificados ou trabalham apenas em meio expediente. Alguns desses empregos são tapaburacos úteis, pois permitem que se paguem as despesas de educação, por exemplo. Outros, como no caso da Outward Bound, geram um capital que supera todo o resto.

Mas alguns subempregos não são um meio para um fim. Às vezes não passam de uma forma de fingirmos que não estamos trabalhando, como é o caso quando se opera um teleférico para esquiadores ou se faz o que certo executivo que conheço chamou de “esse eterno negócio de banda”. Embora esses tipos de emprego possam ser divertidos, também sinalizam a futuros empregadores um período de desorientação. Um diploma de uma universidade seguido de um excesso de empregos no varejo ou em cafeterias parece um retrocesso, ou seja, pode prejudicar nosso currículo ou até nossa vida.

Quanto mais tempo levarmos para nos firmarmos num trabalho, maiores serão as chances de nos tornarmos, nas palavras de um jornalista, “diferentes e danificados”.⁵ Pesquisas sobre jovens subempregados revelam que aqueles que permanecem nesse status ainda que por apenas nove meses tendem a ser mais deprimidos e menos motivados do que os colegas – *mesmo os desempregados*.⁶ Mas, antes de concluirmos que o desemprego é uma alternativa melhor ao subemprego, veja isto: o desemprego aos 20 está associado ao alcoolismo e à depressão na meia-idade *mesmo depois de se conseguirem empregos regulares*.⁷

Tenho visto como isso acontece. Observei jovens inteligentes e interessantes nessa faixa etária evitarem empregos reais no mundo real para se arrastarem por anos de subemprego, enquanto ficavam cansados e alienados demais para procurarem algo que pudesse realmente satisfazê-los. Os sonhos deles parecem cada vez mais distantes à medida que as pessoas os tratam como se a atribuição deles no mundo fosse apenas a ostentada no crachá.

Economistas e sociólogos concordam que o trabalho na juventude exerce uma influência enorme no sucesso da nossa carreira a longo prazo.⁸ Cerca de dois terços dos aumentos de salário durante a vida ocorrem nos primeiros dez anos de uma carreira. Depois disso, famílias e hipotecas impedem a obtenção de especializações e a mobilidade pelo país, e o valor dos salários aumenta mais lentamente. Quando temos 20 anos, a impressão é de que existem décadas à frente para ganharmos cada vez mais, mas os últimos dados do censo americano mostram que, em média, os salários chegam ao pico – e se estabilizam – aos 40.⁹

Os jovens que acham que posteriormente poderão superar o subemprego ou o desemprego estão deixando de progredir quando ainda é fácil. Por melhor que se saiam, os que se sobressaem tarde provavelmente jamais reduzirão a defasagem entre eles e os que começaram mais cedo. Com isso, muitas pessoas em seus 30 e 40 anos têm a sensação de que acabaram pagando um preço surpreendentemente alto por uma sequência de empregos aleatórios aos 20 e poucos anos. É na meia-idade que conseguimos perceber que nossas opções na juventude não podem ser desfeitas. O alcoolismo e a depressão podem nos surpreender.

Na economia atual, pouquíssimas pessoas chegam aos 30 sem ter tido algum subemprego. Então o que alguém em seus 20 deve fazer? Felizmente, nem todo subemprego é igual. Sempre aconselho os jovens a aceitarem o emprego com mais capital.



Ouvi Helen até o fim. Depois eu disse que trabalhar numa cafeteria podia ter suas vantagens, como colegas de trabalho agradáveis ou um bom desconto nas bebidas. A remuneração poderia até ser maior do que na empresa de animação, mas não tinha capital. Da perspectiva do tipo de capital de identidade de que Helen precisava, o outro emprego era claramente melhor que o da cafeteria. Encorajei Helen a ir à entrevista e a pensar na prestação de serviços gerais como um investimento em seu sonho. Aprendendo sobre o mundo da arte digital e fazendo contatos no setor, ela poderia aumentar seu capital de incontáveis maneiras.

– Talvez eu deva esperar até aparecer algo melhor – Helen considerou.

– Mas isso não surge do nada. Uma boa parcela de capital é *o caminho* para conseguir algo melhor.

