

## F E L L I E T O N



**RAFAŁ  
OHME:**

W cyfrowym świecie brońmy się przed samotnością



RAFAŁ OHME

# CYFROWY PRZEŁOM – jak wpływa na nasz umysł

Z cyfrową rewolucją można walczyć, zaprzeczać jej istnieniu albo bezwolnie jej się poddać. Ja proponuję lepszy sposób – aktywnie się dostosujmy. Sprawmy, żeby fala przemian nas nie zatopiła. Wręcz przeciwnie – wskoczmy na nią i czerpmy przyjemność z surfowania

**W** latach 70. ubiegłego wieku cyfrowa rewolucja dumnie przeżyła się na nadgarstkach właścicieli elektronicznych zegarków – osób nowoczesnych i otwartych na technologiczne nowinki. Dekadę później pojawiły się płyty CD, a co druga grupa muzyczna miała syntezator lub elektroniczną perkusję. Dorośli i dzieci z uwielbieniem wpatrywali się w szumiące komputery Atari i kultowe ZX Spectrum. A potem dopiero się zaczęło. Gwałtownie rozkwitająca, nawet w niewielkich ośrodkach

naukowych, poczta elektroniczna i komputerowa wyszukiwarka artykułów sprawiły, że wymiana informacji i dzielenie się wiedzą przestały być luksusem. Aby być na czasie i w kontakcie, nie potrzebowaliśmy ani miesięcy, ani milionów. Chwilę potem naszą planetę oplotła sieć WWW. Bez jej kodów, przekazanych bezpłatnie dla dobra ludzkości, nikt nie wyobraża sobie dzisiejszej pracy, rozrywki i wypoczynku.

Nasze działania koncentrują się wokół wszechobecných ekranów. W pracy siedzimy przed kompu-



terem, a po pracy znajdujemy relaks w tablecie lub smartfonie. Kiedyś trudno było przywołać dzieci z podwórka, a dziś – odciągając je od konsoli do gier. Dzień bez mediów społecznościowych – niemożliwe! Większość pytanym o to, czy łatwiej zgodzi się na detoks żywieniowy, czy cyfrowy – bez wahania wybiera ten pierwszy.

### PRZYSPIESZENIE... DOPIERO PRZED NAMI.

Wydaje ci się, że otoczenie, w którym żyjesz, szybko się zmienia? Przygotuj się, bo przyspieszenie dopiero się zacznie. Będą za to odpowiedzialne sprytnie algorytmy i myślące maszyny. Za dziesięć lat świat będzie kompletnie inny niż dzisiaj, a za dwadzieścia – nie do poznania. **Sztuczna inteligencja i wirtualna/rozszerzona rzeczywistość zmieniają rynek pracy i przeddefiniują, gdzie i o której godzinie się ją wykonuje. W nieodległej przyszłości zmieniają się kryteria selekcji pracowników, standardowe dziś pytanie „dlaczego to właśnie ciebie nasza firma powinna zatrudnić” zastąpi „dlaczego ciebie, a nie maszynę, nasza firma powinna zatrudnić”.**

Nowym nawykiem, podobnym do surfowania w sieci, stanie się wypełnianie ankiet i udzielanie feedbacku. Będą z tego korzystać inteligentne przedsiębiorstwa, w których dane operacyjne i doświadczeniowe nie są izolowane w odrębnych silosach, ale integrowane w jeden strumień informacji płynący 24 godziny na dobę, 7 dni w tygodniu. Autonomiczne pojazdy wypełnią ulice miast i wsi. Zgoda, pozbawią pracy wielu, ale sprawią, że milion osób rocznie nie straci życia w wypadkach drogowych. Bioinżynieria i nanotechnologie sprawią, że nowotwory i choroby układu krążenia będą skutecznie leczone, za to społecznym wyzwaniem stanie się narastająca depresja i samotność.

A to dopiero początek. Maszyny wykonujące „ludzkie” zawody istotnie obniżą koszty produkcji, a tym samym oswobodzą środki na opłatę zawodu, który od zawsze wykonywaliśmy za darmo, nie myśląc, że ktoś mógłby za to zapłacić. Państwo nieodległej przyszłości będzie wynagradzać rodziców za wychowanie dzieci. To będzie panaceum na rosnące bezrobocie, ale przede wszystkim na zapobieżenie dramatom samotnych dzieci zapracowanych rodziców. Urzędowo finansowane będzie także ustawiczne kształcenie dorosłych, w tym



**RAFAŁ OHME**

Profesor  
w Szkole Biznesu  
na Uniwersytecie  
Stellenbosch  
w Kapsztadzie (RPA),  
właściciel firmy  
technologicznej  
NEUROHM,  
laureat konkursu  
Przedsiębiorca  
Roku EY, autor  
bestsellera  
„Emo Sapiens  
– harmonia emocji  
i rozumu” i nowości  
„Spa dla umysłu  
– zadbaj o siebie,  
by dbać o innych”

rozwój osobisty, nauka delektowania się sztuką i podróżowanie – jako najlepsze lekarstwo na uprzedzenia i rasizm. To nie są zbytki, jak myśli wielu współczesnych, to są filary samoświadomości – jedynej ludzkiej umiejętności, której nie posiadają maszyny. Przedstawiłem optymistyczną wizję nieodległej przyszłości, mniej różową łatwo sobie wyobrazić.

Nie obawiaj się zmian, dostosuj się do nich. Cyfrowa rewolucja nadchodzi wielkimi krokami. Można z nią walczyć, zaprzeczać jej istnieniu albo bezwolnie się poddać. Ja proponuję lepszy sposób – aktywnie dostosujemy się. Wypracujemy otwartość na zmiany, ćwiczymy elastyczność myślenia, otworzymy się na różne formy pracowania. A co najważniejsze, nauczymy się krytycznego myślenia i wykrywania fake newsów, a także samodzielnego zdobywania wiedzy, nie tylko za pomocą wyszukiwarek (sterowanych przez algorytmy).

Co jeszcze? Szykując się na nadejście nowego, poznajmy lepiej sami siebie. Dowiedzmy się, jak skutecznie walczyć z wszechobecnym hormonem stresu, kortyzolem, i jak zarządzać chemiczną energią dostarczaną przez organizm w trakcie cyklu dobowego. Nauczmy się pielęgnować trzy zmysły, które w dekadzie mediów społecznościowych są coraz bardziej deprywowane – węchu, dotyku i smaku. Cyfrowe algorytmy potrafią odtwarzać obrazy i dźwięki, tymczasem nie pozwolą poczuć smaku truskawek z bitą śmietaną. Kiedy z pięciu zmysłów gwałtownie tracimy trzy, zakłócona zostaje homeostaza – Święty Graal biologii i psychologii. Jej zaburzenie zawsze skutkuje chorobami ciała i duszy. Przecież tego nie chcemy, prawda?

**W KOLEJNYCH FELIETONACH PODPWIEM, JAK WYKORZYSTAĆ CAŁE DOBRO** płynące z cyfrowego przełomu, a jednocześnie, jak nie pozwolić osłabić swoich zdolności poznawczych i nauczyć się zarządzać emocjami. Jak motywować innych i siebie, aby chciało się chcieć. Jak rozwijać inteligencję emocjonalną, przydatną w czasach inteligencji sztucznej. Jak zadbać o siebie, aby dbać o innych. Wszystkie wskazówki będą bazować na odkryciach nauki o mózgu, nowoczesnej psychologii i na dwóch dekadach moich międzynarodowych doświadczeń w biznesie. **F**

RAFAŁ OHME