

Max Paradox

PROBLEM? WYLUZUJ. OGARNIESZ TO!

Seria poradników z przymrużeniem oka ;)

Nie umiem już myśleć bez AI

Jak korzystać ze sztucznej inteligencji,
nie oddając jej własnego mózgu



Mamy problem. Ale spokojnie. Da się go
rozwiązać i jeszcze będzie z czego się pośmiać.

SPIS TREŚCI

INTRO	1
Rozdział 1 - Zanim zapytasz maszynę.....	9
Rozdział 2 - Dlaczego gotowiec smakuje tak dobrze	20
Rozdział 3 - „Brzmi mądrze” to jeszcze nie znaczy „jest mądre”	32
Rozdział 4 - Kiedy AI zaczyna wybierać za ciebie	43
Rozdział 5 - Przestań pytać o wszystko.....	56
Rozdział 6 - Nie każda myśl potrzebuje lepszej wersji	67
Rozdział 7 - AI nie musi znać cię lepiej niż ty sam	81
Rozdział 8 - Nie zamieniaj AI w automat do uspokajania	94
Rozdział 9 - Używaj AI jak trenera, nie jak zastępcy	107
Rozdział 10 - Buduj własny proces, zanim zbudujesz prompt	119
Rozdział 11 - Zostaw sobie wersję bez pomocy	132
Rozdział 12 - Nie pytaj AI, dopóki nie wiesz, czego nie wiesz	144
Rozdział 13 - Każ AI pokazać ci dziury, nie tylko odpowiedzi	157
Rozdział 14 - Zrób z AI drugą parę oczu, nie pierwszą parę rąk.....	170
Rozdział 15 - Gdy odruch wraca szybciej niż rozsądek	183
Rozdział 16 - Co zrobić, kiedy naprawdę nie masz już czym myśleć	196
Rozdział 17 - Co zrobić, kiedy AI prowadzi cię w złą stronę	209

Rozdział 18 - Naucz się znowu być przez chwilę bez odpowiedzi	221
Rozdział 19 - Zbuduj własne zasady, zanim ktoś zbuduje je za ciebie	234
Rozdział 20 - AI ma zwiększać twój mózg, nie zajmować jego miejsce.....	247

INTRO

Otwierasz komputer, bo musisz napisać trzydziestego maila. Nic wielkiego. „Cześć, dzięki za wiadomość, termin mi pasuje, do zobaczenia w środę.” Człowiek przez tysiące lat rozwinął język, stworzył alfabet, wynalazł druk, poleciał na Księżyc i przez znaczną część historii jakoś radził sobie z potwierdzaniem spotkań bez pomocy modelu językowego. Ty jednak patrzysz na pustą wiadomość przez mniej więcej siedem sekund, po czym otwierasz AI.

„Napisz profesjonalną, ale sympatyczną odpowiedź potwierdzającą spotkanie.”

AI pisze.

Czytasz.

Brzmi dobrze.

Wysyłasz.

I wtedy pojawia się mało spektakularna, ale dość ważna myśl:

Czy ja właśnie naprawdę potrzebowałem sztucznej inteligencji, żeby napisać „środa mi pasuje”?

Nie chodzi o to, że zrobiłeś coś złego. AI jest narzędziem i dokładnie do tego służy: ma pomagać. Problem zaczyna się dopiero wtedy, gdy „pomagać” bardzo powoli zamienia się w „robić za ciebie wszystko, łącznie z tym, co jeszcze niedawno potrafiłeś zrobić bez żadnej pomocy”. Najpierw prosisz o poprawienie trudnego raportu. Potem o pomysł na prezentację. Następnie o odpowiedź na wiadomość. Później o wybór restauracji, plan weekendu, listę zakupów i argumenty, dlaczego powinienś kupić blender.

W pewnym momencie pytasz AI, czy naprawdę potrzebujesz blendera.

Blender milczy. Konflikt interesów narasta.

To nie jest książka przeciwko sztucznej inteligencji. Wręcz przeciwnie. AI jest jednym z najbardziej użytecznych narzędzi, jakie zwykły człowiek dostał do ręki od czasu wyszukiwarki, GPS-u i przycisku „cofnij”. Potrafi skrócić godziny pracy do kilkunastu minut, pomóc zrozumieć trudny temat, uporządkować chaos, znaleźć luki w rozumowaniu, pokazać alternatywy i sprawić, że człowiek, który pięć minut temu patrzył na tabelę jak archeolog na nieznany hieroglif, nagle zaczyna wiedzieć, co się w niej dzieje.

To jest fantastyczne.