Passamos as sessões seguintes ajudando Helen a se preparar para a entrevista. Suas notas nada brilhantes no curso preparatório para a faculdade de medicina, combinadas com a reação adversa dos pais à especialização em artes, fizeram com que ela se sentisse profissionalmente insegura. Mas o que ainda não mencionei sobre Helen é que ela foi uma das pacientes mais agradáveis que já tive. Sua carreira universitária não foi lá essas coisas, mas ela tinha todos os elementos de capital de identidade que não constam de um currículo. Era socialmente competente. Uma excelente comunicadora com raciocínio rápido. Uma trabalhadora esforçada. Eu tinha certeza de que, se Helen fosse à entrevista, sua personalidade a levaria em frente.

Helen e o gerente que a entrevistou tiveram conversas agradáveis sobre o curso preparatório, fotografia freelance e o fato de a mulher dele também ter se formado em artes na faculdade de Helen. Duas semanas depois, começou a trabalhar na empresa

de animação. Após seis meses, saiu dos serviços gerais e passou a ter uma estação de trabalho fixa. Posteriormente, um diretor de cinema passou umas semanas na sala de Helen e concluiu que ela seria uma ótima assistente de fotografia. Foi enviada a Los Angeles, onde hoje trabalha com filmes. Eis o que ela diz sobre seus 20 anos e os elementos de capital de identidade que a estão ajudando agora:

Eu jamais acreditaria nisso, e talvez não seja a melhor coisa para se contar a alguém ainda na faculdade, mas com certeza nenhuma pessoa me questionou sobre minhas notas desde que me formei. Portanto, a não ser que você esteja tentando uma pós-graduação, isso não faz diferença. E ninguém se importa se você fez a especialização “errada”.

Penso na pergunta dos meus pais: “O que você vai fazer com sua especialização em artes?” Isso não faz sentido para mim agora. Ninguém que eu conheço realmente sabia o que queria fazer quando se formou. O que as pessoas estão fazendo agora na maioria dos casos não é algo de que tenham ouvido falar na faculdade. Um dos meus amigos é biólogo marinho e trabalha num aquário. Outro está se pós-graduando em epidemiologia. Eu trabalho com cinema, na área de fotografia. Nenhum de nós sabia que esses empregos existiam quando nos formamos.

Por isso seria bom ter feito mais nos meus primeiros anos após a faculdade. Gostaria de ter me esforçado para crescer profissionalmente ou conseguir empregos mais variados. Queria ter experimentado – no *trabalho* – de uma forma que sinto não poder mais agora com quase 30 anos. Senti muita pressão interior para achar uma saída, mas todos os meus pensamentos eram debilitantes e improdutivos. Uma coisa que descobri é que não dá para ficar só refletindo sobre a vida. A única forma de descobrir o que fazer é *fazendo* algo.



Sempre que recebo notícias de Helen, penso em quão diferente seria sua vida se ela tivesse ido trabalhar na cafeteria. Seu subemprego divertido e despreocupado provavelmente logo se tornaria uma experiência depressiva e alienadora, que poderia se arrastar mais do que o esperado, enquanto outros jovens na mesma faixa etária estariam trabalhando, digamos, com animação digital.

Claro que ela não permaneceria na cafeteria para sempre, mas tampouco seria estimulada por um diretor, porque este a veria apenas como uma atendente, não como alguém que poderia se destacar na indústria cinematográfica. E aquilo continuaria. Cinco ou dez anos depois, a diferença entre a Helen da cafeteria e a da animação digital poderia ser significativa. Tristemente significativa. A vida de Helen deslanchou quando ela usou as parcelas de capital de que dispunha para obter a próxima parcela de capital que queria – e em nada atrapalhou o fato de ela e a mulher do gerente entrevistador terem se formado na mesma universidade.

Quase sempre é assim que a coisa funciona.

INFORMAÇÕES SOBRE A SEXTANTE

Para saber mais sobre os títulos e autores
da EDITORA SEXTANTE,
visite o site www.sextante.com.br
e curta as nossas redes sociais.

Além de informações sobre os próximos lançamentos,
você terá acesso a conteúdos exclusivos
e poderá participar de promoções e sorteios.



www.sextante.com.br



facebook.com/esextante



twitter.com/sextante



instagram.com/editorasextante

Se quiser receber informações por e-mail,
basta se cadastrar diretamente no nosso site
ou enviar uma mensagem para
atendimento@esextante.com.br

Editora Sextante

Rua Voluntários da Pátria, 45 / 1.404 – Botafogo

Rio de Janeiro – RJ – 22270-000 – Brasil

Telefone: (21) 2538-4100 – Fax: (21) 2286-9244

E-mail: atendimento@esextante.com.br