

**Ro**

Prof. Rafał Ohme

---

**EMO SAPIENS  
W ŚWIECIE MASZYN**

9 | 2020

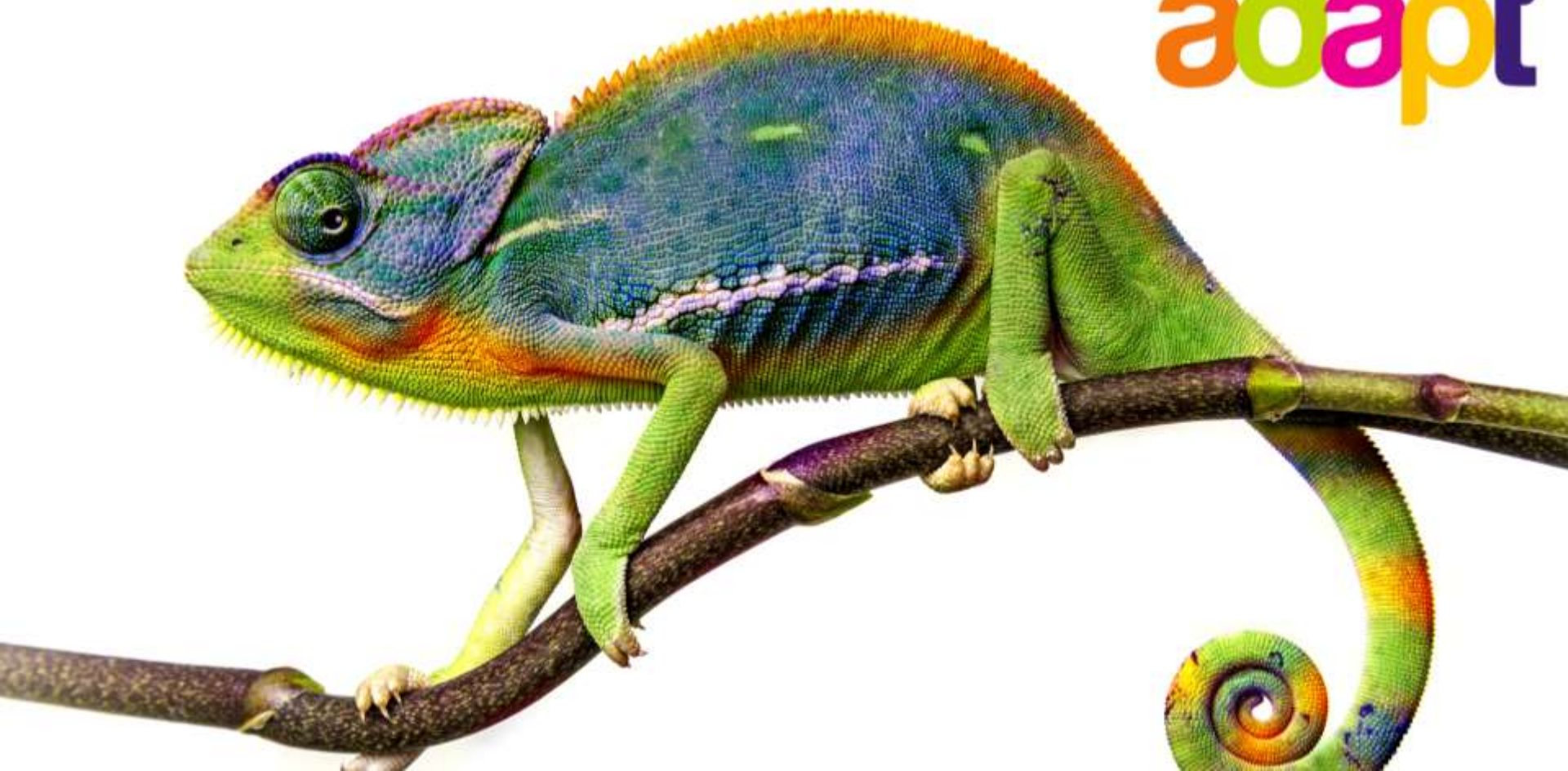


# \_Rewolucja technologiczna





Zmiana jest nieuchronna i dopiero się rozpędza



adapt

walczyli



**NOKIA**



dostosowali się



**ŠKODA**



**Google**



oni się dostosowali





**NEURONAUKA**  
neuroobrazowanie

# Nowe technologie badają reakcje mózgu

EEG\_GSR\_ET



**BIONAVI**  
NEURO TEST

inteligentne testy



**iCode**  
SMART TEST



# George Clooney – rządzi i dzieli

2008



neuroCASE



NESPRESSO.

BI NAVI  
NEURO TEST



# Neuro sekret reklamy wszechczasów

neuroCASE



2006



**BIONAVI**  
NEURO TEST  
**SONY**



# Puste wrażenia, czyli zabawa bez nauki

2009



neuroCASE



**PEPSICO**

**BI NAVI**  
NEURO TEST



# Co licealiści sądzą o sobie i o innych

## Inteligentny test dla nauczycieli

2018

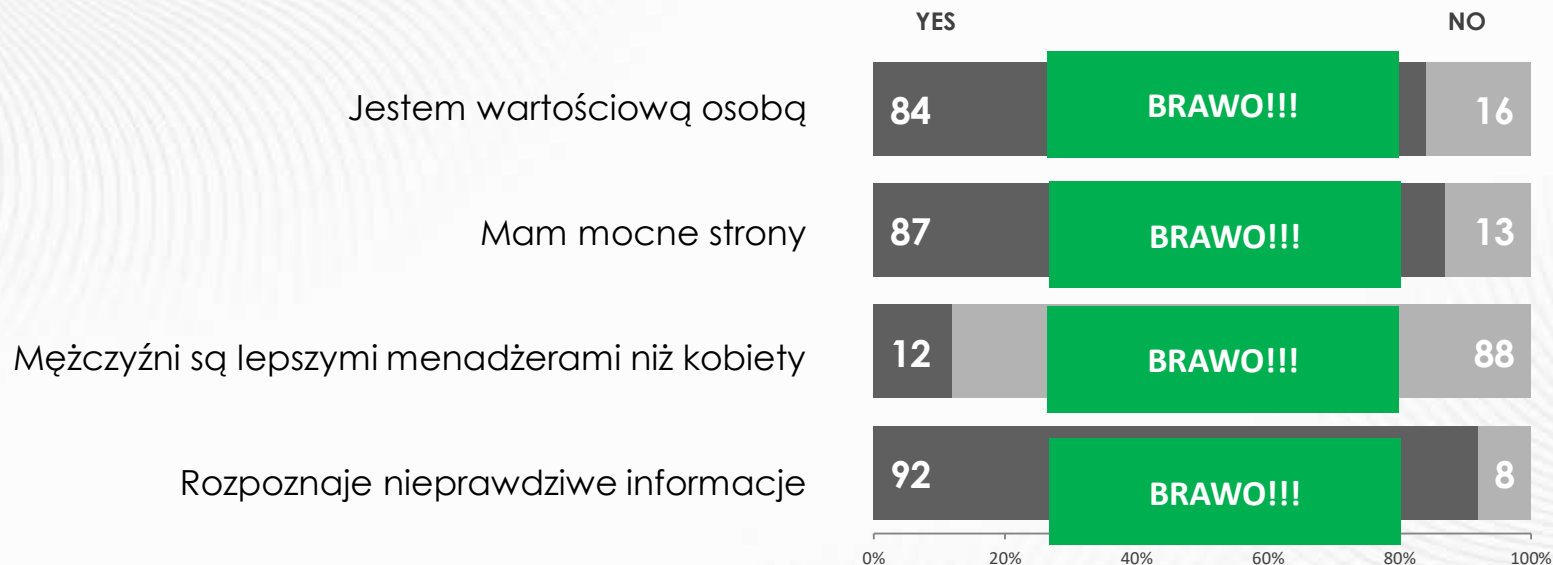
CX\_CI case



# Studencki projekt edukacyjny

## godzina wychowawcza **OPINIE**

N=101



### STUDENTS' OPINION

Percentage of students who AGREED / DISAGREED with a given statement.

