magazyn kulturalno – studencki

KWIECIEŃ 2021
Nr 2 (176)
ISSN 1641-9316

Multis Multum

CZY W DZISIEJSZYCH CZASACH TRZEBA BYĆ KREATYWNYM

WSZYSTKIE DROGI PROWADZĄ DO RZYMU

CZY GROZI NAM BUNT MASZYN

WYŻSZA SZKOŁA ZARZĄDZANIA I BANKOWOŚCI W KRAKOWIE

zapraszamy do czytania

Multis - Multum

w wersji #online

Z OKAZJI ZBLIŻAJĄCYCH SIĘ *Świąt Wielkanocnych*

W IMIENIU CAŁEJ REDAKCJI CHCIAŁAM ŻYCZYĆ WSZYSTKIM CZYTELNIKOM DUŻO ZDROWIA, NADZIEI I OPTYMIZMU ORAZ ABY WIOSENNY NASTRÓJ, NIE OPUSZCZAŁ WAS PRZEZ CAŁY ROK.

Pragnę zachęcić wszystkich do lektury naszego studenckiego kwartalnika Multis Multum. W kwietniowym numerze znajdziecie m.in. relacje z Dnia Otwartego oraz Sesji Naukowej, które odbyły się w Wyższej Szkole Zarządzania i Bankowości w formie zdalnej.

Zachęcam Was również do przeczytania artykułu, w którym nasza studentka opisała swoją podróż do Rzymu oraz swoje wrażenia z pobytu. Ponadto znajdziecie tekst pt.: „Podróże 360°", gdzie tym razem nasz absolwent podzielił się z nami swoim doświadczeniem z wyprawy w Pieniny.

Polecam również artykuły, z których dowiecie się m.in. czy warto uczestniczyć w studenckich kołach naukowych, jakie wady i zalety niesie nauka zdalna oraz czy w dzisiejszych czasach trzeba być kreatywnym.

W kwartalniku jak zawsze znajdziecie także dział motywacyjny. Dlatego odsyłam Was do tekstów pt. „Nie marnuj życia. Osiągnij sukces!" oraz „Kształtowanie swojej rzeczywistości".

Dodatkowo gorąco zapraszam wszystkich chętnych studentów do współpracy z Redakcją Multis Multum – spróbuj swoich sił w roli dziennikarza!

Redaktor Naczelna „Multis Multum"
mgr Aneta Idzik-Nowak

Redakcja:
Magazyn Kulturalno – Studencki MULTIS MULTUM
30-079 Kraków; al. Kijowska 14, www.multis.wszib.edu.pl
Redaktor Naczelna: mgr Aneta Idzik-Nowak,
a.idzik@wszib.edu.pl
Adiustacja: dr inż. Dominika Woźny
Fotografie: Mateusz Luzar
unsplash.com

SPIS TREŚCI

SESJA NAUKOWA W WSZIB 4
DZIEŃ OTWARTY WSZIB 5
KOLEJNY IMPONUJĄCY WYNIK UCZELNIANEGO SZTABU WOŚP! 7
KAPITAŁ LUDZKI W IT – ANALIZA OCZEKIWAŃ PRACOWNIKÓW TEJ BRANŻY WOBEC RYNKU PRACY 8
CZY W DZISIEJSZYCH CZASACH TRZEBA BYĆ KREATYWNYM 11
KOŁA NAUKOWE – CZY WARTO W NICH UCZESTNICZYĆ 13
KANDYDACI NA STUDIA, CZYLI RANKING 10 NAJPOPULARNIEJSZYCH KIERUNKÓW STUDIÓW W ROKU 2020/2021 14
NAUKA ZDALNA NA STUDIACH – WADY I ZALETY 15
PRACA NA STUDIACH – CZYLI KTÓRE STUDIA WARTO WYBRAĆ, ZAOCZNE CZY STACJONARNE? 16
RODO W PRAKTYCE 17
CZY GROZI NAM „BUNT MASZYN" – O ZAGROŻENIACH ZE STRONY SZTUCZNEJ INTELIGENCJI 18
PIĄTA WŁADZA GLOBALNA 20
WSZYSTKIE DROGI PROWADZĄ DO RZYMU 22
PODRÓŻE 360° 24
POLAK W POTRZEBIE, CZYLI KOGO PROSIĆ O POMOC PRZEBYWAJĄC ZA GRANICĄ 28
NIE MARNUJ ŻYCIA, OSIĄGNIJ SUKCES! 29
WSPÓŁCZESNE ZASTOSOWANIE FILOZOFII STOICKIEJ 30
KSZTAŁTOWANIE SWOJEJ RZECZYWISTOŚCI, CZYLI JAK ŚWIADOMIE BUDOWAĆ SZCZĘŚLIWE ŻYCIE 32
TO NIE PRZYJAŹŃ 34
RANDKOWANIE W DOBIE KORONAWIRUSA 35
ROZSZERZENIA RZECZYWISTOŚCI – U1 i LIDAR 36
ENGLISH CORNER LESSON 6 37
KĄCIK SMAKOSZA 38
SUDOKU 39

SESJA NAUKOWA W WSZiB

11 MARCA W WYŻSZEJ SZKOLE ZARZĄDZANIA I BANKOWOŚCI ODBYŁA SIĘ ZDALNA STUDENCKA SESJA NAUKOWEGO KOŁA PRZEDSIĘBIORCZOŚCI PT. „JAK PANDEMIA ZMIENIŁA ŚWIAT". JEGO CZŁONKOWIE WYGŁOSILI REFERATY ZE SWOICH OBSZARÓW BADAWCZYCH, A ZAPROSZENI GOŚCIE – PRAKTYCY ZE ŚWIATA BIZNESU KOMENTOWALI WYSTĄPIENIA Z PUNKTU WIDZENIA PRAKTYCZNEGO.

Sesję otworzyła Pani dr Justyna Michniak-Szladerba – Pełnomocnik Rektora ds. Kół Naukowych.
Wysłuchaliśmy wiele interesujących prelekcji oraz komentarzy ekspertów:

- „Tarcza antykryzysowa teoria i praktyka" – Patrycja Wieczorek i Wiktoria Wróblewska, studentki WSZiB.
  Komentarz eksperta z rynku pracy: Ewa Wróblewska – Dyrektor Elfiki z Baśniowej Krainy Przedszkole i Żłobek.
- „Home office a biuro" – Damien Zygar, student WSZiB.
  Komentarz eksperta z rynku pracy: Marcin Stadnik – Cloud Business Developer, Unity Group.
- „Motywacja pracowników poza biurem" – Urszula Janiec, studentka WSZiB.
  Komentarz eksperta z rynku pracy: Paweł Husar – Head of Demand Planning FE Supply Chain FE, ArcelorMittal Flat Carbon Europe S.A.
- „Podział i zastosowanie botów w sieci"– Paweł Cendrzak, student WSZiB.
  Komentarz eksperta z rynku pracy: Patryk Siedlecki, Software Engineer, GlobalLogic.

WSZYSTKIM DZIĘKUJEMY ZA TAK LICZNY UDZIAŁ W WYDARZENIU! ☺

DZIEŃ OTWARTY WSZIB

25 MARCA 2021 ROKU ZA POMOCĄ MS TEAMS ODBYŁ SIĘ DZIEŃ OTWARTY WYŻSZEJ SZKOŁY ZARZĄDZANIA I BANKOWOŚCI W KRAKOWIE.

Jak co roku podczas spotkania uczestnicy mogli zapoznać się z ofertą dydaktyczną Uczelni, a także wziąć udział w specjalnie przygotowanych przez studentów oraz profesorów warsztatach i wykładach. Udostępniliśmy także naszym kandydatom zwiedzanie Uczelni za pośrednictwem wirtualnego spaceru.

Podczas Dnia Otwartego wygłoszono prelekcje na tematy:

- Postaw na Siebie, czyli jak zbudować skuteczne CV? - Magdalena Knapik-Woch
- Czy jesteś bohaterem?Opowiedz swoją historię według schematu J. Campbella. - dr Magdalena Kowalska-Musiał
- Rozwiń skrzydła. Warsztat rozwoju osobistego. - dr Justyna Michniak-Szladerba
- Ewolucja rachunkowości – od starożytności do współczesności. - dr Piotr Ziarkowski
- Dobre pierwsze wrażenie możesz zrobić tylko raz, czyli rozmowa kwalifikacyjna od kuchni. - Magdalena Knapik-Woch
- Charyzmatyczny przedsiębiorca - czy pragnienia są dobre w biznesie? - dr Magdalena Kowalska-Musiał
- Zarządzanie sobą w czasie. - dr Justyna Michniak-Szladerba
- Compliance w przedsiębiorstwie - moda czy konieczność? - dr Piotr Ziarkowski
- Zacznij od siebie! Poznaj siebie! Odkryj co Cię kręci zawodowo?- Magdalena Knapik-Woch
- Piękno w budowaniu wizerunku marki – zasada złotego podziału? - dr Magdalena Kowalska-Musiał
- Poznaj siebie - 4 typy osobowości. - Koło negocjacji „Batna"
- Jak połączyć studia z pracą w korporacji? Studia dualne w WSZiB. - Pracownicy/ Studenci Jacobs
- Postaw na siebie, czyli jak zbudować skuteczne CV? - Magdalena Knapik-Woch
- Publiczne wystąpienie – jak się do niego przygotować? - dr inż. Dominika Woźny
- Jak dostać pierwszą pracę w reklamie? - mgr Karolina Sztyler

WOŚP

mgr Michał Szafraniec

KOLEJNY IMPONUJĄCY WYNIK UCZELNIANEGO SZTABU WOŚP!

XXIX FINAŁ WIELKIEJ ORKIESTRY ŚWIĄTECZNEJ POMOCY. W TYM 18 LAT SZTABU WOŚP WYŻSZEJ SZKOŁY ZARZĄDZANIA I BANKOWOŚCI W KRAKOWIE – PONAD 1.200.000 ZŁOTYCH ZEBRANYCH DLA ORKIESTRY!

