

A **Arte** da Comunidade

OUTROS LIVROS DE CHARLES H. VOGL

Storytelling for Leadership: Creating Authentic Connections

*Building Brand Communities: How Organizations Succeed by Creating
Belonging (a continuação de A Arte da Comunidade)*

A Arte da Comunidade

2ª EDIÇÃO

7 Princípios para o Pertencimento

CHARLES H. VOGL



ALTA BOOKS
GRUPO EDITORIAL

Rio de Janeiro, 2025

A Arte da Comunidade 2ª Ed.

Copyright © 2025 ALTA BOOKS

ALTA BOOKS é um selo da EDITORA ALTA BOOKS do Grupo Editorial Alta Books (Starlin Alta Editora e Consultoria Ltda.)

Copyright © 2025 Charles H. Vogl

ISBN: 978-85-508-2718-6

Translated from original The Art of Community, Second Edition. Copyright © 2025 by Charles H. Vogl. ISBN 9798890570192. Published by arrangement with Berrett-Koehler Publishers, Oakland, CA. Brazilian Portuguese language edition published by Alta Books. Copyright © 2025 by STARLIN ALTA EDITORA E CONSULTORIA LTDA.

Impresso no Brasil – 2a Edição, 2025 – Edição revisada conforme o Acordo Ortográfico da Língua Portuguesa de 2009.

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

V883a

2. ed. Vogl, Charles H.

A arte da comunidade : 7 princípios para o pertencimento / Vogl, Charles H.; Tradução João Costa.

– 2.ed. – Rio de Janeiro : Alta Books, 2025.

208 p.; 15,7 x 23 cm.

Título original: The Art of Community 2nd Edition.

ISBN 978-85-508-2718-6

1. Comunidade intencional. 2. Pertencimento. 3. Liderança comunitária. 4. Valores compartilhados. 5. Rituais. 6. Símbolos. 7. Storytelling. I. Título.

CDD 303.6

Índice para catálogo sistemático:

1. Comunidade: Pertencimento: Liderança – 303.6

Todos os direitos estão reservados e protegidos por Lei. Nenhuma parte deste livro, sem autorização prévia por escrito da editora, poderá ser reproduzida ou transmitida. A violação dos Direitos Autorais é crime estabelecido na Lei nº 9.610/98 e com punição de acordo com o artigo 184 do Código Penal.

O conteúdo desta obra fora formulado exclusivamente pelo(s) autor(es).

Marcas Registradas: Todos os termos mencionados e reconhecidos como Marca Registrada e/ou Comercial são de responsabilidade de seus proprietários. A editora informa não estar associada a nenhum produto e/ou fornecedor apresentado no livro.

Material de apoio e erratas: Se parte integrante da obra e/ou por real necessidade, no site da editora o leitor encontrará os materiais de apoio (download), errata e/ou quaisquer outros conteúdos aplicáveis à obra. Acesse o site www.altabooks.com.br e procure pelo título do livro desejado para ter acesso ao conteúdo.

Suporte Técnico: A obra é comercializada na forma em que está, sem direito a suporte técnico ou orientação pessoal/exclusiva ao leitor.

A editora não se responsabiliza pela manutenção, atualização e idioma dos sites, programas, materiais complementares ou similares referidos pelos autores nesta obra.

Produção Editorial: Grupo Editorial Alta Books

Diretor Editorial: Anderson Vieira

Vendas Governamentais: Cristiane Mutûs

Produtoras das Obras: Beatriz de Assis & Viviane Corrêa

Tradução: João Costa

Revisão: Fernanda Lutfi

Diagramação: Junior Santos



Rua Viúva Cláudio, 291 – Bairro Industrial do Jacaré
CEP: 20.970-031 – Rio de Janeiro (RJ)
Tels.: (21) 3278-8069 / 3278-8419
www.altabooks.com.br – altabooks@altabooks.com.br
Ouvidoria: ouvidoria@altabooks.com.br



Ao Sr. e à Sra. Mwango, ao Sr. Puta, ao Sr. Davies
e à aldeia de Luposhi, na província de Luapula, Zâmbia.

Antes mesmo de eu perceber,
você me acolheram quando eu era um estrangeiro
em uma terra desconhecida, longe de casa e chorando à noite.
Que eu possa oferecer a outros o que você me deram
quando mudaram minha vida.