I właśnie dlatego tak łatwo przesadzić.

Najbardziej niebezpieczne wygody rzadko wyglądają jak coś niebezpiecznego. Wyglądają jak oszczędność czasu. Masz napisać tekst? AI. Podjąć decyzję? AI. Wymyślić argumenty? AI. Zrozumieć artykuł? „Streść mi.” Odpowiedzieć komuś? „Napisz odpowiedź.” Przemyśleć problem? „Przeanalizuj sytuację.”

Po pewnym czasie twoje własne myślenie zaczyna zachowywać się jak pracownik korporacji, któremu właśnie przydzielono bardzo skutecznego stażystę.

Najpierw deleguje drobiazgi.

Potem deleguje połowę roboty.

A następnie urządza spotkanie dotyczące tego, czy nadal jest potrzebne.

Problem nie polega na tym, że korzystasz z AI często. Można korzystać z kalkulatora codziennie i nadal rozumieć matematykę. Można jeździć samochodem i nie zapomnieć,

jak się chodzi. Można używać GPS-u i od czasu do czasu nawet wiedzieć, w którym kierunku znajduje się własny dom.

Pytanie brzmi raczej: które części procesu oddajesz?

Bo istnieje ogromna różnica między „pomóż mi lepiej myśleć” a „pomyśl za mnie”.

Pierwsze może rozwijać.

Drugie jest niezwykle wygodne.

I właśnie dlatego drugie tak bardzo kusi.

Wyobraź sobie prostą sytuację. Masz problem w pracy. Nie wiesz, czy powiedzieć szefowi, że termin projektu jest nierealny. Jeszcze kilka lat temu musiałbyś usiąść i pomyśleć: czego się właściwie boję, jakie mam argumenty, czego potrzebuję, jaki kompromis byłby rozsądny? Być może poszedłbyś na spacer. Być może pogadałbyś z kimś. Być może przez dziesięć minut patrzyłbyś przez okno, udając, że analizujesz drzewa, podczas gdy mózg faktycznie układał sytuację.

Dzisiaj możesz wpisać całe zdarzenie do AI.

Trzy sekundy później masz analizę, pięć scenariuszy, tabelę ryzyka, przykładową rozmowę i prawdopodobnie propozycję nagłówek do prezentacji, której nikt nie zamawiał.

Efektywność imponująca.

Tylko że właśnie ominąłeś część, podczas której twój mózg miał sam ustalić, co ty właściwie o tym wszystkim myślisz.

To właśnie będziemy rozdzielać w tej książce. Nie AI od człowieka. Nie technologię od życia. Nie „dobre” używanie od „złego” według jakiegoś cyfrowego kodeksu mnichów, którzy odpowiadają na maile wyłącznie po trzygodzinnej medytacji.

Będziemy rozdzielać wsparcie od zastępstwa.

AI świetnie nadaje się do poszerzania pola widzenia. Może powiedzieć: „Nie uwzględniłeś tego.” Może znaleźć kontrargument. Może pokazać kilka sposobów rozwiązania problemu. Może skrytykować twój pomysł, uporządkować notatki, wyjaśnić termin albo przeprowadzić cię przez temat, którego dopiero się uczysz.

Ale jeśli za każdym razem zaczynasz od pytania AI, zanim sam zdążysz wygenerować choć jedną myśl, powstaje ciekawy układ.

Masz bardzo inteligentnego pomocnika.

I coraz bardziej bezrobotnego właściciela.

Nie chodzi nawet o jakieś apokaliptyczne „AI odbierze ludziom zdolność myślenia”. Ludzkość uwielbia dramatyczne prognozy. Kiedy pojawiły się kalkulatory, mieliśmy przestać liczyć. Internet miał zniszczyć pamięć. Telefony miały zakończyć rozmowy międzyludzkie. Tymczasem nadal liczymy, pamiętamy i rozmawiamy, choć czasami robimy wszystkie trzy rzeczy równocześnie, patrząc w telefon podczas rodzinnego obiadu.

Chodzi o coś bardziej przyziemnego: umiejętności, których regularnie nie używasz, stają się mniej automatyczne. Jeśli nigdy sam nie układasz argumentów, coraz trudniej zacząć. Jeśli każdą decyzję natychmiast konsultujesz, własna niepewność zaczyna wydawać się dowodem, że konsultacja jest konieczna. Jeśli każdą pustą kartkę oddajesz AI, pusty dokument zaczyna wyglądać jak technologiczna awaria wymagająca zewnętrznej interwencji.

A przecież nie chodzi o to, żebyś teraz demonstracyjnie wyrzucił AI ze swojego życia i przez trzy tygodnie pisał raporty gęsim piórem.