Pierwszy Sztab Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy Wyższej Szkoły Zarządzania i Bankowości w Krakowie został utworzony w 2003 roku. Składał się on wówczas z 30 osób – wolontariuszy i obsługi sztabu. Dziś Sztab WOŚP WSZiB liczy już ponad 350 osób, którzy co roku grają dla Orkiestry.

Tegoroczny 29 Finał Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy, był wyjątkowy… i chyba najtrudniejszy w naszej karierze „sztabowej". Trudny do organizacji z powodu pandemii Covid 19, zmiany terminu finału z 10 stycznia 2021 na 31 stycznia 2021 roku jak również ciągłych obostrzeń. Spotkania musiały odbywać się w ściśle określonym reżimie sanitarnym, część osób zapisywało się- później rezygnowało, niektóre szkoły z wiadomych przyczyn nie mogły oficjalnie współpracować.

Sztab WSZiB w tym roku tworzyli: Michał Szafraniec, Krzysztof Wyżga, Magdalena Bogdanowicz- Szafraniec, Konrad Szlachta i Patrycja Żmudzińska. Mimo wszystkich utrudnień i obostrzeń 270 naszych Wolontariuszy wyszło na ulice Krakowa. Udało nam się uzbierać w tym roku niebagatelnie wysoką kwotę: **220 904,24** złotych.

W przyszłym roku mamy nadzieję, że wyjątkowy 30-sty Finał Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy będzie choć trochę bardziej spokojny i łatwiejszy w organizacji.

Mimo tegorocznych utrudnień widok 270 uśmiechniętych Wolontariuszy i rozmowa z jednym z wysokich funkcjonariuszy Policji, który powiedział cytuję: „wie Pan, wiele teraz o nas się mówi… nie zawsze pozytywnie – patrząc na protesty kobiet itp… ale zawsze z wami grałem i wspierałem. Jakby coś proszę o każdej porze dzwonić…". Pokazuje to, że warto działać i robić coś dla innych!

Dziękujemy!

mgr Paulina Zdebska

Skrót pracy dyplomowej

KAPITAŁ LUDZKI W IT – ANALIZA OCZEKIWAŃ PRACOWNIKÓW TEJ BRANŻY WOBEC RYNKU PRACY

Praca magisterska napisana pod kierunkiem dr Karoliny Strzelczyk

POJĘCIE KAPITAŁU LUDZKIEGO ROZUMIANEGO JAKO OGÓŁ UMIEJĘTNOŚCI, WIEDZY FACHOWEJ I DOŚWIADCZENIA PRACOWNIKÓW ORGANIZACJI JEST CORAZ CZĘŚCIEJ PODDAWANE ANALIZIE W WIELU PRACACH NAUKOWYCH.

Eksperci z różnych dziedzin stanowią cenną wartość przedsiębiorstwa, czasem nawet cenniejszą niż kapitał finansowy czy inne zasoby materialne. Sztandarowym przykładem przedstawicieli kapitału ludzkiego są wykwalifikowani specjaliści branży IT. W dobie dynamicznego rozwoju technologii, ich umiejętności są coraz bardziej pożądane przez liczne przedsiębiorstwa. Powstaje nawet pewnego rodzaju „walka" między pracodawcami o talenty z tej branży. Dlatego warto pochylić się nad tym, jak wygląda rynek pracy oczami specjalisty IT. Czego oczekuje on od swojego pracodawcy? Co motywuje go do pracy? Jak powinien wyglądać idealny proces rekrutacji, który skutecznie zachęci go do podjęcia zatrudnienia w konkretnym przedsiębiorstwie? Celem przeprowadzonego badania było znalezienie odpowiedzi na te pytania. Jego wyniki mogą bowiem ułatwić dopasowanie odpowiednich narzędzi i praktyk w zarządzaniu zasobami ludzkimi w IT.

W celu zdobycia odpowiedzi na postawione wcześniej pytania przeprowadzono badanie ankietowe wśród przedstawicieli branży informatycznej. Badanie to było anonimowe i zostało przeprowadzone za pośrednictwem Internetu w grudniu 2020 r. Wzięło w nim udział 370 badanych (49 kobiet i 321 mężczyzn). Pytania dotyczyły motywacji, employerbrandigu oraz procesu rekrutacji.

Ze względu na ograniczone rozmiary tego artykułu przytoczono wyniki jedynie z kilku najistotniejszych pytań w ankiecie.

Ankietowani zostali podzieleni na cztery grupy wiekowe: 18–25 lat, 26–35 lat, 36–44 lata, 45 lat i więcej. Najwięcej, bo aż 51% było osób w wieku 26–35 lat, następnie 18–25 lat, zaś najmniej było informatyków mających 45 lat i więcej. Wśród ankietowanych przeważali zatem przedstawiciele branży IT z pokolenia Y i Z. Pod względem stopnia doświadczenia zawodowego grupa badanych wyglądała następująco: Seniorzy – 33%, Mid/Regular – 47%, Junior – 20% wszystkich badanych.

Jedno z pytań w kwestionariuszu ankiety dotyczyło poziomu satysfakcji z obecnego miejsca pracy. Badani mieli ocenić ją w skali od 1 do 5, gdzie 1 oznaczało brak satysfakcji, natomiast 5 – wysoki poziom zadowolenia z pracy u aktualnego pracodawcy. Największa liczba ankietowanych (148) wskazała, że ich satysfakcja z obecnego miejsca pracy jest na poziomie 4, co można interpretować jako dość wysoki poziom. Następna w kolejności popularności była najwyższa ocena, oznaczająca bardzo duże zadowolenie z pracy. Taką odpowiedź wybrało 113 badanych. Najmniej osób (15) wskazało, że ich praca w ogóle ich nie satysfakcjonuje. Zatem ponad połowa ankietowanych oceniła swoje obecne miejsce pracy jako satysfakcjonujące lub bardzo satysfakcjonujące.

Również pytanie o chęć zmiany pracodawcy i ewentualne czynności z tym związane pokazało wysoki poziom satysfakcji badanych z obecnego miejsca pracy, bowiem 46% z nich nie jest aktualnie zainteresowanych zmianą pracy. Spora część ankietowanych, bo aż 44% jeżeli już jest tym zainteresowana to biernie poszukuje nowego zatrudnienia. Jedynie 10% wszystkich zapytanych przedstawicieli branży IT odpowiedziało, że obecnie wyraża chęć zmiany pracodawcy i w tym celu m.in. wysyła CV i chodzi na rozmowy rekrutacyjne. Potwierdza to tezę, że informatycy niechętnie aktywnie poszukują pracy, a preferują pasywne uczestnictwo w procesie rekrutacji.

Wśród czynników zniechęcających do pracy u danego pracodawcy najwięcej badanych wskazało zbyt niskie zarobki – 31%, oraz małe szanse na rozwój/awans – 25% respondentów. Druga w kolejności odpowiedź, czyli małe szanse na rozwój/awans zebrała 25% głosów. Również spora liczba osób (22%) wybrała stresującą atmosferę jako prawdopodobny powód zmiany miejsca pracy. Najrzadziej wybieranymi odpowiedziami było zbyt dużo pracy (1%) oraz brak komunikacji w zespole (1%). W kwestionariuszu ankiety była również możliwość wpisania własnej propozycji czynnika motywującego do zmiany pracodawcy. Badani wskazywali m.in.: brak szacunku do pracownika, nudny projekt, brak innowacyjności, mobbing, zadania niedopasowane do umiejętności pracownika, brak zaufania do pracownika, budowanie poczucia winy, zły szef oraz poczucie bycia wyzyskiwanym.

Największa liczba badanych zdecydowała, że to pieniądze najskuteczniej zachęcają ich do podejmowania aktywności zawodowej. Taką odpowiedź wskazało 37% ankietowanych. Drugi w kolejności pod względem liczby wskazań był rozwój osobisty/zawodowy, którego wybrało 28% badanych. Wyniki te również mocno korelują z uzyskanymi w poprzednich pytaniach. To zarobki i rozwój zdają się być najistotniejszym elementem motywującym dla pracowników branży IT. Najmniej głosów otrzymała odpowiedź (2%), że chęci do pracy wynikają z prestiżu jaki daje, pochwał i uznania wśród innych.

W przypadku Juniorów, czyli osób na początku swojej kariery zawodowej, to właśnie rozwój był wskazywany najczęściej jako źródło motywacji. Taką odpowiedź wybrało 37% z nich. Pokazuje to, że spora liczba osób z małym doświadczeniem zawodowym bardziej ceni sobie zdobywanie kolejnych szczebli kariery, kolejnych porcji wiedzy branżowej niż wysokie wynagrodzenie. Warto również zaznaczyć, że nie oznacza to wcale, że płace nie są ważne dla tej grupy ankietowanych. Wręcz przeciwnie, pieniądze były drugim co do częstotliwości wskazywanym czynnikiem i przegrały z rozwojem tylko dwoma głosami. Warto podkreślić, że najczęściej udzielana w tej grupie ankietowanych odpowiedź nie jest zupełnie niezwiązana z wysokimi zarobkami. Mianowicie rozwój pozwala na osiągnięcie wyższych szczebli w karierze zawodowej, a to przekłada się na wyższe wynagrodzenie. W przypadku Seniorów i Regularów dominuje twierdzenie, że pieniądze są czynnikiem najbardziej motywującym do pracy, następny w kolejności jest rozwój, a dalej chęć zapewniania stabilizacji i bytu rodzinie.

W pytaniu o preferowany sposób selekcji kandydatów do pracy najwięcej osób, bo aż 47% wybrało ocenę na podstawie rozmowy rekrutacyjnej. Następna w kolejności była ocena na podstawie zadania technicznego rozwiązywanego samodzielnie w domu, na którą głosowało 26% ankietowanych. Niewiele mniej, bo 22% głosów otrzymała ocena na podstawie zadania technicznego rozwiązywanego w trakcie rozmowy rekrutacyjnej. Najmniej respondentów natomiast (5%) wskazało ocenę na podstawie nadesłanego CV/portfolio jako najlepszy sposób selekcji kandydatów do pracy. Wyniki te jednoznacznie wskazują, że większość badanych pracowników branży IT preferuje bezpośrednią konfrontację z przyszłym pracodawcą bądź rekruterem itd. Daje to możliwość poznania od środka firmy, do której się aplikuje oraz pozwala zaprezentować się przyszłemu pracodawcy z wielu stron, niż tylko samej technicznej. Zdaje się to też, w opinii informatyków, być lepsze od analizy ich kandydatury na podstawie samego CV czy portfolio, która może dawać bardzo ograniczony obraz aplikującego.