Amostra

Sumário

Prefácio para a Segunda Edição	XI
Introdução	XIII
Parte 1: Reconhecendo a Comunidade	1
1 Entendendo a Comunidade	3
Parte 2: Os Sete Princípios para o Pertencimento	19
2 O Princípio da Fronteira	23
3 O Princípio da Iniciação	31
4 O Princípio do Ritual	36
5 O Princípio do Templo	52
6 O Princípio da História	58
7 O Princípio do Símbolo	63
8 O Princípio dos Círculos Internos	68

Parte 3: Ideias Avançadas	89
9 Distinguir o que é Religião e Evitar Seitas	91
10 Diferentes Tipos de Sucesso	99
11 Reunindo Sabedoria	104
12 Como Lidar com a Comunidade Online	119
Epílogo: Finais e Inícios	131
Apêndice A	136
Exercícios para os Líderes	136
Apêndice B: Estudo de Caso da Comunidade do Jantar	147
Notas	169
Agradecimentos	175
Índice	177
Sobre o Autor	181

Abra o círculo.
Abra o círculo ainda mais.
Que esta seja a nossa canção.
Ninguém está sozinho.
Mark Miller e Gordon Light,
“Draw the Circle Wide”

Amostra

Prefácio para a Segunda Edição

Desde a publicação original de *A Arte da Comunidade*, a relevância da obra cresceu além da minha imaginação ou da minha editora, que apostou em um livro sobre ideias comprovadas em um assunto que, na época, era considerado algo de nicho. Nenhum de nós poderia saber que o ministro da Saúde dos Estados Unidos alertaria o país sobre a epidemia de solidão,¹ nem prevíamos a pandemia da Covid-19, que nos separaria de maneira sem precedentes. Talvez o momento do lançamento deste livro tenha sido apenas uma coincidência feliz. Talvez tenha sido uma sabedoria antiga que, sem saber, nos foi devolvida quando precisávamos dela.

Na minha vida profissional, eu trabalho com líderes nas áreas de tecnologia, educação, governança e transformação social. Baseando-me em parte nas tradições espirituais, ajudo esses líderes a compreender como podem desenvolver resiliência, fortalecer a identidade e vivenciar valores compartilhados. Quando os líderes criam uma comunidade robusta e comprometida, eles constroem relacionamentos eficazes, adaptáveis e resilientes em tempos dinâmicos e difíceis. Este livro é uma extensão desse trabalho. Ele é destinado principalmente, mas não exclusivamente, àqueles que buscam reunir outras pessoas para criar algo enriquecedor, satisfatório e significativo. Às vezes, esse algo é uma comunidade que pode mudar o futuro do nosso planeta.

Seu poder de unir as pessoas pode mudar, curar e amadurecer tanto você quanto outros. Isso o torna especial. A boa notícia é que não precisamos inventar novas maneiras de promover mudanças. As gerações anteriores aprimoraram lições que ainda funcionam. Só precisamos seguir sua sabedoria. Tudo está à sua espera. Bem-vindo à jornada.

Boa sorte.
Charles H. Vogl
Berkeley, Califórnia

Amostra

Introdução

Incubando uma comunidade

Só consegui escrever este livro porque me senti deslocado durante muito tempo. Quando digo “deslocado”, refiro-me a alguém que se pergunta: “Será que algum dia terei os amigos que desejo?” e “Será que algum dia me encaixarei em algum lugar?”. Senti-me tão solitário que chorei sozinho à noite. Quando tinha vinte e poucos anos, acompanhei minha prima Erin à sua igreja grande, jovem e moderna em Los Angeles, porque estava procurando uma comunidade espiritual. O culto começou com uma música cadenciada do grupo de louvor contemporâneo. Naquele momento, aparentemente todos no auditório, bem mais de mil pessoas, se levantaram, ergueram as mãos e começaram a balançar ao som da música. Na metade do culto, eu não queria mais fingir que estava confortável. Eu preferia algo muito mais contemplativo. Silenciosamente, eu me sentei.

Ainda me lembro dos olhares de desaprovação dirigidos a mim, o único que estava sentado. Era evidente que eu não pertencia àquele lugar. Ao longo dos anos, procurei muitos lugares, buscando o grupo certo, aquele ao qual eu pertenceria.