YES NO

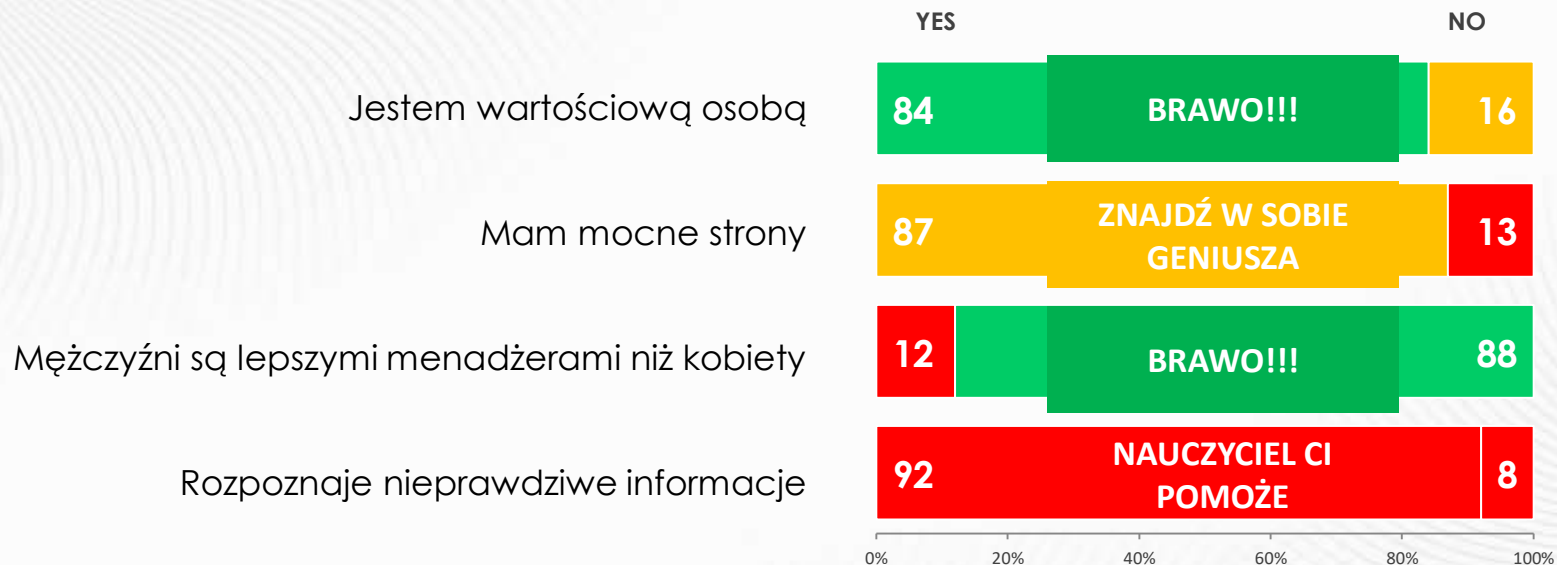
### CONFIDENCE LEVEL

Certainty level of declarations. The faster is the reaction, the more certain an attitude is.



# Studencki projekt edukacyjny godzina wychowawcza\_ **PEWNE OPINIE**

N=101



#### STUDENTS' OPINION

Percentage of students who AGREED / DISAGREED with a given statement.

YES NO

#### CONFIDENCE LEVEL

Certainty level of declarations. The faster is the reaction, the more certain an attitude is.



# Co pacjenci sądzą o sobie

## Badanie pojedynczych osób

2018

CX\_CI case





X data

stres	TAK
wiedza	TAK
dyscyplina	TAK

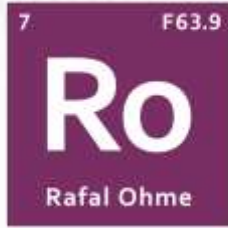
PERSONALIZACJA usług





neuro odkrywa emocje





---

Bez Emocji nie ma energii  
- narodziny Emo Sapiens



# ZANGAŻOWANIE WARTOŚCI

*kora czołowa*  
ROZUM



*układ limbiczny*  
EMOCJE



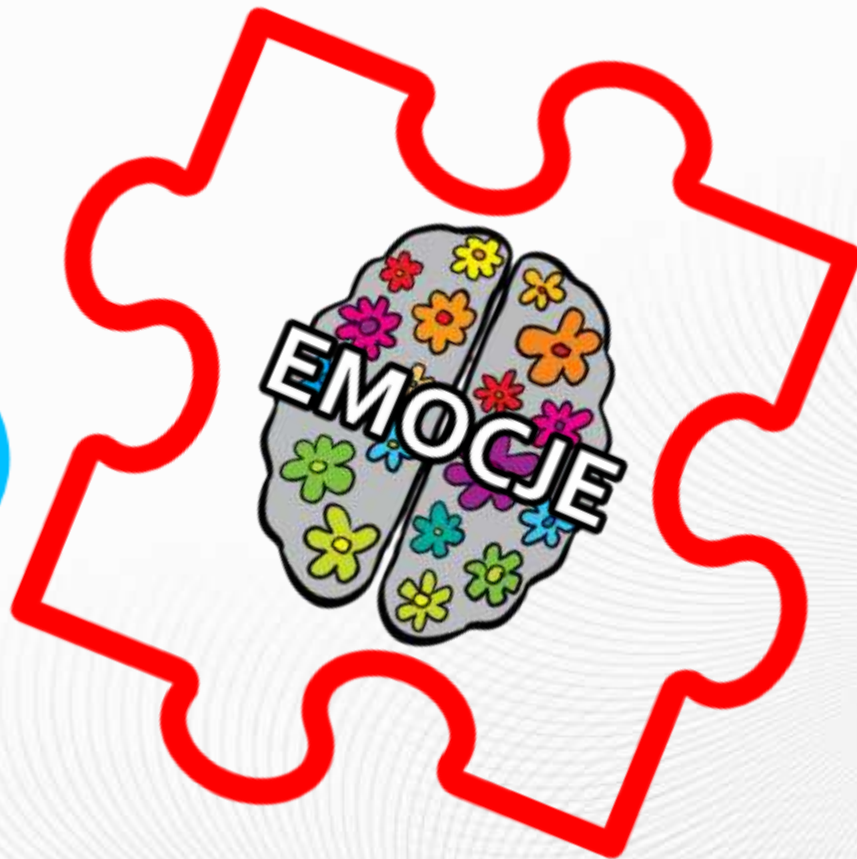
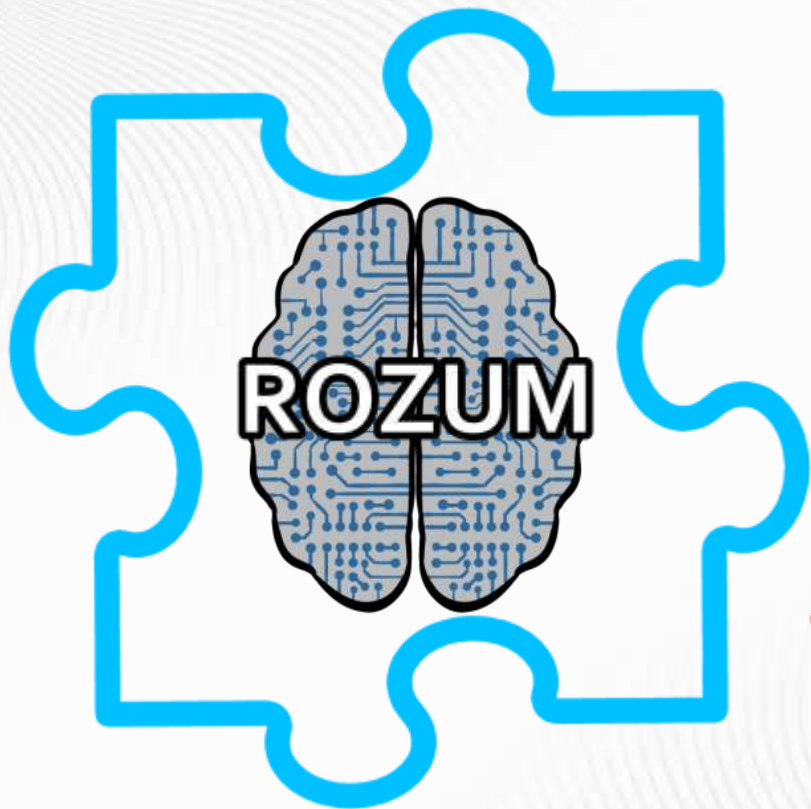
*przysadka*  
AUN, hormony  
**DZIAŁANIE**



EMOCJE  
to nasza **siła**,  
a nie słabość

emo  
**sapiens**  
oto kim jesteśmy

# Dwa a nie jeden systemy operacyjne

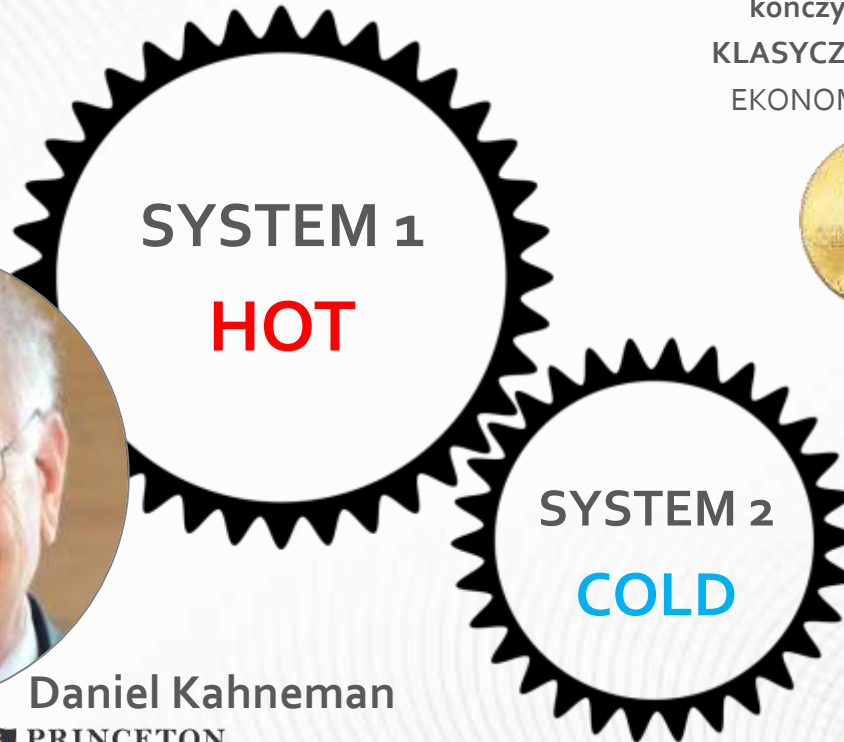


# Książka, która by zapobiegła recesji (gdyby ją przeczytano)

Dwa *równoległe*  
systemy operacyjne



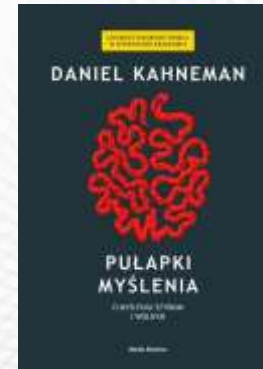
Daniel Kahneman  
 PRINCETON  
UNIVERSITY