Kolejne pytanie dotyczyło preferencji dotyczących osób prowadzących lub biorących udział w procesie rekrutacji. Badanie dopuszczało wybór kilku, a nawet wszystkich możliwych opcji. Najwięcej ankietowanych (311 osób) wskazało, że osobą niezbędną w procesie rekrutacji jest przyszły bezpośredni przełożony. Pokazuje to, że badani najbardziej cenią możliwość poznania i zaprezentowania się już na wstępie osobie, która w przyszłości będzie nimi zarządzać i delegować im zadania. Niewiele mniej głosów (275) zebrał przyszły współpracownik/członek zespołu jako osoba mile wdziana przez kandydatów w procesie rekrutacji. Wynika to najprawdopodobniej z faktu, że właśnie taka osoba najlepiej zna projekt i specyfikę pracy i dlatego wzbudza tak duże zaufanie wśród kandydatów. Bardzo dobrze będzie w stanie

wyjaśnić czego dokładnie oczekuje się od przyszłego pracownika oraz ocenić umiejętności danej osoby pod tym kątem. Najmniej badanych wskazało, że w procesie rekrutacji powinien brać udział prezes firmy lub członek zarządu. Taką odpowiedź wybrało zaledwie 18 osób.

Przedstawiciele branży IT są niezwykle cenionymi pracownikami na rynku. Osiągają oni zwykle wysokie zarobki, co powoduje, że zgodnie z teorią Maslowa, w momencie kiedy ich podstawowe potrzeby są zaspokojone, zaczynają mieć oczekiwania z wyższego szczebla takie jak np. chęć rozwoju lub posiadana przyjaznej i bezstresowej atmosfery w pracy. Branża IT stanowi idealny przykład branży składającej się głównie z pracowników wiedzy, którzy to uznawani są za ogromną wartość przedsiębiorstwa. Ich kwalifikacji i umiejętności nie da się bowiem skopiować, są one unikatowe. Analizując wyniki otrzymane w wykonanym badaniu można uznać, że istnieją dwa główne źródła motywacji specjalistów za zakresu informatyki. Są to: odpowiednio wysokie wynagrodzenie oraz nieograniczone możliwości rozwoju zawodowego. Wyniki badania pokazują, że wysokość wynagrodzenia w branży IT pełni bardzo ważną motywacyjną rolę. Ankietowani wskazywali, że aby określić zarobki jako satysfakcjonujące średnio muszą one wynosić (w zależności od poziomu doświadczenia) odpowiednio: Junior – od 3543 do 4296 zł netto, Regular – od 6346 do 8010 zł netto, Senior – od 11154 zł netto. Biorąc pod uwagę wysokość mediany wynagrodzeń w 2020 r. w branży IT można uznać, że nie są to wyidealizowane oczekiwania, lecz zupełnie realne i możliwe do osiągnięcia zarobki. Drugim najczęściej wskazywanym źródłem motywacji do pracy była możliwość rozwoju. Zwłaszcza osoby na najniższym szczeblu doświadczenia doceniały ten czynnik. Możliwość poszerzania swojej wiedzy i umiejętności w ramach pracy zawodowej jest bardzo cenna. Przekłada się ona również na wyższe zarobki w przyszłości, co łączy oba najczęściej wymieniane czynniki motywujące w branży informatycznej. Ankietowani podawali, że w sporej większości są zadowoleni z obecnego miejsca pracy. Do zmiany najskuteczniej skłaniają ich zbyt niskie zarobki i brak możliwości rozwoju. Pozyskanie dobrych specjalistów z tej branży bywa bardzo trudne m.in. ze względu na fakt, że mają względnie wysokie wymagania co do procesu rekrutacji. Badani preferowali rozmowę kwalifikacyjną wśród podanych sposobów selekcji kandydatów. W jej trakcie można zaprezentować swoje umiejętności oraz cechy w najmniej ograniczony sposób. Można również trochę lepiej poznać firmę, do której się aplikuje. Podsumowując powyższe rozważania należy stwierdzić, że pracownicy branży IT, będący doskonałym przykładem pracowników wiedzy budujących kapitał ludzki w przedsiębiorstwie mają sprecyzowane i mało zaskakujące oczekiwania wobec rynku pracy. Wymagają, by pracodawcy zapewniali im odpowiednio wysokie wynagrodzenie oraz ciągły rozwój, co skutecznie motywuje ich do pracy. Są oni w większości zadowoleni z piastowanych obecnie stanowisk i warunków zatrudnienia. Sugeruje to, że w większości przypadków oczekiwania ich są zaspokajane. W procesie rekrutacji natomiast pracownicy branży IT oczekują głównie szacunku i rzetelności po stronie rekrutujących. ■

Sylwester Dusza

CZY W DZISIEJSZYCH CZASACH TRZEBA BYĆ KREATYWNYM

POSIADAMY SKOŃCZONĄ LICZBĘ NUT NA PIĘCIOLINII, A NADAL POWSTAJĄ NOWE PIOSENKI. POSIADAMY SKOŃCZONĄ LICZBĘ SKŁADNIKÓW, A MIMO TO SZEFOWIE KUCHNI SERWUJĄ CORAZ TO NOWE POTRAWY. AŻ WRESZCIE Z PODOBNYCH RODZAJÓW MATERIAŁÓW POWSTAJĄ NOWE KOLEKCJE UBRAŃ. JEST TO PEWNEGO RODZAJU ZANURZENIE NIESKOŃCZONOŚCI W SKOŃCZONOŚCI. ZE SKOŃCZONEJ LICZBY ELEMENTÓW MOŻE POWSTAĆ NIESKOŃCZONA LICZBA KOMBINACJI. DZIWNE TO ZJAWISKO, LECZ ZARAZEM JAKŻE WŁAŚCIWE DLA CZŁOWIEKA. A MOWA TUTAJ OCZYWIŚCIE O KREATYWNOŚCI, CZYLI TWORZENIU CZEGOŚ NOWEGO I ORYGINALNEGO.

Czasem mówimy: "Dzisiaj nie jestem w ogóle kreatywny. Nie mogę nic wymyślić…". Czy to oznacza, że człowiek jest kreatywny tylko czasami? Zdolność do kreatywności to umiejętność łączenia tego, co już jest. Wobec tego z zewnątrz nie mogą przyjść ograniczenia. Te ograniczenia możemy wygenerować jedynie sami w naszych umysłach. "Nie nadaję się do tego. Nic mi nie wychodzi. Niech inni to wymyślą…". To typowe przykłady wysadzania na własne życzenie tuneli, które uniemożliwiają połączenie już znanych elementów. Dodatkowo, jeżeli takie działania prowadzimy długoterminowo i z premedytacją to rzeczywiście można odnieść wrażenie, że nie da się być kreatywnym.

Oczywiście mogą istnieć czynniki zewnętrzne, które to ułatwiają, np. trudna sytuacja finansowa i potrzeba skupienia się głównie na podstawowych potrzebach. Czy nawet obecna sytuacja na świecie zachęcająca lub wręcz nakazująca do siedzenia cały czas w domu. Kolejnymi przykładami może być seria niepowodzeń lub trauma. Takie okoliczności powodują, że dużo prościej jest dokonać "zbrodni" na tunelach łączących różne elementy i w konsekwencji ograniczyć siebie jeszcze bardziej. Taki stan rzeczy szybko przenosi się na rzeczywistość prac zespołów. Nie tak rzadko zdarza się, że jakiś zespół twierdzi, że jest w takiej sytuacji, w której nic już nie może zrobić i nie jest w stanie wygenerować z siebie żadnego pomysłu na poprawę; jakby czekając na zewnętrzne rozwią-

zanie. Obserwacja takiego zjawiska może być lustrem, które odbija indywidualne podejścia członków zespołu, a być może jest soczewką, która ten stan rzeczy nasila.

Zatem czy musimy być kreatywni, żeby przeżyć? Z pewnością nie. Możemy funkcjonować nie używając tej zdolności. Będziemy wtedy korzystać głównie z potencjałów intelektualnych innych osób. Żeby móc znaleźć pracę, ktoś kiedyś musiał kreatywnie założyć konkretny biznes i stworzyć miejsca pracy, nawet jeżeli są to stanowiska odtwórcze. Chcąc iść do kina, czy teatru, korzystamy z faktu, że ktoś kiedyś wymyślił fabułę, zatrudnił aktorów i zrealizował film lub sztukę. Chcąc lecieć na wakacje, bez wynalazku samolotu nie byłoby to możliwe. W związku z tym na każdym kroku korzystamy z innowacyjnego rozwiązania jakiegoś człowieka. Moim zdaniem taki stan rzeczy jest związany z celem życia człowieka, czyli osiąganiem jego pełni. Pełni życia. Nie na pół gwizdka. I nie żyjąc życiem innych. Ta pełnia życia zawiera potrzebę urzeczywistnienia potencjału, który jest w każdym człowieku. Natura świata domaga się od nas tego urzeczywistnienia, żebyśmy mogli jako ludzkość się poprawnie rozwijać. Stąd uważam, że kreatywnie tworzenie to nie tylko możliwość, lecz obowiązek każdego z nas. A poza tym zawody odtwórcze czeka w przyszłości automatyzacja związana z rozwojem technologicznym.