Quando tinha 25 anos de idade, eu servi no Corpo da Paz dos EUA no norte da Zâmbia, perto da fronteira com o Congo-Zaire. Quando saí de casa, ansiava por conhecer pessoas tão corajosas e aventureiras quanto

eu queria ser. Os aldeões receberam-me com generosidade, mas senti-me solitário muitas noites, num lugar diferente, com uma língua diferente e comida diferente. Não me sentir integrado àquele ambiente não foi uma surpresa. Mas também me lembro das noites em que me sentava ao redor de fogueiras com outros voluntários. Muitas vezes havia pilhas altas de caixas de cerveja por perto. Ao fundo, uma série interminável de jogos envolvendo bebida acontecia. Eu não bebo álcool. Uma noite, um voluntário do Corpo da Paz, que chamarei de Ralph, virou-se para mim e disse: “Não confio em pessoas que não ficam bêbadas.” A partir dessa conversa e de várias noites semelhantes, entendi que também não me encaixava entre aqueles voluntários.

Depois do Corpo da Paz, mudei-me para Nova York, ainda com a esperança de encontrar o grupo ao qual pertenceria. Um pastor do East Side de Manhattan apresentou-me a sabedoria da palestra de C. S. Lewis, “O Círculo Interno”.¹ Lewis escreveu que todos nós queremos entrar nos círculos internos de exclusividade. Esses são grupos mais exclusivos e mais interessantes do que aqueles aos quais já pertencemos. O problema não está nos círculos em si, mas em nosso desejo e anseio de entrar neles. Esse desejo leva pessoas boas a fazer coisas muito ruins. Isso é a causa não reconhecida de muita infelicidade. Lewis explica ainda que, infelizmente, quando entramos nesses círculos exclusivos, sempre descobrimos que há um círculo ainda mais atraente e exclusivo além deles. Esse padrão continuará para sempre, a menos que o quebreemos. Essa é a armadilha do círculo interno.

A solução de Lewis foi encontrar algo de que gostássemos e fazê-lo com frequência. Depois, convidar outras pessoas para se juntarem a nós, se também gostassem de fazer aquilo. As pessoas que se juntassem a nós criariam um tipo especial de relação que nos permitiria escapar à armadilha do círculo interno. Essa relação chama-se amizade. Fiquei inspirado pela ideia de que, se não conseguisse encontrar a comunidade certa, talvez pudesse criá-la. Na época, eu estava produzindo, sem habilidade ou recursos suficientes, o que se tornou um documentário independente para a rede televisiva PBS. Também mobilizei outros funcionários de restaurantes que eram abusados por uma empresa que ignorava as leis trabalhistas. Percebi que construir uma comunidade era importante para o sucesso em ambas as iniciativas.

Na casa dos trinta anos, fui para a pós-graduação em Yale a fim de estudar tradições espirituais, ética e filosofia. Lá, aprendi muitas ideias que uni-

ram pessoas em todo o mundo ao longo de milênios. Aprendi como os judeus se uniram dentro de um império hostil, como os anabatistas enfrentaram a Igreja Romana a um custo terrível, como os monges zen ainda dissuadem os forasteiros de participar de seus rituais privados mantidos há muito tempo, como os jainistas mantêm sua compaixão radical em um mundo violento e como as freiras devotadas à ecologia se unem para celebrar uma nova teologia para nossa relação com a Terra. Tantas pessoas, ao longo de tantos anos, permaneceram unidas em tempos brutais e sangrentos. Muitas vezes, elas foram tão bem-sucedidas que ainda podemos encontrar seus descendentes hoje. Foi inspirador ver como pequenos grupos podiam permanecer fortes, mesmo enfrentando ameaças existenciais. Havia muito a aprender com eles, lições que se aplicavam tão facilmente às comunidades seculares quanto às espirituais.

Uma coisa que me surpreendeu quando cheguei a Yale foi descobrir que a história e a fama da faculdade eram tão grandes que muitos outros alunos, assim como eu, achavam que nunca seriam bons o suficiente para realmente pertencer àquele lugar. Temíamos que, a qualquer momento, alguém nos pedisse para sair depois de revelar que éramos os impostores que tínhamos certeza de ser. Havia muita solidão e medo em Yale. Com a sabedoria de Lewis em mente, eu e minha agora esposa, Socheata, decidimos oferecer jantares em nossa casa todas as sextas-feiras à noite. Preparávamos um grande jantar com vários pratos e servíamos a qualquer pessoa que quisesse vir.