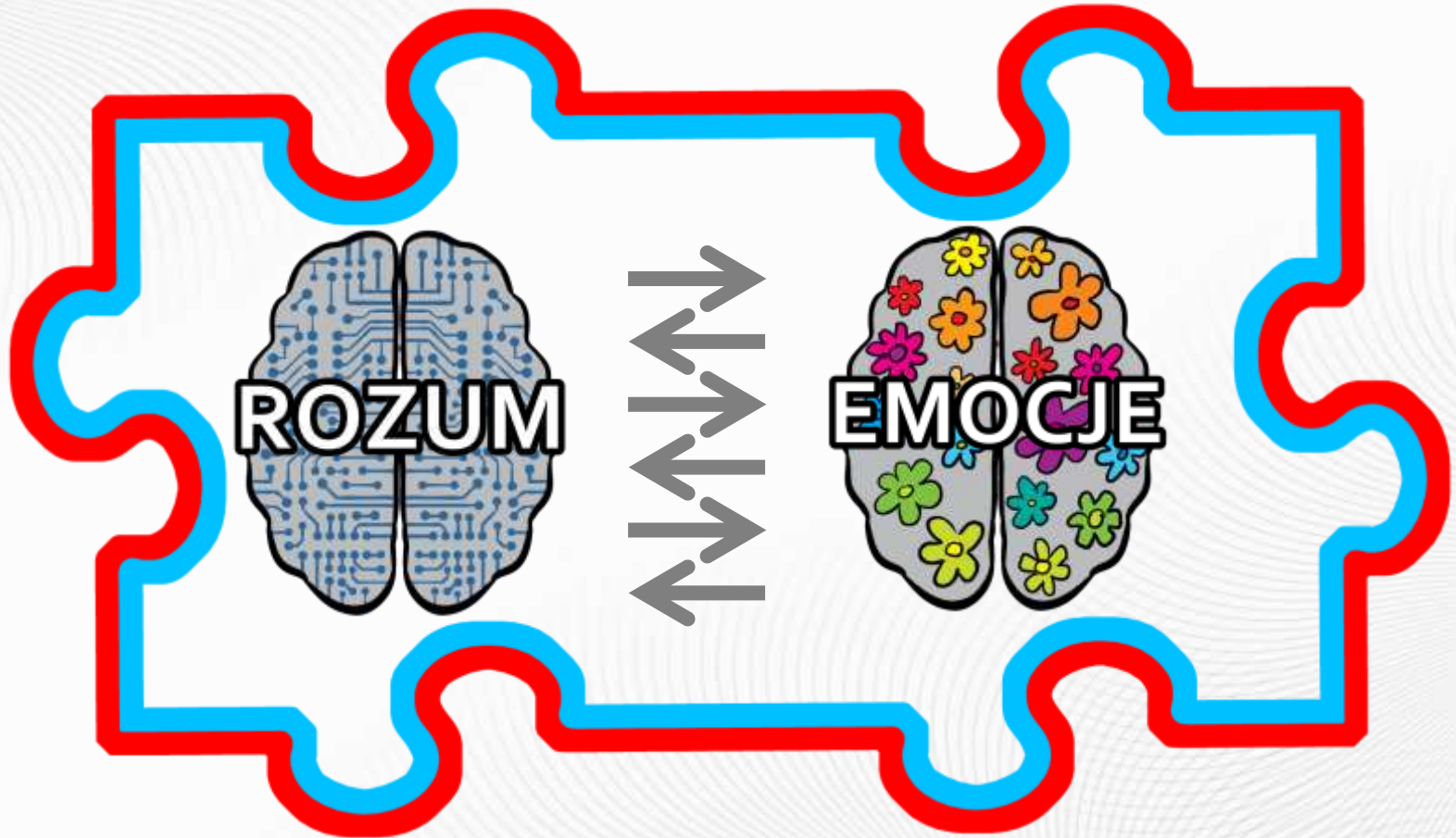
kończy się  
KLASYCZNA  
EKONOMIA

## 2002

rozpoczyna się  
NOWOCZESNA  
EKONOMIA



Oba systemy współpracują ze sobą



**Rozum**

Plan i Nadzór

**Emocje**

Energia i *Nadzieja*




**emo  
sapiens**

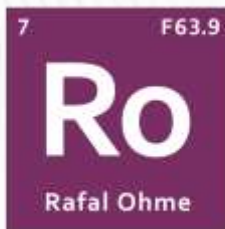
harmonia emocji i rozumu

BUKOWY LAS



A large, multi-masted sailing ship with white sails is shown from a low angle, sailing on a calm sea. The ship is positioned on the left side of the frame, with its sails partially unfurled. The background is a dramatic sunset or sunrise, with the sun low on the horizon, casting a warm, golden glow over the sky and sea. The sky is filled with soft, orange and yellow clouds, and the sea reflects the light of the sun. In the distance, there are faint silhouettes of mountains or hills. The overall mood is serene and majestic.

*Intelekt* pozwala  
zmieniać świat,  
a *emocje* dają  
wiarę i siłę



---

Wszystkie emocje  
są dobre






**WSZYSTKIE** emocje  
są nam potrzebne




Emocje nadają  
życiu barw

A woman with long dark hair, wearing a black strapless top and black boots, is sitting on a concrete ledge. She is looking down and to the right. Her hair is blowing in the wind. In the background, there is a city skyline with several buildings, including a prominent blue glass skyscraper. The sky is overcast.

**STRACH** to mądrość  
w obliczu zagrożenia

A woman with long brown hair, wearing a blue long-sleeved shirt, is in a kitchen. She is holding a white plastic milk jug with both hands. Her expression is one of concern or worry, with a furrowed brow and a slight frown. She is looking directly at the camera. The background shows a kitchen with wooden cabinets, a white refrigerator, and a stainless steel range hood. A semi-transparent white banner is overlaid on the bottom left of the image, containing text.

**WSTREŃT** broni przed zatruciem



**WSTRĘT** broni przed zatruciem  
i przekraczaniem granic



ZŁOŚĆ dodaje słabym odwagi





**SMUTEK** chroni przed... samym sobą

Jak dużo  
jest za dużo?