W takim razie, jak wzbudzić ponownie myślenie kreatywne? Innymi słowy, jak odkopać zburzone tunele? Wymienię kilka elementów, które po stosownym przepracowaniu mogą zwiększyć nasz potencjał:

- Fałszywa pokora. Uznanie, że tak naprawdę, nic nie mogę wnieść do otoczenia. Wynika z niskiego poczucia własnej wartości i czasami ma wręcz znamiona zrzucania odpowiedzialności na innych. Bo przecież ktoś musi kreować otoczenie.
- Lenistwo. Wymyślenie czegoś sensownego wymaga dużo pracy i wysiłku. Wydaje się, że dobre pomysły rodzą się przypadkowo, lecz tak naprawdę są pozytywnym efektem ubocznym naszej pracy. Pracy nad naszym rozwojem i zaangażowaniem się w rzeczy, które robimy. Jeżeli będziemy w tym wytrwali, często będziemy samych siebie zadziwiać nowymi pomysłami.
- Niewłaściwe uspołecznienie. Uznanie, że mogę tylko od społeczeństwa brać, a nie muszę mu nic dawać.
- Brak odwagi. Innowacyjność to pewna śmiałość. Śmiałość pójścia czasami pod prąd, nie tak jak wszyscy.

- Wolność umysłu. Ostatni, ale najistotniejszy element. Żeby ludzki umysł mógł wykorzystać swoje możliwości musi mieć możliwość swobodnego działania. Dbajmy o higienę umysłu. Weryfikujmy wszystkie informacje i narracje do nas docierające logiką naszego umysłu.

Jak widać wymienione wyżej elementy są wewnętrzne. Sami je generujemy. Oczywiście zewnątrz wpływa na wewnątrz i okoliczności, które są wokół nas mogą je pogłębić, lecz finalnie my mamy na to największy wpływ. Z taką konkluzją chciałbym Cię drogi czytelniku zostawić. Zachęcam do przeanalizowania wyżej wymienionych obszarów i do urzeczywistniania potencjału intelektualnego, który w Tobie drzemie. ■

Łukasz Martyna

KOŁA NAUKOWE — CZY WARTO W NICH UCZESTNICZYĆ

KAŻDY UCZEŃ DECYDUJĄCY SIĘ NA PODJĘCIE STUDIÓW PO ZAKOŃCZENIU SZKOŁY ŚREDNIEJ ZADAJE SOBIE TO PYTANIE – A CO JEŚLI ŹLE WYBIORĘ KIERUNEK STUDIÓW? NIE KAŻDY NA TYM ETAPIE ŻYCIA MA JUŻ SPRECYZOWANE SWOJE PLANY NA PRZYSZŁOŚĆ. NIEJEDNOKROTNIE WYBRANY KIERUNEK STUDIÓW NIE DO KOŃCA ODPOWIADA NASZYM UPODOBANIOM CZY MARZENIOM. CZY MOŻNA COŚ Z TYM ZROBIĆ? CZY MOŻNA ZNALEŹĆ INNĄ ALTERNATYWĘ?

CZY UCZELNIE DAJĄ INNE MOŻLIWOŚCI POZA PODSTAWOWYMI KIERUNKAMI STUDIÓW?

Wybierając ofertę konkretnego kierunku studiów na kilku uczelniach, często zwracamy uwagę na dodatkowe możliwości oferowane przez daną instytucję. Jedna uczelnia stawia bardziej na różnego typu wyjazdy czy współpracę z zagranicznymi korporacjami, inne na integracje społeczności akademickiej, a jeszcze inne na rozwój kół naukowych. I właśnie na tych ostatnich chciałbym się na moment zatrzymać. Czy są one jedynie alternatywą dla nie do końca zadowolonych studentów, czy może dla wielu są okazją do rozwoju swoich zainteresowań i poszerzania horyzontów? Myślę, że w tego rodzaju zajęciach każdy może znaleźć coś dla siebie.

Trzeba zauważyć, że koła naukowe mogą być organizowane w różnej formie. Dla przykładu – inaczej będzie wyglądać funkcjonowanie koła turystycznego, a inaczej koła chemicznego. Aktualnie każda uczelnia stara się dbać o to, aby zapewnić sporą różnorodność swoim studentom, ponieważ taka działalność może znacząco wpłynąć na jej wizerunek czy odbiór w społeczeństwie lokalnym.

Bardzo ważne jest to, iż koła naukowe nie są obowiązkowe, a więc każdy może, ale nie musi w nich brać udziału. To spora przewaga nad innymi rodzajami nauki, ponieważ z reguły jeśli coś autonomicznie wybieramy to korzystamy z tego z przyjemnością, a nie z przymusu. Poza tym prowadzący koła naukowe starają się urozmaicać swoje zajęcia, aby zachęcić studentów do działania. Niejednokrotnie to właśnie studenci mogą wcielić się w rolę prowadzącego i opowiadać o swoim hobby, osiągnięciach czy to jaką wizję świata mają w konkretnej materii. Dzięki temu efekty przychodzą zdecydowanie szybciej.

Czy koła naukowe to tylko alternatywa dla nienajlepszego w opinii studenta kierunku studiów? Ależ skąd! To okazja do wielu nowych odkryć, wzbudzenia w sobie zainteresowania nową dziedziną życia czy nauki, ale także możliwość poznania wielu wspaniałych ludzi podejmujących to samo wyzwanie i chętnych do rozwoju.

Działalność kół naukowych to szczególna szansa dla osób poszukujących jeszcze swojej drogi zawodowej. Przecież to właśnie tam można odnaleźć sens swojego zawodowego życia, aby robić to co się lubi…a jak wiadomo nic lepszego w pracy być nie może!

Zatem jak widać koła naukowe mogą stwarzać wiele możliwości rozwoju. Dla osób, które nie chcą ustawać w dążeniu do urozmaicania swojego życia i spełniania życiowych planów i marzeń koła naukowe to świetna propozycja. W czasach, w których świat daje wiele możliwości dla codzienności, działalność uczelnianych kół naukowych jest niezwykle ważna, aby dawać każdemu studentowi wybór.

Nie uczestniczyłeś jeszcze w żadnym kole studenckim? Spróbuj, a na pewno nie pożałujesz!

Wiktoria Wróblewska

KANDYDACI NA STUDIA
CZYLI RANKING 10 NAJPOPULARNIEJSZYCH KIERUNKÓW STUDIÓW W ROKU 2020/2021

MINISTERSTWO NAUKI I SZKOLNICTWA WYŻSZEGO OPUBLIKOWAŁO RAPORT DOTYCZĄCY NAJCHĘTNIEJ WYBIERANYCH KIERUNKÓW STUDIÓW, JAK I TYCH NAJBARDZIEJ OBLEGANYCH.

W minionym roku, w październiku w polskich uczelniach naukę rozpoczęło ponad 428 tysięcy osób (ciekawostka - w zeszłym roku było to 424 tysiące osób). Wśród nich, naukę na studiach I stopnia i jednolitych magisterskich rozpoczęło ponad 314 tysięcy słuchaczy, a na studiach II stopnia ponad 114 tysięcy. Jeżeli chodzi o wyższe szkoły publiczne - w tym roku akademickim uczy się na nich prawie 300 tysięcy młodych ludzi, natomiast szkoły niepubliczne przyjęły do siebie trochę ponad 129 tysięcy kandydatów.

W tym roku, niezmiennie jak w poprzednich latach, zdecydowanie największym zainteresowaniem cieszyła się *Informatyka*. Było to około 33 tysiące osób. Spowodowane jest to niedoborem informatyków na rynku pracy i to nie tylko polskim. W dzisiejszych czasach informatycy mogą liczyć na dosyć wysoką pensję oraz wiele atrakcyjnych benefitów. Perspektywy po ukończeniu takich studiów są bardzo dobre, stąd też niezmienna popularność tego kierunku na przestrzeni lat.

Na podium zaraz za nią na drugim miejscu znalazła się *Psychologia* z liczbą około 29 tysięcy kandydatów. Jest to kierunek, który pozwala na wybór kariery w różnych zawodach. Pozwala lepiej poznać mechanizmy zachowań ludzkich i daje duże pole do manewru w zakresie wyboru pracy zawodowej.

Natomiast na trzecim miejscu jest *Zarządzanie* – ponad 25 tysięcy studentów. Jest to także jeden z kierunków, który od kilku lat cieszy się dużym zainteresowaniem ze strony kandydatów. Szczegółowe dane liczbowe znajdują się w poniższym w rankingu.

Najbardziej obleganym w tym roku kierunkiem była *Inżynieria Internetu rzeczy*, trzeba było pokonać aż 28 konkurentów! W czołówce znalazły się również: *„Komunikacja wizerunkowa”*, *„Mechanika i projektowanie maszyn”*, *„Orientalistyka-japonistyka”* oraz *„Orientalistyka--koreanistyka”*.

Najmniej oblegane natomiast były: *„Modern Business Management”*, *„Bezpieczeństwo zdrowotne”*, *„Analityka chemiczna”* oraz *„Inżynieria naftowa i gazownicza”*.

Poniżej przedstawiam ranking z dokładnymi danymi dotyczącymi kierunków, według ogólnej liczby zgłoszeń kandydatów:

1. **INFORMATYKA (33687)**
2. **PSYCHOLOGIA (29239)**
3. **ZARZĄDZANIE (25369)**
4. **PRAWO (19189)**
5. **KIERUNEK LEKARSKI (17660)**
6. **EKONOMIA (16708)**
7. **FINANSE I RACHUNKOWOŚĆ (13610)**
8. **FILOLOGIA ANGIELSKA (12475)**
9. **BUDOWNICTWO (11867)**
10. **LOGISTYKA (9835)**

Agata Tomczyk

NAUKA ZDALNA NA STUDIACH – WADY i ZALETY

PANDEMIA NIEWĄTPLIWIE ZMIENIŁA NASZE CODZIENNE ŻYCIE. MUSIELIŚMY PRZYSTOSOWAĆ SIĘ DO NOWYCH, ODGÓRNIE NARZUCONYCH NORM. NAS, STUDENTÓW DOTKNĘŁO TO SZCZEGÓLNIE. NAUKA ZDALNA, BRAK KONTAKTÓW Z RÓWIEŚNIKAMI, ŻYCIE ONLINE... PO DŁUŻSZYM CZASIE NAUKI W TAKIM TRYBIE MOGŁAM ZAOBSERWOWAĆ WADY I ZALETY TEJ SYTUACJI. NIE SĄ TO TYLKO MOJE WNIOSKI I SPOSTRZEŻENIA, ALE TAKŻE MOICH ZNAJOMYCH, STUDENTÓW.

