Have you got a Facebook account? Are you thinking of getting one? Jamie Simmonds has just signed up. Let’s see how she’s getting along.

MONDAY: I’m officially a Facebooker. I find a few people I used to know and I’ve soon got seven friends. I’ve never felt so popular! I wonder if my old university flatmate Steve is on here… What do you know! He is! Maybe Facebook has its uses after all.

TUESDAY: I’ve received lots of nice welcoming messages on my wall. Later, I meet up with Steve for a drink after not seeing him for five years. We get on really well! Then, he uses his Facebook app for iPhone to suggest me as a friend to some other ex-classmates. Some of them even come to the pub and it’s just like old times – possibly a bit too much like old times. During the night, photos are uploaded to Facebook.

WEDNESDAY: Disaster! My mum’s on Facebook! Has she seen the photos of me dancing on the table from last night? Has she shown them to dad? Oh, and I have a friend request – mum again!

THURSDAY: There’s a message from my boyfriend, “So, it’s over then, is it?” Apparently, I haven’t changed my settings to show I’m “in a relationship”, and I haven’t even added him as a friend. Ah well, I wonder what my exboyfriend is doing… Whoops! I accidently type his name into my status box instead of the search box, and now everyone can see it on their news feed.

FRIDAY: Time to update my status: “Work is boring. Can’t wait for the weekend!” Yeah, that about sums it up. Oh, look, I’ve received a comment! Someone must feel the same way. Lots of my friends now “like” this status.

SATURDAY: Good news! I’ve got 100 friends! But wait! Someone’s “un-friended” me! I look through my “friend list” to try to work out who it was. Why did they do that? Am I really such a terrible person? I never knew Facebook could be this cruel.

SUNDAY: Wake up. Check my Facebook page. Make coffee. Check my Facebook page again. Get ready to leave. Change my mind and check my Facebook page… again. This is becoming an obsession! I think it’s time to end it all before it takes over my life. I delete my account. Back to good, old, simple e-mails. Oh, look, I’ve got a message: “A friend has invited you to join Twitter…”

*Você tem uma conta no Facebook? Você está pensando em ter uma? Jamie Simmonds acaba de se inscrever. Vamos ver como ela está se saindo.*

*SEGUNDA-FEIRA: Sou oficialmente um usuário do Facebook. Encontro algumas pessoas que conhecia e logo tenho sete amigos. Nunca me senti tão popular! Eu me pergunto se meu antigo colega de apartamento da universidade, Steve, está aqui... O que você sabe! Ele está! Talvez o Facebook tenha seus usos, afinal.*

*TERÇA-FEIRA: Recebi muitas mensagens legais de boas-vindas no meu feed. Mais tarde, encontro-me com Steve para um drinque depois de cinco anos sem vê-lo. Damo-nos muito bem! Então, ele usa seu aplicativo do Facebook para iPhone para me sugerir como amigo para alguns outros ex-colegas. Alguns deles até vêm ao pub e é como nos velhos tempos - possivelmente um pouco como nos velhos tempos. Durante a noite, as fotos são carregadas no Facebook.*

*QUARTA-FEIRA: Desastre! Minha mãe está no Facebook! Ela viu as fotos minhas dançando na mesa ontem à noite? Ela as mostrou ao papai? Ah, e eu tenho um pedido de amizade – mãe, de novo!*

*QUINTA-FEIRA: Tem uma mensagem do meu namorado: “Então acabou, né?” Aparentemente, não mudei minhas configurações para mostrar que estou “em um relacionamento” e nem o adicionei como amigo. Ah, bem, eu me pergunto o que meu ex-namorado está fazendo ... Opa! Eu acidentalmente digito o nome dele na minha caixa de status em vez da caixa de pesquisa, e agora todos podem vê-lo em seu feed de notícias.*

*SEXTA-FEIRA: Hora de atualizar meu status: “Trabalhar é chato. Mal posso esperar pelo fim de semana!” Sim, isso resume tudo. Olha, recebi um comentário! Alguém deve se sentir da mesma maneira. Muitos dos meus amigos agora “curtem” esse status.*

*SÁBADO: Boas notícias! Eu tenho 100 amigos! Mas espere! Alguém me “removeu dos-amigos”! Examino minha “lista de amigos” para tentar descobrir quem era. Por que ele fez isso? Eu sou realmente uma pessoa tão terrível? Nunca imaginei que o Facebook pudesse ser tão cruel.*

*DOMINGO: Acordo. Confiro minha página no Facebook. Faço café. Confiro minha página no Facebook novamente. Preparo-me para sair. Mudo de ideia e verifico minha página no Facebook… de novo. Isso está se tornando uma obsessão! Acho que é hora de acabar com tudo antes que tome conta da minha vida. Eu excluo minha conta. De volta aos bons, velhos e simples e-mails. Olha, recebi uma mensagem: “Um amigo convidou você para entrar no Twitter…”*