Naquele primeiro semestre, muitas vezes tive certeza de que tínhamos assumido um compromisso tolo. Os convidados cancelavam na última hora. Eu preparava um banquete e apenas três pessoas apareciam em um campus com 15 mil alunos. Tive que recusar convites para todas as outras atividades divertidas às sextas-feiras no campus e em Nova York. Com o tempo, as coisas mudaram. Com perseverança e muito trabalho, os jantares se tornaram populares de uma maneira inesperada. Depois de receber mais de quinhentas pessoas em nossa casa, em pequenas reuniões, ficamos exaustos. Em vez de desistir dos jantares, convidamos uma equipe de voluntários para planejar os cardápios, preparar as refeições e organizar o espaço. Arjan se ofereceu para gerenciar os líderes designados para os jantares, enquanto Sam passou a gerenciar os patrocinadores e as listas de convidados.

Enquanto preparava jantares, compartilhava essas refeições e limpava nossa cozinha, formei muitas das minhas amigas mais queridas. Esses

amigos viajaram comigo por vários países e estiveram ao meu lado no meu casamento. Nos meus piores dias, eu os chamo para não chorar sozinho. Às vezes, eles choram na minha sala de estar. Agora somos uns para os outros o que chamamos de “amigos das três da madrugada”. Sabemos que, quando ligamos uns para os outros às três horas da manhã, perguntamos como podemos ajudar e, então, agimos. Tornamos uns aos outros muito mais fortes.

No meu sexto ano em New Haven, meu amigo Melo me levou para almoçar no Yale Commons. Só nós dois nos sentamos em uma mesa grande no lado norte e ele compartilhou uma história especial comigo. Ele me contou que seu primeiro ano em Yale tinha sido o mais difícil de sua vida. Ele tinha vindo das Filipinas e a cultura norte-americana, o clima da Nova Inglaterra e o volume de trabalho já eram difíceis o suficiente. Ele descobriu que sua esposa, Jazz, que era médica, não podia trabalhar em Connecticut, então ela teve que morar e trabalhar a centenas de quilômetros de distância para que eles pudessem pagar as contas. Durante aquele primeiro semestre, o câncer de sua mãe piorou. Ele não tinha dinheiro para uma viagem surpresa a Manila, então, quando ela morreu, ele não pôde vê-la, dizer adeus ou “eu te amo” uma última vez. Como aconteceu comigo, ele chorou sozinho à noite. Durante as férias de verão, em sua casa em Manila, ele decidiu que nunca mais queria voltar para New Haven. Não importava que ele tivesse uma bolsa integral e fosse um dos poucos filipinos a estudar em Yale. Era simplesmente muito difícil. Ele não conseguia.

“Então”, disse Melo, “lembrei-me dos seus convites para os jantares na sua casa. E soube que aquele era o meu lugar. Soube que não estava sozinho, e isso deu-me força para voltar”. Eu não sabia que, quando ele me convidou para almoçar naquele dia, o fez porque se formaria no mês seguinte e queria que eu soubesse que todos nós, que organizamos aqueles jantares juntos, tínhamos mudado toda a sua vida. O ato de criar uma comunidade pode parecer simples, até mesmo mundano. Mas também pode provar ser algo transformador. Não estávamos apenas preparando jantares. Estávamos criando relacionamentos profundos que servem, apoiam e curam.

A inspiração para este livro

Em um dia ensolarado de junho, eu estava sentado em uma movimentada taqueria no centro de São Francisco com Kevin Lin, cofundador e diretor de operações da Twitch. Kevin supervisionava uma marca de jogos online

avaliada em bilhões de dólares que atraía dezenas de milhões de visitantes todos os meses. Enquanto comíamos uma torrada e tomávamos um chá gelado, ele me contou como o número de usuários continuava crescendo exponencialmente. Em apenas três anos, sua marca havia criado, quase por acaso, um ponto de encontro para pessoas que amam videogames.

Para Kevin, ficou claro que os usuários queriam desesperadamente fazer parte de uma comunidade que representasse sua identidade, seus valores e seus interesses comuns. Recentemente, a empresa convidou mil desses usuários para se tornarem “parceiros” da marca. Eles receberam privilégios para trabalhar com a empresa de uma maneira especial, o que lhes deu maior visibilidade. Kevin contou que algumas pessoas ficaram tão emocionadas com o convite que choraram. Ele sabia que isso tinha pouco a ver com a oportunidade financeira — esses usuários já haviam demonstrado que forneceriam conteúdo gratuitamente. O que os emocionou foi a sensação de que estavam sendo bem recebidos em algum lugar e apreciados por quem eram.