Zacznijmy może od wymienienia wad.

Brak osobistej integracji. Trudniej nawiązujemy nowe znajomości, przebywanie ze sobą w jednym otoczeniu oswaja nas z grupą, możemy poczuć się jej częścią. Poznać każdego z osobna, uznać z kim chcielibyśmy nawiązać bliższą relację. Uczymy się swoich zachowań, tworzą się wspólne wspomnienia, można na bieżąco przedyskutować istotne kwestie – na uczelni jest się tu i teraz, nie umawiamy się w przerwie pomiędzy pracą, obiadem, sprzątaniem. Warto wspomnieć również o poznaniu się z wykładowcą. Online nie czujemy tej samej atmosfery, którą jest w stanie stworzyć na sali, a on sam nie ma możliwości oceny tego, jak odbieramy przekazywaną przez niego wiedzę.

Kolejne, będąc w domu nie włącza nam się w głowie ten sam „tryb nauki", który mamy na uczelni. Możemy leżeć w łóżku, zamykać oczy. Obniżamy poziom skupienia, co wpływa bardzo niekorzystnie na jakość przyswajania wiedzy. Nie jesteśmy tak samo zaangażowani. Niektórzy wręcz wyrywają się ze snu kilka minut przed zaplanowanymi zajęciami, nie są jeszcze odpowiednio rozbudzeni. Pomijają przygotowania, które wykonywali przed wyjściem na uczelnię – prysznic, śniadanie.

Uczestnicząc w zajęciach online w domu mamy wokół siebie pełno rozpraszaczy. Mowa tutaj głównie o innych domownikach korzystających z pomieszczenia, w których się uczymy, jak i z pozostałej części domu. Może to powodować niezadowolenie u obu stron. Czujemy się odrywani od nauki słysząc dźwięk muzyki czy pralki. U innych osób pojawia się uczucie ograniczenia wynikające z faktu, że potrzebujemy ciszy i spokoju. Wiąże się to z zabraniem im pełnej swobody, zwłaszcza podczas egzaminów.

To teraz bardziej przyjemna część – czyli zalety.

Jesteśmy u siebie. Możemy w dowolnym momencie napić się ulubionej kawy czy sięgnąć do lodówki. Możemy całe zajęcia spędzić wygodnie w domowych ubraniach. Odczuwamy również większą swobodę. Nie musimy uważać na każdy gest, co w przypadku tradycyjnej formy nauczania jest raczej standardem. Choroba nie wyklucza nas z możliwości uczestniczenia na wykładach, tak samo wyjazd w rodzinne strony czy podróż. Wystarczy telefon z dostępem do internetu.

Kolejnym, bardzo ważnym elementem jest czas, który musieliśmy poświęcić na dojazdy. W nauce online możemy spożytkować go w dowolnie wybrany sposób. Jedni wykonują obowiązki domowe, drudzy wykorzystują ten czas na regenerację lub jeszcze inne czynności. Oszczędza nam to również presji czasu, z którą musieliśmy się mierzyć. Znika ryzyko spóźnienia się przez utrudnienia na drodze, autobus, który nie przyjechał. Nie zamartwiamy się tym, że zapomnieliśmy o zabraniu materiałów, wszystko mamy pod ręką. I co najważniejsze zaoszczędzamy pieniądze.

Niepodważalną zaletą e-learningu jest to, że zajęcia są nagrywane. Dzięki temu mamy możliwość odtwarzania ich w dowolnej ilości w dowolnym czasie. Nie musimy martwić się tym, że przez swoją nieobecność stracimy omówienie materiałów. Ułatwia to również przygotowywanie się do zaliczeń, egzaminów. Każdy może uczyć się w swoim tempie, redagować notatki, nadrabiać zaległości. Pojawiła się możliwość korzystania wielokrotnie ze świetnych, rzetelnych źródeł wiedzy.

Znaleźliśmy się w innej rzeczywistości. Takiej, która wymaga od nas zmiany dotychczasowych form rozwoju, funkcjonowania. Ważne jest to, aby ją zaakceptować i nauczyć się korzystania z jej zalet nie zapominając o tym, co wcześniej tworzyło naszą codzienność. ■

Ewelina Podsiadło

PRACA NA STUDIACH — CZYLI KTÓRE STUDIA WARTO WYBRAĆ, ZAOCZNE CZY STACJONARNE?

WIELE OSÓB NA PEWNYM ETAPIE SWOJEGO ŻYCIA STAJE PRZED CIĘŻKIM WYBOREM – JAKĄ FORMĘ STUDIÓW WYBRAĆ, ABY MÓC POGODZIĆ JE Z PRACĄ? JAK TO ZROBIĆ, ABY W MIĘDZYCZASIE ZNALEŹĆ JESZCZE CZAS DLA SIEBIE I SWOICH BLISKICH? Z WŁASNEGO DOŚWIADCZENIA WIEM, ŻE CZASEM BYWA TO BARDZO TRUDNE, ALE PRZECIEŻ – „DLA CHCĄCEGO NIC TRUDNEGO"!

Połączenie pracy i studiów wymaga od nas przede wszystkim dobrej organizacji. Dobrym sposobem na to, jest zapisywanie rzeczy, które musimy wykonać w danym dniu. Ja np. korzystam z kalendarza z rozkładem dobowym, w którym bez problemu mogę zaplanować rozkład dnia, notuję wszystko co mam do zrobienia i dzięki temu jestem pewna, że o niczym nie zapomnę. Jeśli nie mamy możliwości skorzystania z kalendarza zawsze możemy zapisać wszystko w notatniku na smartfonie - przecież każdy ma teraz do niego łatwy dostęp.

Jeśli pracujemy na pełny etat i nie możemy sobie pozwolić na ciągłe przerwy w pracy, to zdecydowanie lepszą formą studiowania będą studia zaoczne. To dzięki nim będziemy w tygodniu mogli się poświęcić wykonywaniu naszych zawodowych obowiązków, a w weekendy się uczyć. Największą ich zaletą jest to, że nauczanie trwa tyle samo co na studiach dziennych, uzyskany tytuł naukowy też jest dokładnie ten sam, a zajęcia odbywają się tylko w weekendy. Niestety, studia niestacjonarne na uczelniach różnego typu mają też swoje wady – musimy za nie płacić.

Studia dziennie są idealne dla osób pracujących dorywczo. Każdy, kto ma możliwość elastycznego ustalania sobie grafiku na pewno doceni fakt darmowego studiowania (mowa tutaj o uczelniach publicznych) oraz braku zajęć w soboty i niedziele. Jest to świetne rozwiązanie dla osób, które w weekendy czas zamiast na naukę, wolą poświęcać na wycieczki czy odpoczynek.

Pogodzenie obowiązków zawodowych i studiów bywa bardzo męczące. Szczególnie w okresie sesji. Często okazuje się, że wracamy po ciężkim dniu z pracy a w domu zamiast odpoczynku i ulubionego serialu czeka na nas perspektywa całonocnej nauki. W takich momentach wiele osób ma ochotę zrezygnować i porzucić studia – ale wtedy warto przypomnieć sobie, że to właśnie dzięki wyrzeczeniom i ciągłej edukacji mamy szanse na lepszą przyszłość, dobrze płatną pracę i spełnienie zawodowe.

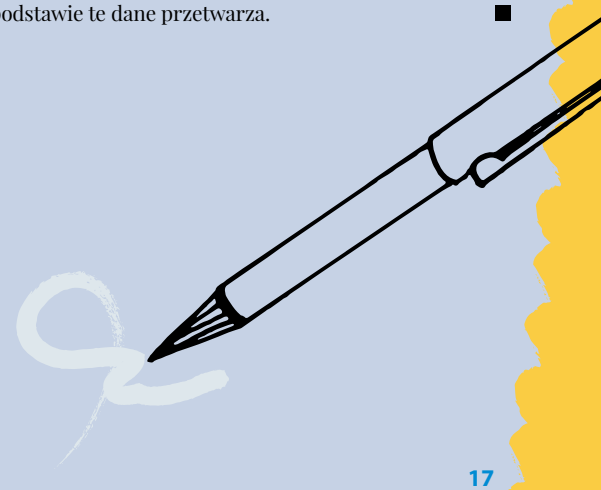
Połączenie studiowania i pracy jest trudne, ale możliwe. Inwestujmy więc w siebie i swoją przyszłość! ■

Weronika Kowalczyk

RODO W PRAKTYCE

Odkąd w 2018 roku zrobiło się głośno o rozporządzeniu o ochronie danych osobowych, szerzej znanemu jako RODO, wiele osób zaczęło zastanawiać się nad losem swoich danych personalnych. W jaki sposób są przetwarzane, udostępniane i jak można zapobiec, czasami niekontrolowanemu, rozprzestrzenianiu danych identyfikacyjnych. Wejście w życie przepisów RODO zmusiło większość przedsiębiorstw do usystematyzowania grup przetwarzanych danych na te mniej i bardziej wrażliwe oraz do pochylenia się nad kwestią uzyskania zgody na gromadzenie informacji osobowych. Najlepszym przykładem tego jest fakt, że dzisiaj przechowywanie w aktach osobowych kopii dowodów osobistych jest niezgodne z prawem. Kiedyś powszechnie stosowana polityka teraz uznawana jest za przekroczenie regulacji określonych w ustawie. Wprowadzono również obowiązek uzyskania od pracownika pisemnej zgody na przetwarzanie danych. Dzięki RODO zaczęto przyglądać się również procesowi rekrutacji. Nieodłącznie z tym procesem związany jest dokument Curriculum vitae, czyli CV, któremu od tego momentu poświęcono dużo więcej uwagi niż kiedykolwiek. Eksperci w wielu artykułach tłumaczyli jakich informacji nie należy w nich zawierać. Niestety nadal w odpowiedzi na oferty o pracę wiele ludzi wysyła dokumenty zawierające wrażliwe dane osobowe np. PESEL.