Why are some people successful and others aren’t? What’s the secret of success? Author Malcolm Gladwell thinks he knows. Many of Gladwell’s ideas appear in his social psychology bestseller Outliers. The popular view is that some of us are born talented and others aren’t. But Gladwell thinks that this is just an excuse for not trying… and if you really want to be good at something, you have to work at it. “Practice isn’t the thing you do once you’re good,” Gladwell writes. “It’s the thing you do that makes you good.” Central to the book is the “10,000-hour rule”. It means that if you want to be among the best in the world, you need to practice something for 10,000 hours. That’s the equivalent of three hours a day for 10 years. For example, The Beatles played live in Hamburg more than 1,200 times between 1960 and 1964, which is more than 10,000 hours of playing time. And when Microsoft chairman Bill Gates was 13, he was given access to a high school computer (one of the few available in the country), allowing him to practice computer programming for more than (yes, you guessed it!) 10,000 hours. The interesting thing is that success has nothing to do with intelligence. Take the example of Christopher Langan, who’s mentioned in the book. He’s got an IQ of between 195 and 210 (Albert Einstein’s IQ was estimated to have been between 160 and 180). As a boy at school, Langan was able to take an exam in a foreign language he’d never studied and pass it after just skim-reading a text book for three minutes. However, Langan never graduated from university, and worked in labour-intensive jobs his whole life. This proves that intelligence alone will not lead to success – you need hard work, support, finance and opportunities. Gladwell adds, “No one – not rock stars, not professional athletes, not software billionaires, and not even geniuses – ever makes it alone.” However, it isn’t just a question of time and support. Even after you’ve put in your 10,000 hours of practice, you still need one other key ingredient – luck. So, you could be the most amazing guitarist in the world, but unless you’re lucky enough to play in front of a record company executive who sees a way of exploiting that talent, you aren’t going to be seeing your name in lights. Of course, many people argue that you can create your own “luck” if you’re proactive enough… but then again, someone who’s willing to practice something for 10,000 hours is probably fairly pro-active anyway. So, are you putting in the hours? Carry on! You could get lucky!

*Por que algumas pessoas são bem-sucedidas e outras não? Qual é o segredo do sucesso? O autor Malcolm Gladwell acha que sabe. Muitas das ideias de Gladwell aparecem em seu best-seller de psicologia social “Outliers”. A visão popular é que alguns de nós nascem talentosos e outros não. Mas Gladwell acha que isso é apenas uma desculpa para não tentar... e se você realmente quer ser bom em alguma coisa, você tem que trabalhar nisso. “A prática não é o que você faz quando se torna bom”, escreve Gladwell. “É o que você faz que te torna bom.” No centro do livro está a “regra das 10.000 horas”. Significa que se você quer estar entre os melhores do mundo, precisa praticar algo por 10.000 horas. Isso é o equivalente a três horas por dia durante 10 anos. Por exemplo, os Beatles tocaram ao vivo em Hamburgo mais de 1.200 vezes entre 1960 e 1964, o que representa mais de 10.000 horas de reprodução. E quando o presidente da Microsoft, Bill Gates, tinha 13 anos, ele teve acesso a um computador de escola (um dos poucos disponíveis no país), permitindo-lhe praticar programação de computador por mais de (sim, você adivinhou!) 10.000 horas. O interessante é que sucesso não tem nada a ver com inteligência. Veja o exemplo de Christopher Langan, mencionado no livro. Ele tem um QI entre 195 e 210 (o QI de Albert Einstein foi estimado entre 160 e 180). Quando menino na escola, Langan foi capaz de fazer um exame em uma língua estrangeira que nunca havia estudado e passar depois de apenas ler um livro de texto por três minutos. No entanto, Langan nunca se formou na universidade e trabalhou em empregos intensivos em mão-de-obra durante toda a sua vida. Isso prova que a inteligência por si só não levará ao sucesso – você precisa de muito trabalho, apoio, finanças e oportunidades. Gladwell acrescenta: “Ninguém – nem astros do rock, nem atletas profissionais, nem bilionários de software e nem mesmo gênios – consegue isso sozinho.” No entanto, não é apenas uma questão de tempo e suporte. Mesmo depois de ter colocado em suas 10.000 horas de prática, você ainda precisa de outro ingrediente chave – sorte. Então, você pode ser o guitarrista mais incrível do mundo, mas a menos que tenha a sorte de tocar na frente de um executivo de uma gravadora que vê uma maneira de explorar esse talento, você não verá seu nome nas luzes. Claro, muitas pessoas argumentam que você pode criar sua própria “sorte” se for proativo o suficiente… Então, você está treinando as horas? Continuar! Você pode ter sorte!*