Nie komplikujmy buntu.

Celem jest nauczenie się prostego podziału: co warto delegować, czego warto nie delegować i jak używać AI tak, żeby po zakończeniu pracy być mądrzejszym, a nie tylko szybciej skończyć zadanie.

Będziemy więc przyglądać się temu, kiedy AI faktycznie odciąża mózg, a kiedy tylko odbiera mu trening. Zobaczymy, dlaczego tak łatwo uzależnić się od natychmiastowej odpowiedzi, jak odzyskać tolerancję na chwilę „nie wiem”, dlaczego pierwsza własna wersja jest ważniejsza, niż się wydaje, i jak korzystać z AI jako sparingpartnera zamiast elektronicznego opiekuna prawnego własnych myśli.

Będziemy też podejmować decyzje bez organizowania referendum w czacie.

Naprawdę da się.

Nauczysz się prostych zasad korzystania z AI przy pisaniu, analizowaniu, uczeniu się, pracy kreatywnej i rozwiązywaniu problemów. Dostaniesz sposoby na sprawdzanie odpowiedzi zamiast automatycznego uznawania ich za prawdę, metody zmuszające cię do wykonania pierwszego ruchu samodzielnie oraz wersje minimum na dni, kiedy twój mózg rzeczywiście działa tak, jakby aktualizacja systemu zatrzymała się na 17 procentach.

Nie chodzi o odzyskanie świata sprzed AI.

Ten świat już nie wróci.

I prawdopodobnie dobrze, bo trzeba było samemu pisać formuły w Excelu.

Chodzi o coś znacznie bardziej praktycznego: żeby AI dawała ci większe możliwości, a nie mniejszą samodzielność. Żeby po roku korzystania z niej lepiej formułować pytania,

szybciej dostrzegać błędy, sprawniej podejmować decyzje i rozumieć więcej niż wcześniej.

Sztuczna inteligencja może być protezą myślenia.

Może też być siłownią dla myślenia.

Różnica nie znajduje się w aplikacji.

Znajduje się w tym, co każesz jej zrobić za siebie.

Rozdział 1 - Zanim zapytasz maszynę

Masz do rozwiązania prosty problem. Kolega proponuje dwa terminy spotkania: wtorek o 10:00 albo czwartek o 14:00. Otwierasz kalendarz, patrzysz na oba dni i przez krótką chwilę twój mózg wykonuje czynność znaną kiedyś jako myślenie.

We wtorek masz dużo spotkań. Czwartek jest luźniejszy.

Decyzja właściwie gotowa.

I wtedy pojawia się pomysł:

„Zapytam AI, który termin będzie lepszy.”

Nie dlatego, że sztuczna inteligencja zna twoje życie lepiej. Nie dlatego, że posiada tajne dane dotyczące jakości czwartków. Po prostu zdążyłeś przyzwyczaić się do tego, że jeśli istnieje pole tekstowe, można wpisać do niego problem.

To bardzo ciekawy moment.

Nie dlatego, że właśnie rozpoczęło się przejęcie świata przez maszyny.

Dlatego, że twój mózg miał odpowiedź trzy sekundy wcześniej.

AI pojawia się coraz wcześniej

Na początku większość ludzi używa sztucznej inteligencji na końcu procesu.

Masz tekst. Prosisz o poprawę.

Masz pomysł. Prosisz o krytykę.

Masz dane. Prosisz o pomoc w analizie.

Masz trudny dokument. Prosisz o streszczenie.

To logiczne. Narzędzie przejmuje część pracy mechanicznej, przyspiesza proces i pomaga zauważyć rzeczy, które mogły ci umknąć.

Potem jednak AI zaczyna przesuwając się coraz bliżej początku.

Nie:

„Mam trzy pomysły, pomóż mi wybrać.”

Tylko:

„Daj mi pomysły.”

Nie:

„Tak rozumiem ten artykuł. Czy coś pominąłem?”

Tylko:

„Powiedz mi, co mam o nim myśleć.”

Nie:

„Napisałem odpowiedź. Ulepsz ją.”

Tylko:

„Napisz odpowiedź.”

Nie:

„Przeanalizuj moje argumenty.”

Tylko:

„Jakie mam argumenty?”

Pozornie różnica jest niewielka. W obu przypadkach dostajesz wynik szybciej.

Ale dla twojego mózgu to dwie zupełnie inne sytuacje.

W pierwszej najpierw wykonujesz pracę poznawczą, a potem wykorzystujesz technologię do jej rozwinięcia.