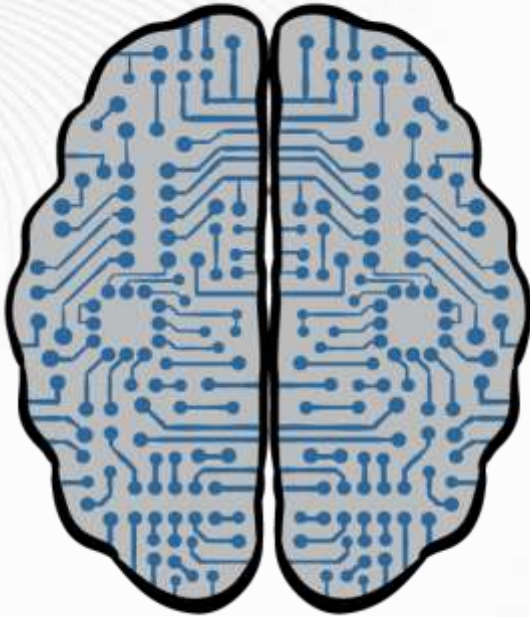
Najważniejsze są  
**PROPORCJE**



Emocje są jak ogień

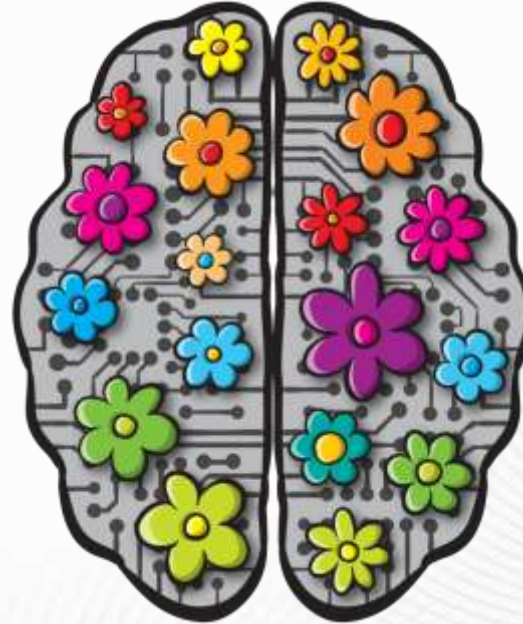


boi się ognia



Homo  
**SAPIENS**

korzysta z ognia



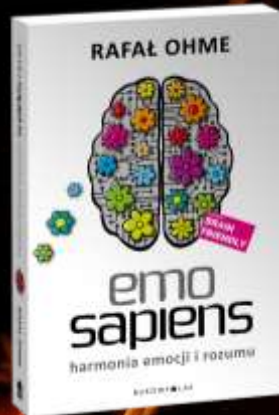
Homo  
**EMO SAPIENS**

POZNAJ 

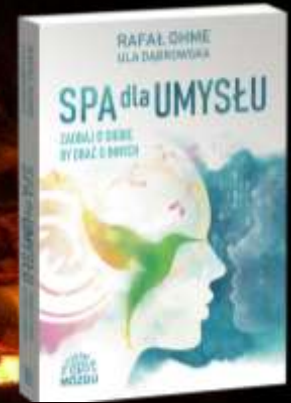
WZMOCNIJ 

ZMIENIAJ 

OBUDŹ 



NAUCZ SIĘ  
ZARZĄDZAĆ  
EMOCJAMI

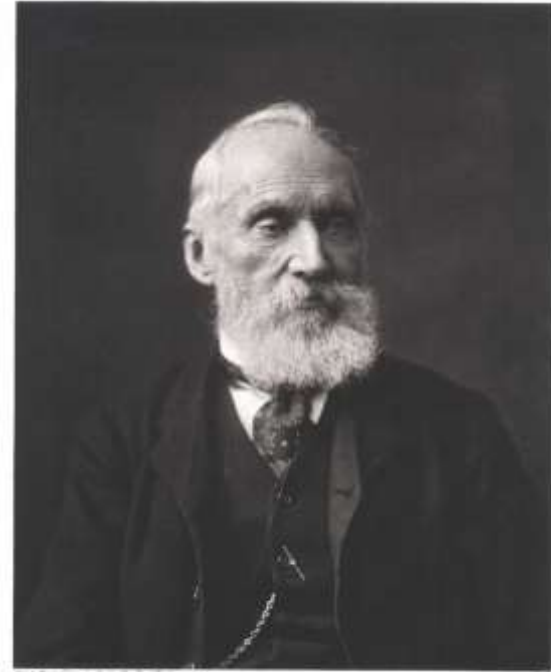


# Nasze Noworoczne Postanowienia



“Jak nie zmierzysz, to  
nie poprawisz”

Lord Kelvin



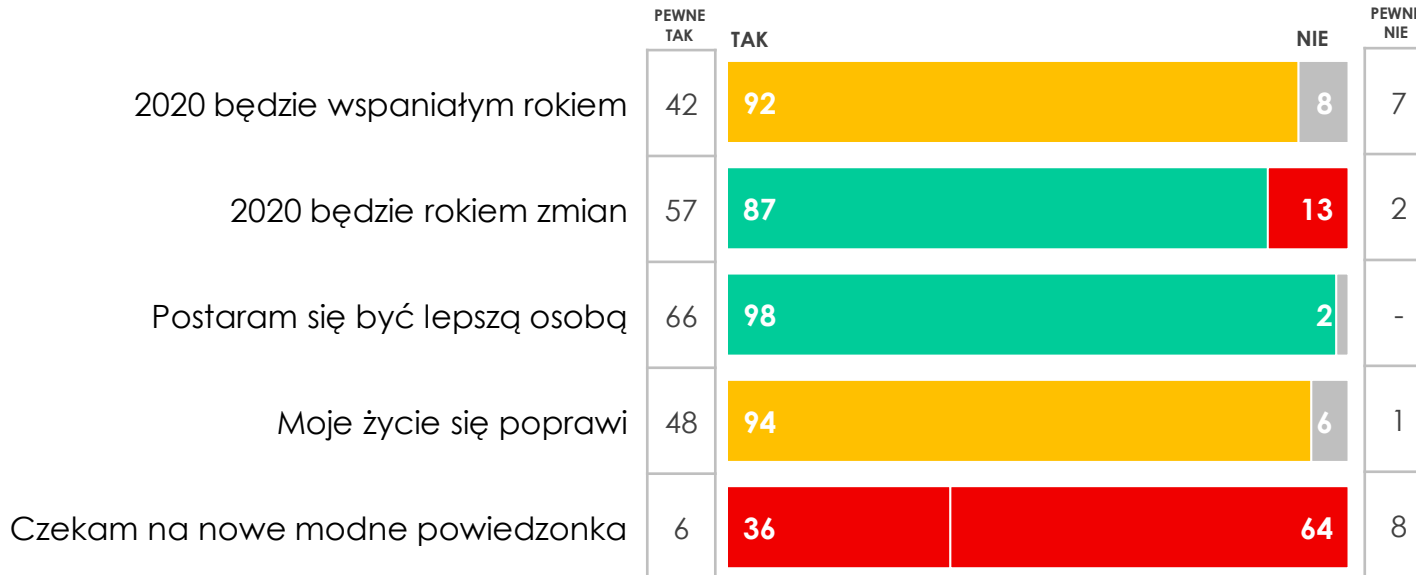
*Lord Kelvin*



# Jaki będzie dla mnie rok 2020

# 2020

9/01/2020  
n=83



### POZIOM DEKLARACJI

Procent osób, które zgodziły się lub nie zgodziły się ze stwierdzeniem.



### POZIOM PEWNOŚCI

Poziom pewności deklaracji. Im szybszy czas reakcji, tym bardziej respondenci są pewni swoich opinii.



### PEWNE TAK / PEWNE NIE

Wskazuje procent osób, które odpowiedziały na pytanie z wysoką pewnością.

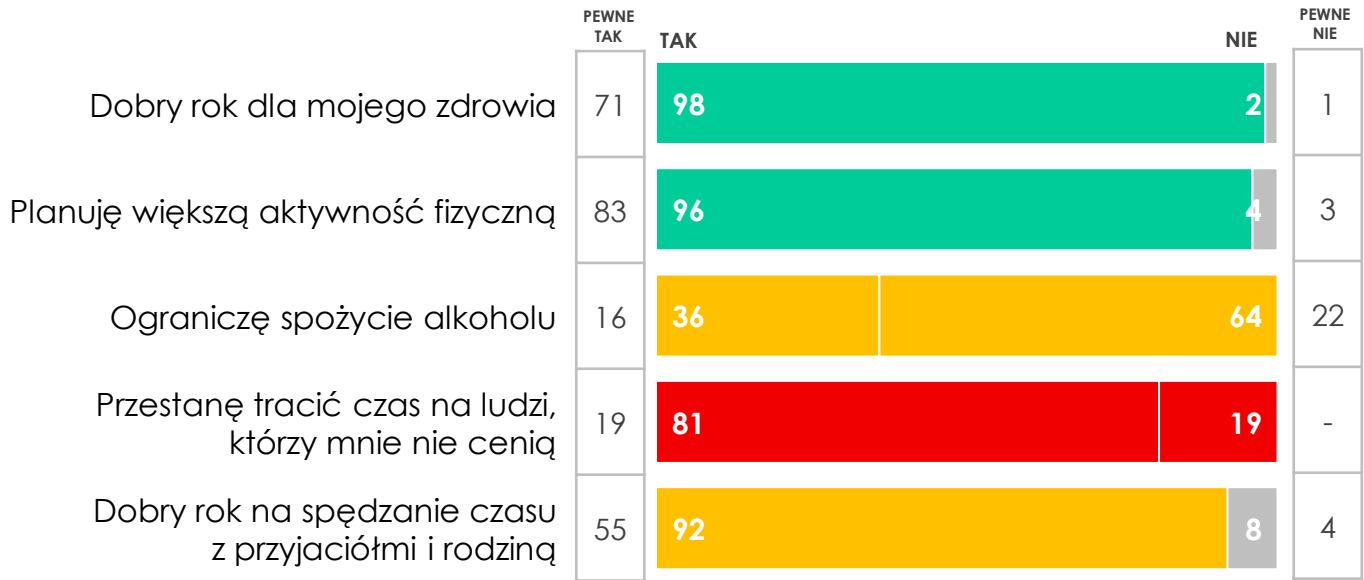




# Moje postanowienia na rok 2020

# 2020

9/01/2020  
n=83



### POZIOM DEKLARACJI

Procent osób, które zgodziły się lub nie zgodziły się ze stwierdzeniem.



### POZIOM PEWNOŚCI

Poziom pewności deklaracji. Im szybszy czas reakcji, tym bardziej respondenci są pewni swoich opinii.