Jakie dane można więc umieszczać w CV aplikując o pracę? Dokument powinien zawierać imię i nazwisko, numer telefonu i najlepiej adres email, co umożliwia pracodawcy nawiązanie kontaktu. Rekruter może prosić również o podanie daty urodzenia, przebiegu dotychczasowego zatrudnienia i wykształcenia. Informacje te mogą mieć znaczenie w procesie rekrutacyjnym, zwłaszcza gdy na dane stanowisko wymagane jest określone wykształcenie lub doświadczenie zawodowe. W momencie, gdy nasza kandydatura zostanie zaakceptowana, otrzymamy propozycję współpracy i podpisania umowy stajemy się pracownikami. Wtedy pracodawca ma prawo wymagać od nas więcej informacji. Należy wziąć pod uwagę chociażby fakt, że podczas zgłaszania pracownika do ubezpieczenia konieczne jest podanie numeru PESEL, a aby wypłacić wynagrodzenie potrzebny jest numer rachunku bankowego. W tym przypadku przetwarzanie takich danych osobowych jest w pełni uzasadnione. Warto jednak pamiętać, że pracodawca musi przedstawić dokument o zakresie przetwarzanych danych i uzyskać na nim podpis pracownika. Jeżeli jednak proces rekrutacyjny nie zakończy się zatrudnieniem nic nie stoi na przeszkodzie, aby skierować się do firmy z prośbą o usunięcie danych osobowych. Z taką prośbą można zwrócić się do każdego podmiotu, co do którego ma się wątpliwość, że nie przetwarza danych w odpowiedni sposób. Istnieje również możliwość uzyskania informacji w jakim celu i na jakiej podstawie te dane przetwarza. ■



Edwin Harmata

CZY GROZI NAM „BUNT MASZYN" – O ZAGROŻENIACH ZE STRONY SZTUCZNEJ INTELIGENCJI

TERMIN „SZTUCZNA INTELIGENCJA" JEST RÓŻNORAKO INTERPRETOWANY W JĘZYKU POTOCZNYM. MOŻEMY JEDNAK PRZYJĄĆ, ŻE SZTUCZNA INTELIGENCJA TO ZDOLNOŚĆ PROGRAMÓW KOMPUTEROWYCH DO UCZENIA SIĘ, ANALIZOWANIA DANYCH I PODEJMOWANIA DECYZJI.

Pomimo tego, że tzw. „prawdziwa sztuczna inteligencja" nie została jeszcze opracowana, to rozwiązania z zakresu AI (ang. *artificial intelligence*) są powszechnie wykorzystywane. O ile takie systemy bywają pomocne i są zdolne do wykonywania obliczeń i obserwacji korelacji różnych czynników w sposób nieosiągalny dla człowieka, o tyle daleko im jeszcze do robotów eksterminujących ludzkość rodem z Terminatora. Skoro nie spodziewamy się w najbliższych dekadach ataku inteligentnych robotów zarządzanych przez złowieszczą „sztuczną inteligencję", to czego możemy się obawiać?

Zagrożenia, jakie wynikają z zastosowania mechanizmów uczenia maszynowego oraz rozwiązań AI koncentrują się w obszarze, który jest naszą najbardziej widoczną różnicą między maszynami a ciałem. Jako istoty biologiczne w znacznej mierze jesteśmy skazani na podleganie pewnym reakcjom, mechanizmom oraz ograniczeniom wynikłym z naszej natury. Tak zwany „układ nagrody" to struktura neurologiczna, która odpowiada za wydzielanie dopaminy w pewnych określonych sytuacjach, co odczytujemy jako przyjemność. Ten układ wraz z każdym kolejnym zastrzykiem dopaminy wzmacnia w nas chęć do powtórzenia określonej czynności odpowiadając w ten sposób za wytworzenie zarówno pozytywnych nawyków, jak i niszczących nasze zdrowie i relacje, nałogów. To właśnie układ nagrody jest odpowiedzialny za to, że popadamy w narkomanię, czy alkoholizm, ale także za to, że kończymy uniwersytety i pniemy się po szczeblach kariery, czy też bierzemy udział w maratonach. Choć zatem sam mechanizm nie jest ani dobry, ani zły dla naszej wolności czy samostanowienia, o tyle może stać się zarówno kulą u nogi, jak i źródłem życiowego sukcesu. Gdzie jest tu jednak miejsce na sztuczną inteligencję?

Algorytmy uczenia maszynowego oraz ciągła analiza wprowadzanych poprawek sprawiają, że reklamy jakie są umieszczane przez największe portale społecznościowe stają się coraz lepiej dopasowane do odbiorców. Każde nasze kliknięcie polubienia, otworzenie linku, czy też nawet dłuższe zatrzymanie ekranu na jakiejś treści w portalu społecznościowym takim jak Facebook, skutkuje utworzeniem kolejnych węzłów z informacjami, które służą do analizy naszych preferencji. Połączenie tych preferencji i wykorzystanie wiedzy psychologicznej do analizy wyników z naszych zachowań w ramach danego portalu pozwalają na osiągniecie przez algorytmy dalece dokładniejszej znajomości naszej psychiki i naszego charakteru, od naszej zdolności do introspekcji. Dopasowanie reklam oraz treści w sposób odpowiadający naszym preferencjom sprawia, że otrzymujemy coraz bardziej doskonale dobrane treści, które są zgodne z naszymi oczekiwaniami, a to z kolei pobudza nasz układ nagrody do wydzielania dopaminy za każdym razem, gdy znów jakiś news ze świata pozwala nam potwierdzić nasz punkt widzenia. Czyli będzie nam się przyjemniej korzystało z portalu, czy to takie straszne?

W zasadzie, to sama przyjemność korzystania z portalu skończyłaby się w najgorszym razie uzależnieniem od smartfona. Większym niepokojem napawają potencjalne

skutki społeczno-polityczne takiego uzależnienia. Afera, która wybuchła po tym jak *Cambridge Analitica* przyznało się do wpływu na wybory w kilku krajach świata (w tym w USA) potwierdziła, że zagrożenia wynikające z zastosowania nowych technologii są nieograniczone. *Cambridge Analitica* prowadziło analizę kliknięć, polubień i zachowań osób posiadających konta na Facebooku w taki sposób, by kampania polityczna trafiała z właściwymi treściami do odpowiednich ludzi. Treści te były tworzone w oparciu o wiedzę psychologiczną i były dobrane w taki sposób, by wpłynąć na myśli i zachowania odbiorców, na podstawie danych jakie ci odbiorcy dostarczyli firmie przez swoje użytkowanie portalu społecznościowego. Choć zatem możemy próbować wierzyć w możliwość istnienia wolności, to jednak jeśli propaganda jest przygotowana w doskonały sposób – skrojony bezpośrednio na odbiorcę – to w skali masowej należy spodziewać się, że raczej odniesie ona bardzo wymierny skutek.

Zagrożenie dla demokracji wynikające z zastosowania tego typu rozwiązań jest tylko jednym z wielu. Obecnie algorytmy te są solidnie zabezpieczone przez chciwość akcjonariuszy, którym na rękę będzie uzależnienie ludzi od narkotyku dostarczanego przy pomocy smartfona, ponieważ coraz bardziej dopasowane treści oznaczają coraz więcej konsumentów, dla których smartfon jest przedłużeniem ręki. Oczywiście akcjonariusze i sam Facebook, czy Twitter zarabiają na takim przedłużeniu ręki gigantyczne pieniądze, zyskują niewyobrażalną wiedzę psychologiczną na temat całych społeczeństw, a przy pomocy psychologii stosowanej mogą w niemal nieograniczony sposób wpływać na całe społeczeństwa, czy globalne ponadnarodowe trendy. W takim razie, czy jest się czego bać dopóki za sterami tych gigantów nie siedzi psychopata i jeśli Mark Zuckerberg w rzeczywistości jednak nie jest reptilianinem?

Obserwując zmiany jakie następują w mentalności ludzi uważam, że jest potężne ryzyko, które wynika z nieprzewidzianego dotychczas wpływu nowych technologii na człowieka. Dotychczas zarówno Polska, jak i cała ludzkość borykała się z poważnymi problemami cywilizacyjnymi takimi jak alkoholizm, czy narkomania. Obecnie wśród młodzieży wyraźnie zauważalnym trendem jest wzrost tendencji samobójczych oraz zwiększanie liczby młodych osób popadających w nałogi. Moim zdaniem nieskończone źródło minimalnych dawek dopaminy ukrytych w postaci portalu społecznościowego na smartfonie może doprowadzić w jakimś stopniu do pozytywnego zastąpienia w społeczeństwie nałogów związanych z używkami, nałogiem elektronicznym. Co jednak bardziej niepokojące, to fakt, że ludzkość nie posiada struktur neurologicznych dostosowanych do ciągłego para-kontaktu z tysiącami osób przy pomocy sieci. Jako istoty społeczne mamy doskonałe przystosowanie do odczytywania emocji z twarzy, czy też wyczuwania nastroju po tonie głosu. Nie jesteśmy jednak w żaden sposób przystosowani przez naturę, do otrzymywania zastrzyku z dopaminy co dziesięć minut po otrzymaniu wiadomości, lajka albo innego wyrazu zainteresowania od osoby w sieci. Zastąpienie realnych znajomości, tymi internetowymi oraz prawdziwych źródeł emocji tymi wirtualnymi może nie tylko zmienić nasz sposób budowania relacji z innymi, ale także doprowadzić do nieznanych ludzkości psychopatologii.