Muitos usuários da Twitch se sentiam incompreendidos, subestimados e desconectados do mundo offline, disse Kevin, referindo-se ao estigma de ser um entusiasta de videogames. Só pelas horas que passavam online na Twitch, eles já demonstravam o quanto apreciavam encontrar uns aos outros. Mas Kevin não sabia como transformar o grupo em uma comunidade forte. Tudo o que ele realmente sabia fazer era convidá-los a visitar e usar o site. Na verdade, ninguém em sua empresa conhecia princípios comprovados para construir uma comunidade robusta, dotada de um rico sentimento de conexão. Além disso, a liderança da Twitch relutava em tomar medidas arriscadas para organizar os usuários, com medo de que tais mudanças arruinassem o que estava funcionando. Havia tantas ideias que eu queria compartilhar com Kevin imediatamente, para que ele e sua equipe pudessem atender melhor milhões de pessoas em todo o mundo e fazê-las se sentir mais conectadas. Ele compartilhou sua visão de eventos ao vivo maiores em todo o mundo e de uma comunidade global mais harmoniosa.

Este livro é minha homenagem a Kevin e a todos os outros construtores de comunidades que estão criando espaços onde podemos aprender a nos conectar, derrotar a solidão e enriquecer nossas vidas ao compreender onde e como pertencemos. Em suma, este livro é uma ferramenta para levar amizade e apoio para onde antes havia solidão, medo e alienação. Que suas

comunidades atendam aos seus integrantes de todas as maneiras que eles desejam experimentar.

Você provavelmente já entende que é importante pertencer a comunidades fortes. Elas nos tornam mais eficazes para alcançar objetivos e superar desafios grandes e pequenos. As comunidades são criadas quando pelo menos duas pessoas começam a se preocupar com o bem-estar uma da outra. Se outras pessoas se juntam a essa pequena chama de cuidado, o fogo da comunidade cresce. Isso vale tanto para vizinhos quanto para ativistas globais e colegas de trabalho (ou até mesmo concorrentes) que enfrentam um grande desafio. Eu escrevi este livro para ajudar os líderes atuais e futuros, que trabalham de maneira presencial ou remotamente, a entender como fazer com que suas comunidades se sintam mais conectadas, duradouras e gratificantes. Se esta leitura for bem-sucedida, suas comunidades farão pelo menos quatro coisas melhor. Em primeiro lugar, elas ajudarão os seus integrantes a crescer da maneira que eles desejam. Esse crescimento pode ser técnico, social ou interno. Em segundo lugar, elas farão com que seus integrantes se sintam mais conectados, acolhidos, orgulhosos e entusiasmados por fazer parte do grupo. Em terceiro lugar, elas ajudarão os seus integrantes a trabalhar juntos para fazer a diferença que você imagina. Por fim, elas tornarão a participação mais divertida.

Pior do que antes

Nossa experiência cultural comunitária mudou radicalmente para pior durante a vida de muitos de nós. De modo geral, nossas conexões interpessoais se deterioraram tanto que agora vivemos no que o ministro da saúde dos EUA classifica como uma epidemia de solidão.² O número de pessoas que dizem não ter ninguém com quem conversar sobre assuntos difíceis triplicou em poucas décadas.³ Além disso, o tamanho da rede social média das pessoas diminuiu em um terço no mesmo período.⁴

Você pode reconhecer essa tendência por experiência própria, porque a dor está por toda parte.

Quanta solidão existe por aí? De acordo com um relatório, aproximadamente oito em cada dez jovens adultos norte-americanos, entre 18 e 24 anos de idade, relatam sentir-se solitários.⁵ Mais de quatro em cada dez norte-americanos entre 18 e 34 anos de idade dizem que “sempre” se sentem “excluídos”.⁶ Talvez pela primeira vez em nossa história, nossos jovens são

mais propensos a relatar sentir-se solitários do que nossos idosos, que muitas vezes têm mobilidade limitada.

Na verdade, mais do que o dobro dos adultos mais jovens, se comparados aos adultos mais velhos, sentem-se *sempre* excluídos.⁷ Eles não aprenderam as habilidades necessárias para criar as relações que nos ajudam a lidar com os desafios da vida.