### PEWNE TAK / PEWNE NIE

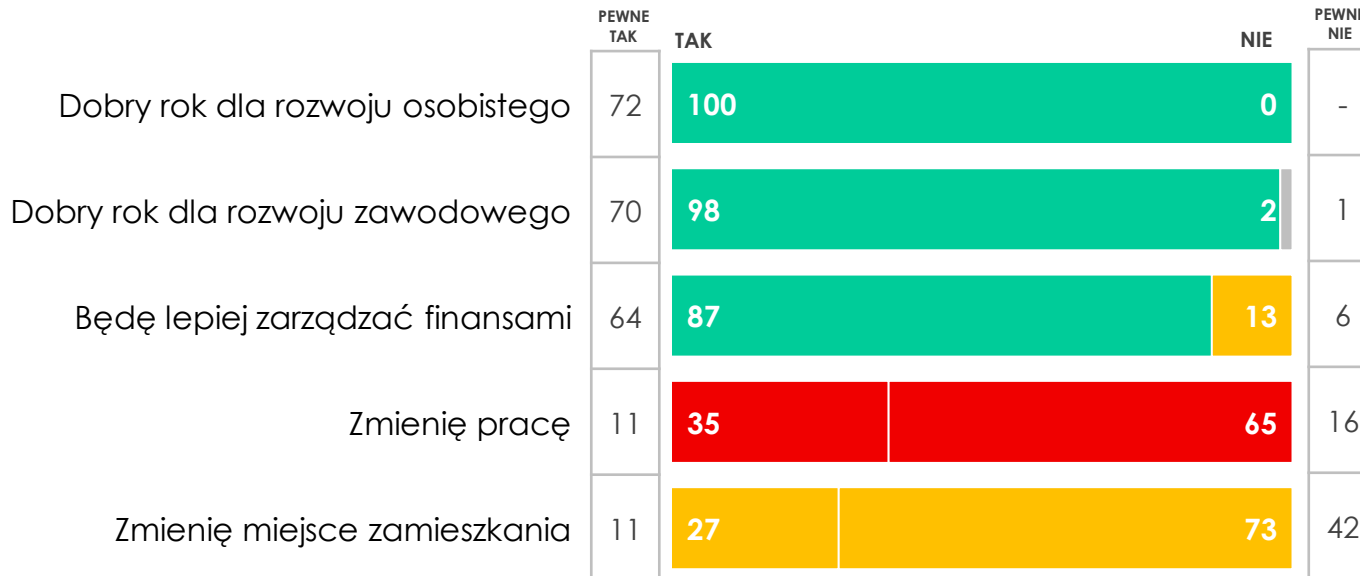
Wskazuje procent osób, które odpowiedziały na pytanie z wysoką pewnością.



# Co przyniesie mi rok 2020

# 2020

9/01/2020  
n=83



## POZIOM DEKLARACJI

Procent osób, które zgodziły się lub nie zgodziły się ze stwierdzeniem.



## POZIOM PEWNOŚCI

Poziom pewności deklaracji. Im szybszy czas reakcji, tym bardziej respondenci są pewni swoich opinii.



## PEWNE TAK / PEWNE NIE

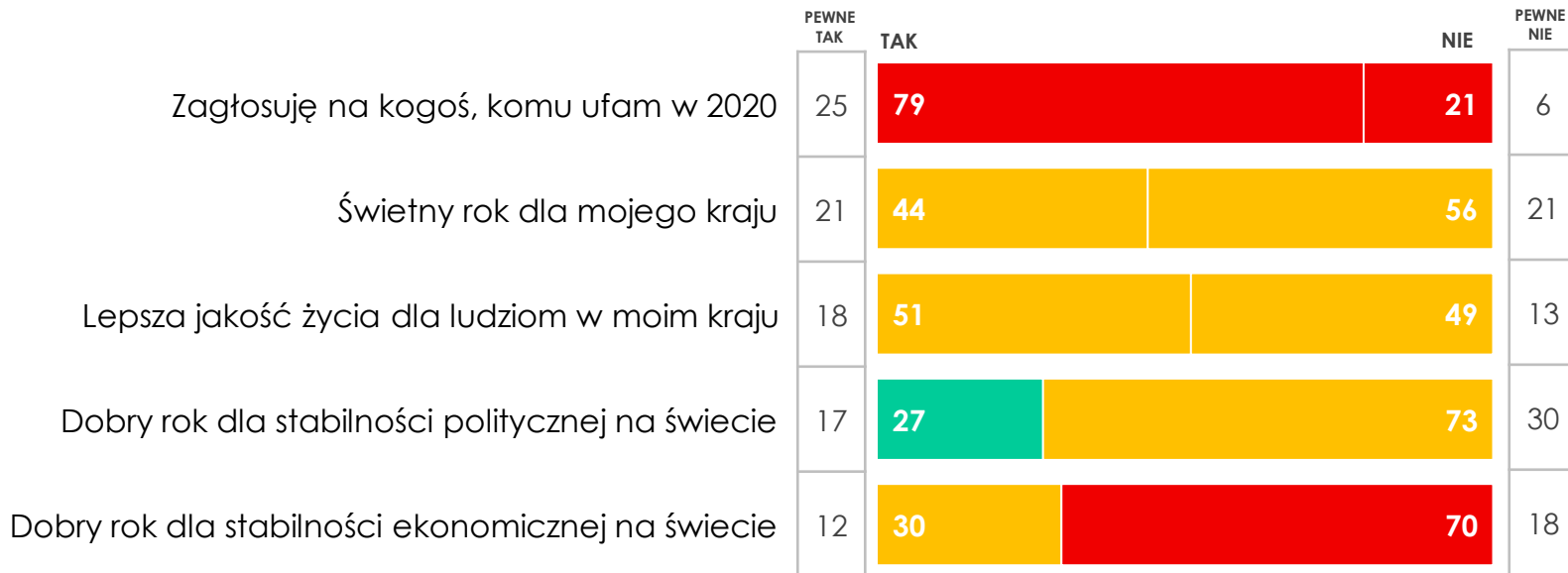
Wskazuje procent osób, które odpowiedziały na pytanie z wysoką pewnością.



# Co przyniesie rok 2020 dla kraju i świata

# 2020

9/01/2020  
n=83



### POZIOM DEKLARACJI

Procent osób, które zgodziły się lub nie zgodziły się ze stwierdzeniem.



### POZIOM PEWNOŚCI

Poziom pewności deklaracji. Im szybszy czas reakcji, tym bardziej respondenci są pewni swoich opinii.



### PEWNE TAK / PEWNE NIE

Wskazuje procent osób, które odpowiedziały na pytanie z wysoką pewnością.

# \_Rewolucja technologiczna Część Druga



JAN  
2019

# DIGITAL AROUND THE WORLD IN 2019

THE ESSENTIAL HEADLINE DATA YOU NEED TO UNDERSTAND GLOBAL MOBILE, INTERNET, AND SOCIAL MEDIA USE

TOTAL  
POPULATION



**7.676**

**BILLION**

URBANISATION:

**56%**

UNIQUE  
MOBILE USERS



**5.112**

**BILLION**

PENETRATION:

**67%**

INTERNET  
USERS



**4.388**

**BILLION**

PENETRATION:

**57%**

ACTIVE SOCIAL  
MEDIA USERS



**3.484**

**BILLION**

PENETRATION:

**45%**

MOBILE SOCIAL  
MEDIA USERS



**3.256**

**BILLION**

PENETRATION:

**42%**

**SOURCES:** POPULATION: UNITED NATIONS, U.S. CENSUS BUREAU. MOBILE: GSMA INTELLIGENCE. INTERNET: INTERNETWORLDSTATS, ITU, WORLD BANK, CIA WORLD FACTBOOK, EUROSTAT, LOCAL GOVERNMENT BODIES AND REGULATORY AUTHORITIES, MIDASTAMEDIA.ORG, REPORTS IN REPUTABLE MEDIA. SOCIAL MEDIA: PLATFORMS' SELF-SERVE ADVERTISING TOOLS, PRESS RELEASES AND INVESTOR EARNINGS ANNOUNCEMENTS, ARAB SOCIAL MEDIA REPORT TECHRASA, NIRO AGHASE, ROSE.RU. (ALL LATEST AVAILABLE DATA IN JANUARY 2019)

JAN  
2019

# ANNUAL DIGITAL GROWTH

THE YEAR-ON-YEAR CHANGE IN KEY STATISTICAL INDICATORS

TOTAL  
POPULATION



**+1.1%**

JAN 2018 – JAN 2019

**+84 MILLION**

UNIQUE  
MOBILE USERS



we  
are  
social

**+2.0%**

JAN 2018 – JAN 2019

**+100 MILLION**

INTERNET  
USERS



we  
are  
social

**+9.1%**

JAN 2018 – JAN 2019

**+367 MILLION**

ACTIVE SOCIAL  
MEDIA USERS



we  
are  
social

**+9.0%**

JAN 2018 – JAN 2019

**+288 MILLION**

MOBILE SOCIAL  
MEDIA USERS



**+10%**

JAN 2018 – JAN 2019

**+297 MILLION**

**SOURCES:** POPULATION: UNITED NATIONS, U.S. CENSUS BUREAU. MOBILE: GSMA INTELLIGENCE. INTERNET: INTERNETWORLDSTATS, ITR, WORLD BANK, CIA WORLD FACTBOOK, EUROSTAT, LOCAL GOVERNMENT BODIES AND REGULATORY AUTHORITIES, MIDASTMEDIA.ORG, REPORTS IN REPUTABLE MEDIA. SOCIAL MEDIA: PLATFORMS' SELF-SERVE ADVERTISING TOOLS, PRESS RELEASES AND INVESTOR EARNINGS ANNOUNCEMENTS, ASAB SOCIAL MEDIA REPORT, TECHRASA, NIRO AGHAEI, ROSE.RU. (ALL LATEST AVAILABLE DATA IN JANUARY 2019)