Co w tym wszystkim jest jednak najbardziej przerażające? Jeśli ludzkość uzależni się od swoich globalnych dilerów dopaminy na tyle, by przestać dostrzegać zanik naszej wolnej woli, to demokracja może zamienić się w system zarządzany przez prosty samouczący się algorytm. Czy prawdziwym buntem maszyn może okazać się prosty algorytm, który robi dokładnie to, co kazała mu ludzkość? Gdy przyjdzie dzień, kiedy trzeba będzie dilera rozdającego ten darmowy narkotyk umieścić tam, gdzie cywilizacja zwykła umieszczać dilerów, to czy ludzkość będzie miała w sobie jeszcze zdolność do podejmowania trudnych decyzji, czy też demokratyczną wolą wszystkich narodów świata poprzez Twitter, Facebooka, czy innego giganta technologicznego – stanie za nim murem, by kolejny słoneczny dzień przywitać przyjemnym odgłosem przychodzącego powiadomienia o kolejnym lajku? ■

Edwin Harmata

PIĄTA WŁADZA GLOBALNA

W KLASYCZNYM MONTESKIUSZOWSKIM PODZIALE WŁADZ MÓWI SIĘ O ICH TRZECH RODZAJACH: WŁADZY USTAWODAWCZEJ, WŁADZY WYKONAWCZEJ I WŁADZY SĄDOWNICZEJ. NIEZALEŻNOŚĆ WZGLĘDEM SIEBIE TYCH TRZECH ELEMENTÓW WŁADZY MIAŁA GWARANTOWAĆ SPRAWIEDLIWOŚĆ USTROJU, A DODATKOWO Z CZASEM ZACZĘTO MÓWIĆ O NIEFORMALNEJ CZWARTEJ WŁADZY, KTÓREJ ROLE MIAŁY PEŁNIĆ MEDIA PATRZĄC NA RĘCE WSZYSTKIM RODZAJOM WŁADZ I PRZEKAZUJĄC SUWERENOWI W POSTACI NARODU WSZELKIE INFORMACJE O NIEUCZCIWOŚCI, KORUPCJI ORAZ ŁAMANIU PRAWA. ROZWÓJ TECHNOLOGII DOPROWADZIŁ JEDNAK DO POWSTANIA KOLEJNEGO ŹRÓDŁA WŁADZY, KTÓRE W PRZECIĄGU KILKU OSTATNICH LAT WPŁYNĘŁO NA POLITYKĘ WIELU PAŃSTW ORAZ W NIEOKREŚLONY SPOSÓB CAŁY CZAS ODDZIAŁUJE GLOBALNIE – MOWA TU O GIGANTACH BIG TECH I ICH PORTALACH SPOŁECZNOŚCIOWYCH.

Zagrożenia ze zburzenia harmonii i tak niedoskonałego podziału władzy w modelu monteskiuszowskim nie są niczym nowym. Choć wpływaniem na klasyczne trzy filary władzy przez inne narody od zawsze zajmowali się politycy, ambasadorzy i szpiedzy, którzy swoimi metodami próbowali wpłynąć na rządy państw, by uzyskać wpływy, to jednak była to oczywista walka obcych sił, które należało zwalczać. Wiadomym jest zatem, że dla zachowania niezawisłości i niepodległości każdy kraj powinien posiadać jakiegoś rodzaju służby zajmujące się zwalczaniem działań obcych np. kontrwywiad wojskowy, CBA. Jeśli jednak rzucimy okiem na „czwartą władzę", to od razu widzimy, że tutaj sytuacja już nie jest tak oczywista. Gdzie jest granica między tym, co władza może zataić ze względu na interes państwa, a tym czego nie może ukryć oraz kto powinien podejmować decyzję czy i kiedy ujawnić wrażliwą dla polityki państwa informację? Czy możemy oddać jakiemuś organowi władzę nad cenzurą mediów, a jeśli tak, to czy nie będzie to źródłem władzy absolutnej? Jak w końcu określić jakieś czasopismo, dziennik, czy też pojedynczy dziennikarz służy naszemu narodowi wyjawiając mu prawdę, czy też na polecenie obcych państw ujawnia informacje, które uderzą w interes naszego państwa?

Choć jest to obszar, który w jakiś sposób jest w części unormowany prawnie, to jednak jest tak bardzo arbitralny i zależny od poglądów, że nie może tutaj być mowy o jasności i prawnej oczywistości. Dzięki praktyce całych dekad państwa nauczyły się jednak w tym niedoskonałym systemie funkcjonować i tworzyć prawodawstwo nadające państwom mniej lub bardziej bezpieczne systemy społeczne. Zawsze jednak wpływ wywierany na te cztery władze mogliśmy podzielić według źródła jego pochodzenia: wewnętrzny oraz zewnętrzny. Sytuacja zatem o ile mogła rodzić pewne punkty sporne i trudne do rozwikłania na poziomie instytucjonalnym czy też prawnym, o tyle sprawiała, że kraj wiedział z jakiego innego kraju wyszedł dany wpływ i kto próbuje ingerować w niezawisłość danej władzy naszego kraju.

W przypadku globalnych korporacji Big Tech nie jesteśmy w stanie wskazać, kto i w jakim interesie próbuje wpłynąć na społeczeństwo. Przyjmując, że technologiczni giganci stojący za portalami technologicznymi są pluralistyczni jeśli chodzi o poglądy politycznie i ideologicznie neutralni, należy spodziewać się, że będą oni promować te poglądy i te idee, które pozwalają im zwiększyć obroty firmy. W takim przypadku należy spodziewać się, że treści, które będą promowane i faworyzowane w ramach portali społecznościowych będą zbieżne z globalnym mainstreamem, ponieważ pozwolą one na pozyskanie największych zarobków, co z perspektywy czysto ekonomicznej byłoby jak najbardziej racjonalnym zachowaniem. Na tym poziomie zagrożeniem dla klasycznych władz jest konieczność uwzględniania w ramach swojej polityki globalnych trendów promowanych przy pomocy social mediów. Kolejny problem, znacznie większy pojawia się w momencie, gdy właściciel mediów społecznościowych, z własnej (lub nie) woli

decyduje się na realizacje polityki szkodzącej danemu krajowi w celu osiągnięcia przez inny kraj korzyści. Wraz z błyskawicznym rozwojem technologicznym niestety nie idzie zrozumienie jego wpływu na społeczeństwa, a prawodawstwo zostaje daleko w tyle, za kolejnymi zmianami jakie niesie ze sobą świat technologii. Dziś jeżeli pracownicy, dyrektorzy czy managerowie globalnych korporacji zostaną przekupieni/zastraszeni lub w inny sposób zmotywowani do realizacji interesów wybranego państwa kosztem innego, to nie podlegają oni takiej kontroli przez służby, jak ambasadorzy, politycy, czy prawnicy. Trudno też wyobrazić sobie, że menadżer Facebooka, czy też Twittera mógłby być „nadzorowanym" przez służby wielu różnych narodów, których jego decyzje mogą dotyczyć.

Afera z *Cambridge Analitica* pokazała, że przy pomocy tak potężnego źródła informacji o ludziach jak Facebook można zmienić wynik demokratycznych wyborów. Zasadne zatem zdaje się pytanie w jaki sposób państwa mogą próbować zabezpieczyć się przed takim wpływem social mediów oraz w jaki sposób prawnie bronić się przed zakusami globalnych korporacji. Co ciekawe próbę odpowiedzi na pytanie jak można na poziomie prawnym podejmować próby kontroli technologicznych gigantów podjęła Australia. Rząd Australii zauważył, że Facebook i Google choć zarabiają olbrzymie pieniądze na treściach prezentowanych ludziom pod australijskimi strzechami, to jednak nie płacą podatków na podobnych zasadach, co klasyczne media. Walka między rządem Australii i korporacjami ciągnie się już od roku, a ostatnio ogłoszony sukces w postaci nowoutworzonego prawa jest ewidentną propagandą sukcesu, ale ma niewiele wspólnego z prawdą. Facebook w odpowiedzi na utworzone prawo zablokował u siebie treści mediów australijskich, niejako szantażując rząd Australii, by ten wprowadził „poprawki" do ustawodawstwa. Ostatecznie rząd ugiął się pod presją giganta i pozwolił Facebookowi na „wspieranie tych wydawców, których wybierze", co w praktyce oznacza zielone światło na wywieranie wpływu społecznego zgodnie z wolą decydentów korporacji. Choć zatem do korporacji popłyną mniejsze pieniądze, to jednak prawnie została ugruntowana jej możliwość wywierania dowolnego wpływu na społeczeństwo, co powinno uświadomić nam jak dużym zagrożeniem może stać się Facebook, czy Google, w nieodpowiednich rękach. Choć zatem świat obudził się i kolejne kraje będą próbowały dostosować swoje prawodawstwo i ustalić z korporacjami regulacje, które pozwolą na zabezpieczenie interesu zarówno firmy jak i państw, to istnieje ryzyko, że kolejne pyrrusowe zwycięstwa osiągane przez rządy na australijską modłę mogą doprowadzić nas do znacznie groźniejszej, bo umocowanej prawnie sytuacji zagrożenia.

Ostatnim technologiczno-politycznym problemem jest wzmocnienie promowania tych idei, poglądów i wartości w ramach mediów społecznościowych, które sprzyjają ich rozkwitowi. Nawet jeśli korporacje nie będą działały na zlecenie służb jednych krajów przeciwko innym, to nawet realizując tylko własny interes mogą działać ze szkodą dla państw. Problem taki pojawia się w momencie, gdy w myśl osiągania wyższych obrotów promowane są poglądy prowadzące do polaryzacji społeczeństw. Podziały społeczne w społeczeństwach demokratycznych są naturalnym elementem krajobrazu społecznego, gdy jednak polaryzacja postępuje w dużym stopniu państwo może ulec destabilizacji i zmienić się w ruinę wojny domowej, rewolucji lub innych rozruchów. Mechanizm filtrowania wiadomości dla nas przyjemnych będzie skutkował potwierdzaniem naszych poglądów, co może doprowadzić na dłuższą metę właśnie do polaryzacji społeczeństwa, na której globalni giganci będą zarabiali olbrzymie pieniądze.

Niejasna sytuacja prawna, nieokreślony zakres wpływu social mediów na społeczeństwa, niepewność co do zakresu odpowiedzialności oraz sposobu określenia granicy między tym na co powinna móc pozwolić sobie globalna korporacja a gdzie wkraczać nie powinna, to wszystko sprawia, że prawdopodobnie w przeciągu najbliższych lat będziemy świadkami wielu ciekawych zdarzeń, które pozwolą światu na próbę utworzenia sprawiedliwego i bezpiecznego ładu prawnego w zakresie social mediów. Pytanie jednak: czy ktoś wykorzysta tę piątą globalną władzę do tego, by przestała ona być piątą i niepostrzeżenie zmieniła się w jedyną? ■

Karolina Markowicz

WSZYSTKIE DROGI PROWADZĄ DO RZYMU

„NA FARCIE"

Gdy zdecydowałam się na weekend w Rzymie, nie przyszło mi do głowy, że to mój ostatni wyjazd w „normalnych" czasach. W tygodniu, w którym wróciłam do Polski pojawiły się pierwsze informacje o wybuchu epidemii COVID-19 właśnie we Włoszech. Gdyby mój bilet lotniczy był zarezerwowany na trzy dni później, utknęłabym w Rzymie. Po powrocie pojawiła się obawa, czy nie jestem już zarażona i wyrzuty sumienia, że w ogóle tam pojechałam. Teraz, gdy mija już rok od pierwszych zakażeń, cieszę się, że mogłam w spokoju zwiedzić to miasto – bez maseczki, dezynfekcji, myślenia o możliwym zakażeniu się i wszystkich obostrzeniach.