As amizades que desejamos exigem tempo, mas passamos menos tempo com os amigos do que no passado. Uma pesquisa realizada pela American Time Use Survey indica que “o tempo médio gasto com os amigos diminuiu de 60 minutos por dia em 2003 para apenas 34 minutos em 2019”.⁸ Isso equivale a perder uma refeição compartilhada de três horas *por semana*. Talvez isso ajude a explicar por que pesquisas também revelam que aproximadamente metade de todos os norte-americanos tem apenas três amigos íntimos ou menos.⁹ Pode ser surpreendente saber que, em todos os eventos dos quais participamos, aproximadamente metade das pessoas presentes relata não ter quatro amigos íntimos em todo o mundo. Mais de um em cada dez afirma não ter *amigos íntimos*.¹⁰

Isso não significa que os norte-americanos estejam satisfeitos com suas poucas amizades íntimas. Pesquisas também nos mostram que “os norte-americanos que têm mais amigos relatam níveis mais altos de satisfação com o número de amigos que têm... À medida que os norte-americanos acumulam mais amigos, seu nível de satisfação aumenta”.¹¹ Estamos todos cercados por pessoas que querem mais conexões para ter uma vida melhor e mais vibrante. Há oportunidades em todos os lugares que vamos para tornar a vida melhor para as pessoas ao nosso redor, engajando-as com outras pessoas de maneiras significativas. Uma amizade pode de fato transformar vidas.

Distração digital e relacionamentos mediados digitalmente

As mídias digitais e os relacionamentos mediados digitalmente continuam a exercer uma influência sem precedentes sobre como, onde e quão bem (ou mal) interagimos.

Embora um relacionamento mediado digitalmente possa ser satisfatório, pesquisas indicam que vivenciamos esses relacionamentos de maneira diferente dos relacionamentos presenciais e que, via de regra, eles são *muuito* menos satisfatórios. As muitas camadas de experiência que desfrutamos quando estamos fisicamente presentes uns com os outros fazem uma diferença profunda na maneira como nos sentimos e nos conectamos.¹²

Mesmo o uso casual de celulares pode prejudicar o prazer das experiências sociais. Um estudo da Universidade da Colúmbia Britânica relatou que, quando os celulares estão *apenas visíveis*, os participantes ficam mais distraídos e os aparelhos reduzem o quanto as pessoas aproveitam o tempo com amigos e familiares.¹³ Quando experimentamos o “phubbing” (desprezar alguém presente para olhar para um celular), a experiência “afeta significativa e negativamente a qualidade da comunicação percebida e a satisfação no relacionamento”.¹⁴ Que resultado irônico para uma tecnologia que pensávamos que nos conectaria mais.

Adolescentes e jovens adultos são os que correm maior risco.¹⁵ Em um estudo recente, quase metade dos adolescentes disse que usa a internet em geral “quase constantemente”, o dobro do que há apenas dez anos.¹⁶

Isso não os torna mais felizes, mas eles não sabem como parar. Um terço já afirma que passa tempo demais nas redes sociais.¹⁷ E um relatório do cirurgião-geral dos EUA sobre redes sociais e saúde mental revelou que “um terço ou mais das meninas de 11 a 15 anos de idade dizem se sentir ‘viciadas’ em certas plataformas de redes sociais, e mais da metade dos adolescentes afirmam que seria difícil abandonar as redes sociais”.¹⁸

A toxicidade social de nossos relacionamentos mediados digitalmente e suas distrações é tão grave que milhares de escolas norte-americanas já utilizam programas para separar as crianças dos celulares durante o horário escolar, de modo que o governo federal oferece financiamento para tais programas.¹⁹ Isso inclui guardar os telefones em bolsas durante o dia letivo. A tendência está crescendo.²⁰ O jornal *Washington Post* relatou que “os professores estavam implorando por ajuda”.²¹ Mesmo com apenas alguns anos de dados, está claro que os programas criaram “resultados profundos e inesperados” para os educadores que trabalham para limitar a distração causada pela tecnologia. Entre muitas melhorias nas escolas com a limitação do acesso aos celulares, os educadores relatam que os corredores e refeitórios estão mais barulhentos porque os alunos conversam uns com os outros.²²

Está comprovado que a solidão é cara, além de ser prejudicial à saúde

Sabemos que as relações sociais têm efeitos positivos profundos na nossa saúde física e mental, longevidade e felicidade. A solidão mata e a qualidade de nossas relações é importante.²³ O Estudo sobre o Desenvolvimento