FOR NOW, THERE ARE  
**262 262 359** WI-FI ACCESS POINTS  
ACROSS THE GLOBE



**82%**

HOME WI-FI  
ACCESS POINTS

**18%**

PUBLIC WI-FI  
ACCESS POINTS

**48%**

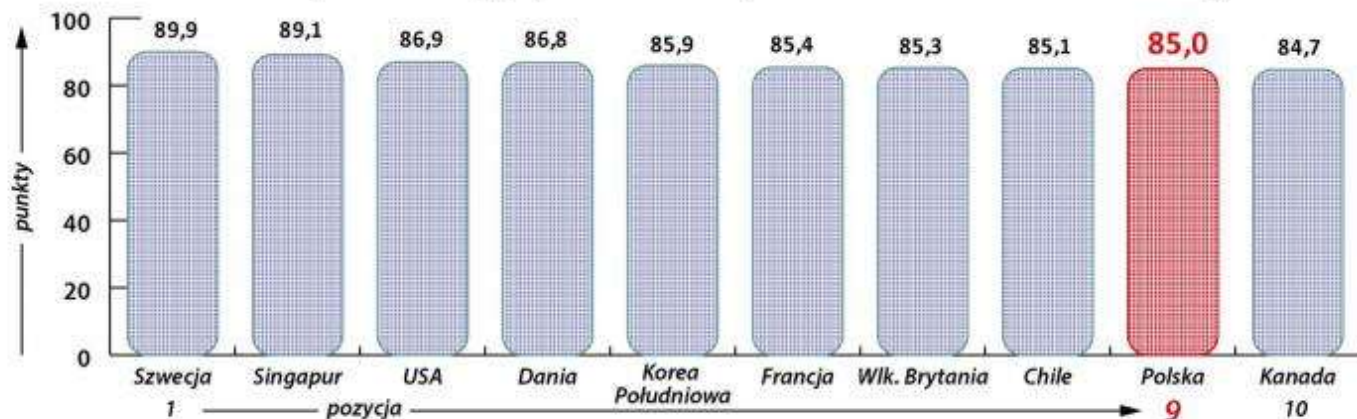
COMPARED TO 2016, IN THE CURRENT  
YEAR TO DATE, THE NUMBER OF WI-FI ACCESS  
POINTS HAS INCREASED BY **48%**

**900%**

OVER THE LAST FOUR YEARS, THE NUMBER  
OF POINTS INCREASED **NINE-FOLD**

# Ranking najbardziej rozwiniętych państw na świecie pod względem włączenia internetowego

Ogółem



Poszczególne kategorie

Dostępność do internetu	
poz.	punkcja / 100
1	Singapur 96,5
2	Szwecja 86,1
3	Dania 85,3
4	Holandia 84,4
4	Szwajcaria 84,4
6	Korea Południowa 83,3
7	Japonia 81,0
8	Wlk. Brytania 80,3
9	Austria 80,0
9	USA 80,0
24	<b>Polska 75,8</b>

Przystępność (cena)	
poz.	punkcja / 100
1	Kanada 98,8
2	USA 98,7
3	Szwecja 96,5
4	Wlk. Brytania 96,2
5	Francja 96,1
6	Chile 94,0
7	<b>Polska 92,7</b>
8	Dania 92,4
9	Rosja 91,2
10	Mongolia 90,7

Jakość lokalnego kontentu	
poz.	punkcja / 100
1	<b>Polska 92,9</b>
2	Chile 92,8
3	Bułgaria 92,7
4	Korea Południowa 91,8
5	Szwecja 91,1
6	Austria 91,0
6	Rosja 91,0
8	Dania 90,8
9	Grecja 90,7
10	Francja 90,6

Umiejętność korzystania z sieci	
poz.	punkcja / 100
1	Malezja 87,7
2	Chile 87,0
3	Meksyk 83,2
4	Belgia 83,0
4	Szwecja 83,0
6	Katar 82,7
7	<b>Polska 82,3</b>
8	Portugalia 81,7
9	Austria 81,5
9	Hiszpania 81,5



# \_Niespotykany dobrobyt



Pierwszy raz w historii więcej ludzi umiera z przyczyn naturalnych, niż z powodu chorób zakaźnych

Głód zbiera mniejsze żniwo niż otyłość

Mniej ludzi ginie w wyniku przemocy, niż w wypadkach

Cyfrowy przełom dopiero przed nami



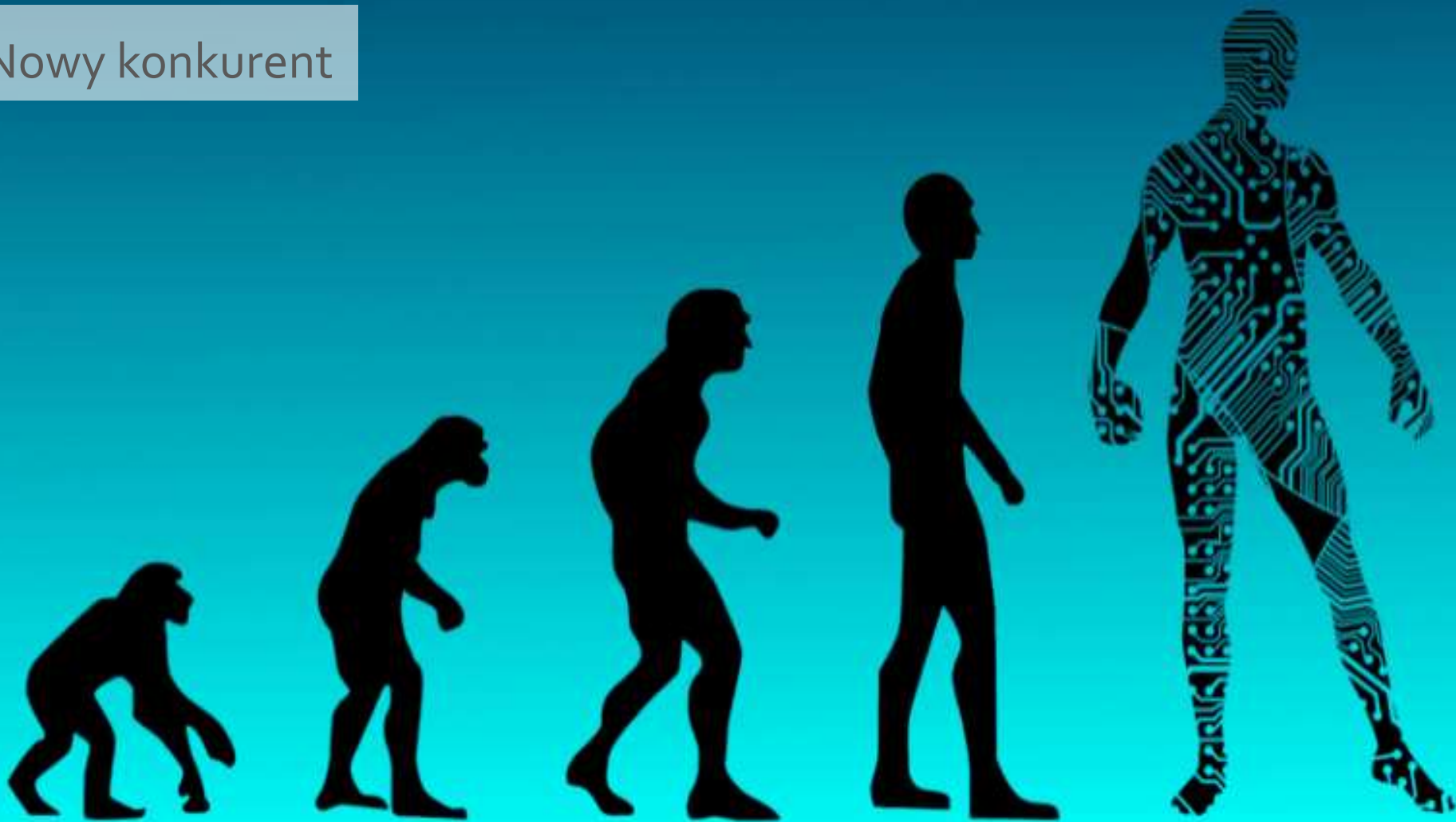
2050 - Świat nie do poznania



Przygotuj się!



Nowy konkurent



Odwieczni konkurenci



Odwieczni konkurenci





Nowy konkurent

czynności fizyczne

czynności umysłowe





**ALGORYTMY:** natychmiastowa  
wymiana informacji + aktualizacja

# Maszyny vs umysł - 1997



7 XII 2017

80.000 / sek vs  
70.000.000 /  
sek

28 zwycięstw  
72 remisy  
0 porażek

# ALPHAZERO == VS == STOCKFISH

czas nauki

4 h

bez ludzkiego  
przewodnika

Kreatywny człowiek czy AI?

AI





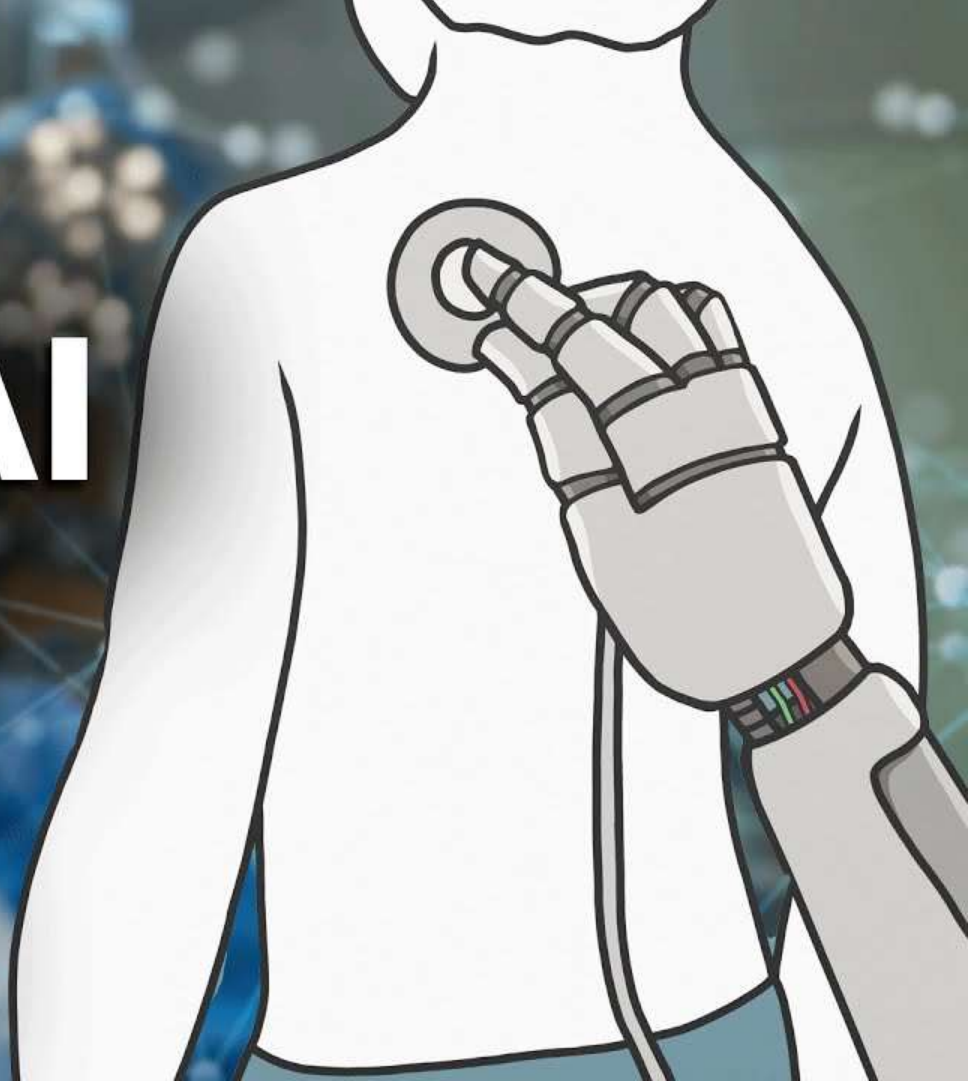
**ADAPTACJA**

Chronić pracowników,  
a nie miejsca pracy



M

# GOOGLE AI DETECTS BREAST CANCER



25.000 kobiet w UK  
3.000 kobiet w USA

redukcja *falszywych alarmów*

1.2% i 5.7%

redukcja *ominięć*

2.7% i 9.4%

**DOCTOR**

**Google**

**MIGRAINE  
STOMACH ACHE  
ARTHRITIS  
SINUSITIS  
MUSCLE PAIN  
DIZZY**



**CANCER**

Autonomiczne pojazdy  
darują życie milionom osób rocznie







“Nowe” zawody

"Nowe" zawody

Podróżowanie jest śmiertelnie  
niebezpiecznie, dla uprzedzeń i  
ciasnoty umysłu



# Cztery filary samoświadomości



Rozwój osobisty

Nauka delectowania się sztuką

Nauka sycenia pięciu zmysłów

Nauka podróżowania



MASZYNY OSŁABIAJĄ  
CIAŁO I INTELEKT



atomizacja  
społeczeństwa

chytrý telefon



# Chytry telefon rozleniwia

- Kiedy ostatnio liczyliście coś w pamięci?
  - **mało kto** (*dwa pokolenia wstecz*)
- Używaliście papierowej mapy?
  - **nikt** (*jedno pokolenie wstecz*)
- Sięgnęliście po encyklopedię?
  - **prawie nikt** (*ostatnie pokolenie*)
- **Chytry** telefon przejął te funkcje





Potrzebujemy gimnastyki umysłu

Aby nie wypaść z obiegu





trywialne sposoby...

A close-up photograph of a young man and woman kissing on a beach. The man is on the left, and the woman is on the right. They are both smiling and looking at each other. The background shows a bright blue sky and a sandy beach. The text "które czynią cuda" is overlaid in the top right corner.

które czynią cuda

## Po co trenować pamięć

By umieć kojarzyć odległe fakty, a potem łączyć je w skrypty, które nawigują nasze plany i działania.



Google  
ASSISTANT

Hi, how can I help?

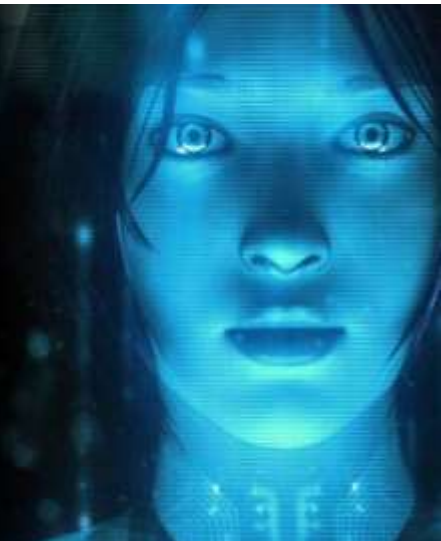
2021  
7,5mld  
urządzeń



"I lost my keys"



Hi, I'm Cortana.





Jak trenować pamięć – garść pomysłów

Zapamiętuj historie i anegdoty

Ucz się wierszy i piosenek na pamięć

Zostań mikropoliglotą

## Trenuj krytyczne myślenie

- Nauczyć się odróżniać co jest prawdą, a co dezinformacją lub fake newsem.

Personalizacja strumienia informacji z sieci - *fałszywe poczucie powszechności*

- Żeby się rozwijać potrzebny jest „ferment twórczy”.
- By być obiektywnym poznaj racje różnych stron



kiedyś kilka dni - dzisiaj kilka minut



Dyskutuj, pytaj o źródło, słuchaj, dopytuj się, otwórz się



# Dyskusja utrwała

- Jak coś przedyskutujesz to zdobędziesz wiedzę
  - pozyskasz nową lub utrwalisz starą
- Wcześniej to nie „wiedza” lecz „wrażenie”



## Kiedy nauczysz się krytycznego myślenia

- Nie dasz się zmanipulować
- Nie wybierzesz pracy, która jest dla ciebie zbyt trudna albo zbyt łatwa
- Nie zaangażujesz się w związek, w którym twoje potrzeby będą ignorowane.
- Nie dasz się skusić ideologii, która kryje ciemne wnętrze.
- Nie zaniedbasz swojego zdrowia w imię spraw, na których tak naprawdę ci nie zależy.



To, co sobie  
uświadamiasz – to  
kontrolujesz.

To, czego sobie  
nie uświadamiasz  
– kontroluje  
ciebie

# Poznaj siebie



1. Co według ciebie jest moją mocną stroną?
2. Jakie rzeczy robię lepiej niż inni?
3. Co przychodzi mi z największą łatwością?
4. Czego w sobie nie doceniam?
5. Jakie rzeczy przeszkadzają mi osiągać cele?
6. Co w moim zachowaniu może zrażać innych?
7. Co mam w sobie rozwijać?

# Ekspert radzi

## Profesjonalne Testy



Dowiedz się jakie są Twoje **preferencje**

- MBTI [Myers-Briggs-Type Indicator]

Poznaj swoje **style zachowań**

- PPA Analiza stylu zachowań [Thomas International]

Poznaj swój **styl myślenia** :

- FRIS [Fakty-Relacje-Idee-Struktury]

Poznaj swoje **talenty** :

- Clifton StrengthsFinder



Marzena Budziszewska  
HR Director CEE

Poznasz siebie czytając książki



AUTOR ŚWIATOWYCH BESTSELLERÓW

Yuval Noah  
Harari



21 lekcji  
na XXI wiek



JAK KONTAKTY TWARZĄ W TWARZ  
MOGĄ UCZYNIĆ NAS ZDROWSZYMI,  
SZCZĘŚLIWSZYMI I MĄDRZEJSZYMI

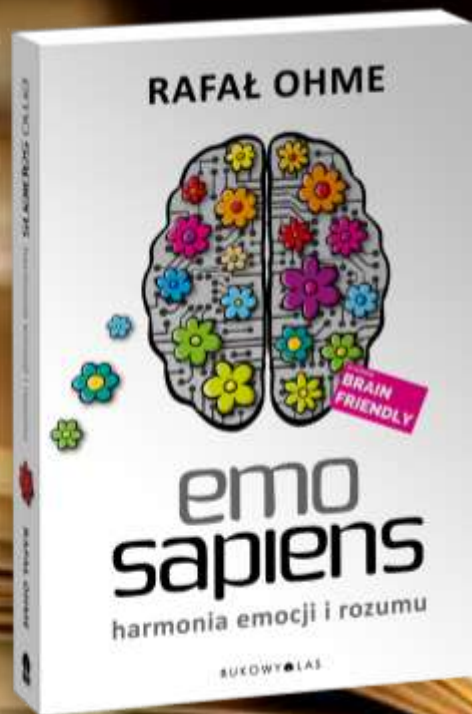
EFEKT WIOSKI

Susan Pinker

psychologia człowieka  
charaktery

teoria

ponad 20.000 egz.



praktyka



ćwiczenia



Mind spa  
A practice set for 6 months



# MOJE PÓŁ ROK W MIND SPA



ABSOLUTNE  
MINIMUM

ESENCJA  
MIND SPA

DLA  
PRAGNĄCYCH  
WIĘCEJ



## Dzisiaj udało mi się...

1. Podjąć aktywność fizyczną
2. Nie zajmować się pracą po godzinie 18
3. Przytulić się minimum dwa razy
4. Zrobić przerwę w środku dnia (pit stop)
5. Zjeść posiłek w towarzystwie bliskich, bez zerkania na ekrany

POZNAJ 



Zdobądź  
wiedzę



Oglądam,  
zwiedzam,  
czytam



Uczę się dobrze  
odżywiać



Prowadzę  
regularne notatki



Wykrywaj  
sygnały



Gimnastykuję  
smak



Gimnastykuję  
dotyk



Gimnastykuję  
węch



Wycisz  
się



Spaceruję wśród  
przyrody



Robię sobie  
chwilę przerwy



Robię cyfrowy  
detoks

wyrób  
w sobie  
nawyk

**WZMOCNIJ** 



Odetnij stres  
od zasilania



Rozładuję  
stres ruchem



Poduję  
regularny  
łagodny wysiłek



Masuję ciało,  
przytulam się



Wejdź pod  
parasol



Słucham  
magicznego  
audiobooka



Łykam muzyczne  
pigułki



Mam  
Erno Apteczkę



Zadbaj  
o otoczenie



Mój dom i praca  
są wolne od  
drzazg



Nie wnoszę pracy  
do sypialni



Otoczam się  
talizmanami

wyrób  
w sobie  
nawyk

ZMIENIAJ 



Pielegnuj  
różnorodność



Próbuję potraw  
z obcych kuchni



Delektuję  
się sztuką



Uczę się nowych  
słów



Rozwijaj  
elastyczność



Zmieniam  
motorykę



Wybieram  
trudniejsze  
rozwiązania



Robię coś  
z zamkniętymi  
oczami



Trenuj  
perspektywę



Zadziwiam  
otoczenie



Udzielam kredytu  
zaufania



Umiem znaleźć  
rację u innych

wyrób  
w sobie  
nawyk

# OBUDŹ



  
Obudź  
towarzystwo



Składam życzenia  
bliskim



Spotykam się  
z drużyną Mind  
Spa



Nagradzam się  
za postępy



Obudź  
zmysły



Siadam do stołu  
z bliskimi



Uczuję jak  
Emo Sapiens



Spędzam  
zmysłowy wieczór  
z drugą połową



Obudź  
wyobraźnię



Cieszę się na  
zapas



Aplikuję sobie  
i innym ciarki



Czytam  
inspirujące  
książki

wyrób  
w sobie  
nawyk



Nie daj sobie stępić zmysłów

Zmysły to inteligentne sensory





Przestań gonić *newsy*,  
zaczynj gonić *wrażenia*



# NEUROFITNESS

A smiling woman with long, wavy brown hair is holding a dark brown mug of coffee. She is wearing a light-colored, textured sweater. The background is softly blurred, showing a window with light streaming in and a clock face on the left side of the frame.

Kiedy ostatnio  
robiliście coś  
po raz  
pierwszy?



gimnastykuj swój  
umysł, jak dziecko



Neurofitness działa dzięki  
**neuroplastyczności**

Trening: **różnorodności,**  
**elastyczności, perspektywy**



# Akceptuj ciągły ruch cywilizacji



\_każda zmiana  
odmładza\_





Zakończenie

---

Na drogę do domu



# Trenujmy co mamy najlepszego!

---

- intelekt
- zmysły
- emocje
- samoświadomość



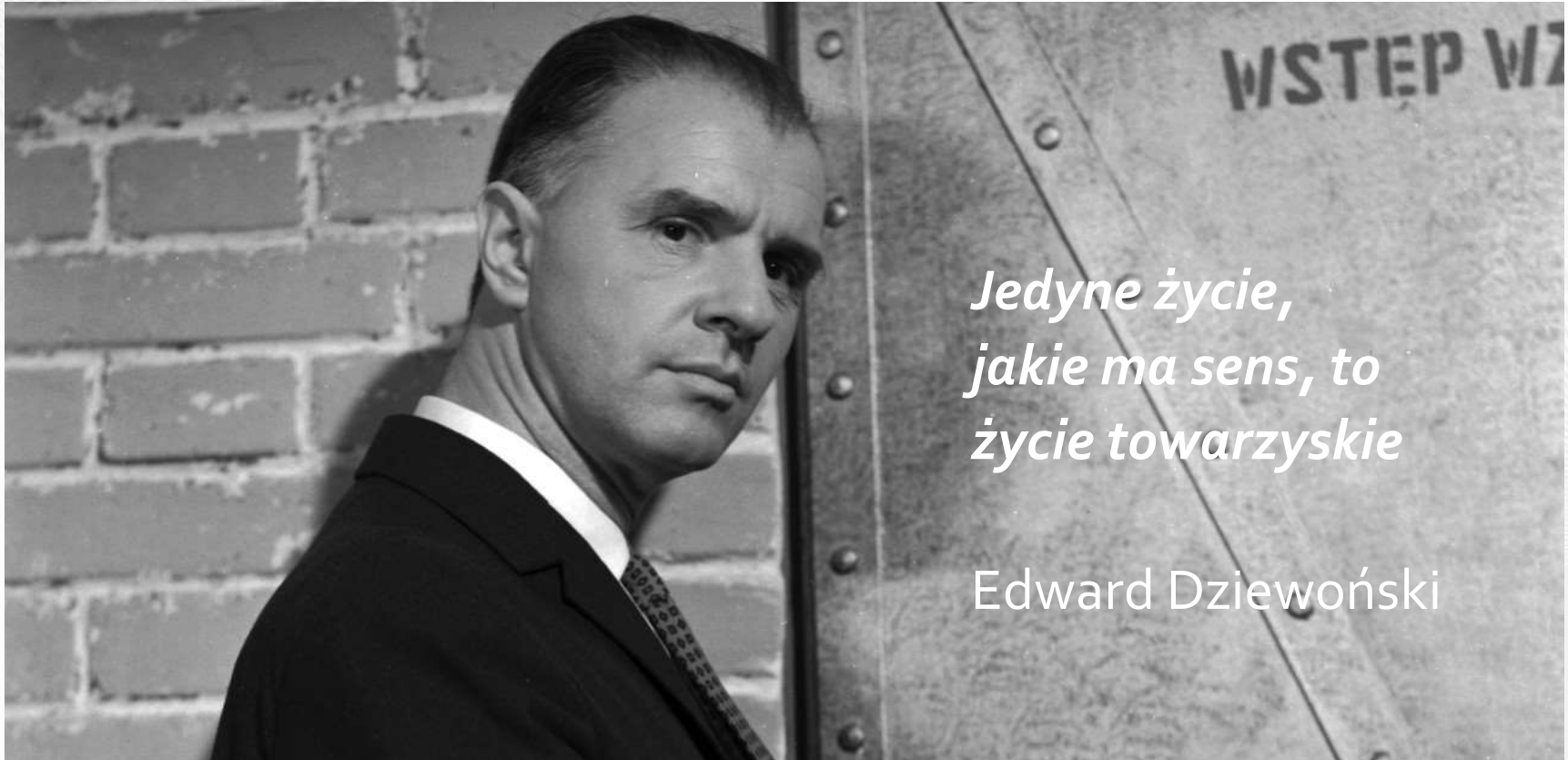
**MIŁOŚĆ**

**SZTUKA**

**PODRÓŻE**

**BLISCY**

W następnym odcinku...



*Jedyne życie,  
jakie ma sens, to  
życie towarzyskie*

Edward Dziewoński





OBUDŹ BLISKICH

A person in a small boat is silhouetted against a bright sunset sky, holding a large, circular fishing net that is spread wide. The net is positioned over a pond filled with lotus flowers and lily pads. The sun is low on the horizon, creating a warm, golden glow. The scene is peaceful and evokes a sense of traditional life.

użyj ON-LINE  
do OFF-LINE

Emo Sapiens do pełni życia  
potrzebuje innych ludzi

# SKY LIMIT IS THE



Zalajkujcie nas, jeśli  
Wam się podobało 😊



RafałOhmePL