TANIO I EFEKTYWNIE

To był krótki wyjazd – od czwartku do poniedziałku. Idealna opcja dla osób, które chcą „naładować baterie" bez opuszczania zajęć na uczelni, czy wykorzystania dużej ilości urlopu w pracy. Połączenie samolotowe z Krakowa było tanie i szybkie, a Lotnisko Rzym-Ciampino było oddalone około 15 km od samego centrum miasta. Dotarcie do miejsca noclegowego nie sprawiło najmniejszego problemu, ponieważ komunikacja miejska w Rzymie jest bardzo dobrze rozbudowana.

Mogłoby się wydawać że w Rzymie, jako jednym z najpopularniejszych miast turystycznych, ceny za noclegi oraz atrakcje będą bardzo wysokie, jednak wycieczka okazała się być całkiem niedroga.

Znaczna część atrakcji jest ogólnodostępna i nie wymaga zakupu biletu. Turyści z Polski nieznający języka angielskiego lub włoskiego, bez problemu mogą wykupić zwiedzanie z przewodnikiem w języku polskim, który oprowadzi ich po najpopularniejszych miejscach oraz opowie o znanych zabytkach włoskiej architektury.

Dla osób ceniących sobie spontaniczność podczas podróży polecam zwykły, papierowy przewodnik. To właśnie on towarzyszył mi podczas całej wycieczki, zapewniając wybór najlepszych atrakcji i ciekawostek. Dużym plusem było to, że sama mogłam ułożyć plan zwiedzania, przy okazji zahaczając o restauracje z pysznym śródziemnomorskim jedzeniem.

NIEKOŃCZĄCY SIĘ SPACER

Rzym to miejsce dla osób, które lubią pokonywać kilometry. Ułożenie atrakcji na planie miasta zdecydowanie sprzyja długim spacerom, gdyż każda z nich położna jest od siebie o kilkaset metrów. Ta odległość pozwala dostrzec kolejne atrakcje, przez co ciężko zrezygnować i ich nie zobaczyć. Tym sposobem przejście piętnastu kilometrów nie stanowiło żadnego problemu, jednakże jakie było moje zdumienie, kiedy okazało się, jak daleko jestem od punktu wyjścia.

Oczywiście kolejnego dnia moje nogi czuły duże zmęczenie, jednak liczba miejsc które zobaczyłam, zdecydowanie to wynagradzała. Mimo intensywnego zwiedzenia, wyjeżdżając z Rzymu wciąż miałam poczucie, że nie zobaczyłam nawet połowy atrakcji, które były tak blisko mnie.

FONTANNA, FONTANNA I JESZCZE RAZ... FONTANNA!

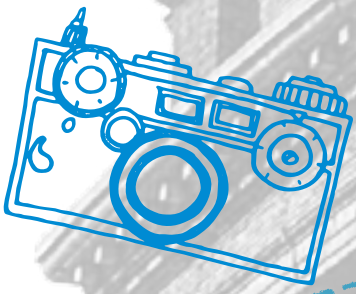
Nigdy nie pomyślałabym, że fontanna może być tak interesującą atrakcją turystyczną. Zawsze kojarzyła mi się tylko z wodą zwyczajnie wylewającą się pod wpływem ciśnienia, czasami podświetloną, by przybierać rożne kolory. W przewodniku po Rzymie, z którego korzystałam było wymienionych wiele fontann. Na początku nawet trochę mnie to irytowało – ile można patrzeć na spływającą wodę? Gdy postanowiłam podejść do jednej z nich moje nastawienie zmieniło się o 180 stopni. Rzymskie fontanny są po prostu przepiękne! Każda z nich jest duża, wykonana w zjawiskowym, starożytnym stylu, z zachowaniem największej dokładności w szczegółach. Fontanny podświetlone są różnymi kolorami, co daje niesamowity efekt wieczorem. Dodatkowo na każdej z nich przedstawiona jest jakaś historia lub sytuacja

z życia dawnych mieszkańców Rzymu lub legendy przekazywane z pokolenia na pokolenie. Nic więc dziwnego, że przed każdą fontanną był tłum turystów, którzy tylko próbowali znaleźć trochę miejsca, by zrobić sobie zdjęcie. Na mnie największe wrażenie wywarła Fontanna di Trevi. To ona jest jedną z najbardziej rozpoznawalnych fontann i atrakcji Rzymu. Zbudowano ją w epoce Baroku z inicjatywy Klemensa XII. Ma 26 metrów wysokości i 49 metrów szerokości, a wpasowanie w fasadę budynku świetnie komponuje się z całością zabytku. W centralnej części fontanny znajduje się Neptun i dwa Trytony prowadzące konie. Woda wytryskująca z wielu miejsc wpada do jednego zbiornika, symbolizującego morze. Fontanna di Trevi także ma swoją legendę - jej nazwa rzekomo wiąże się z imieniem dziewczyny, która w tym miejscu znalazła źródło wody.

Podczas całego wyjazdu zdążyłam zwiedzić tylko kilka fontann, dlatego będą one moim punktem startowym na kolejnej wycieczce do Rzymu.

MIASTO DLA FOTOGRAFÓW

Chociaż nie jestem profesjonalnym fotografem, a robienie zdjęć nie jest nawet moim hobby, to uwielbiam przeglądać wszystkie moje ujęcia zrobione podczas tego wyjazdu. Cały klimat Rzymu, charakterystyczne budowle związane z jego starożytną kulturą, mnóstwo pięknych łuków, bram i kolumn są rajem dla obiektywu. Wspomniane wcześniej fontanny, to cudowne miejsca na długie sesje zdjęciowe, a krajobraz Rzymu - jego położenie, liczne wzniesienia i pagórki tylko dodają uroku każdej fotografii.



HERBATA VS WINO

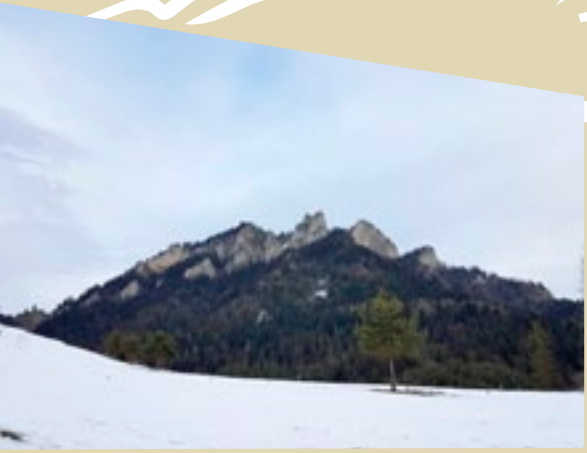
Przed wyjazdem do Rzymu nie zdawałam sobie sprawy z tego, jak bardzo Włosi kochają wino. Odgrywa ono ważną rolę w ich życiu i kulturze. Podczas obiadów w restauracji najczęściej zamawiałam herbatę, jednak kelnerzy, którzy mnie obsługiwali, za każdym razem nie mogli wyjść ze zdziwienia. Herbata? Na pewno nie wino? Może jednak Pani spróbuje... Oczywiście po kilku odmowach nareszcie dostawałam swoją herbatę, ale czułam, że jest one przeze mnie prawdziwie wywalczona. ☺

Więc, Drogi Czytelniku – jeśli preferujesz herbatę zamiast wina i wybierasz się do Rzymu, to musisz nauczyć się asertywności.☺ ■

inż. Tomasz Kowalkiewicz

PODRÓŻE 360 STOPNI

TYM RAZEM CHCIELIŚMY PRZEDSTAWIĆ WAM MAŁE, ALE ZA TO CIEKAWE PASMO GÓRSKIE NIE TAK DALEKO OD KRAKOWA. MOWA O PIENINACH, POŁOŻONYCH TUŻ PRZY GRANICY ZE SŁOWACJĄ. W PONIŻSZYM ARTYKULE OPISZEMY DWIE WYCIECZKI – NA TRZY KORONY, ORAZ JEDEN ZE SZCZYTÓW NALEŻĄCYCH DO KORONY GÓR POLSKI – WYSOKIE SKAŁKI (ZWANE TEŻ WYSOKĄ). W OBECNYCH CZASACH – PIENINY TO NA PEWNO DOBRY POMYSŁ NA SPĘDZENIE WOLNEGO CZASU W CIEKAWYM MIEJSCU.



TRZY KORONY

Standardowo bladym świtem wyruszyliśmy z domu i już o 8 rano zaparkowaliśmy na pustym parkingu w Sromowcach Niżnych. Szybka zmiana butów, przepakowanie rzeczy i ruszamy na szlak. Pogoda wtedy wyglądała na „średnią", ale liczyliśmy, że się jeszcze poprawi.

Najpierw idziemy w górę żółtym szlakiem, żeby po kilkunastu minutach skręcić w prawo na szlak zielony. Po przekroczeniu Szopczańskiego potoku zaczynają się małe schody. Trzeba założyć raczki, żeby nie zjeżdżać w dół. To dla nas nowe odkrycie, jak takie gumowo-metalowe „coś" na butach ułatwia zimowy trekking!

Podczas obchodzenia Pańskiej Skały pierwsze zdziwienie: musimy na szlaku przekraczać zwałowiska po lawinach. Czyli nawet w takich dość niskich górach, jakimi są Pieniny, można trafić na lawinę. Na szczęście ślady po lawinach nie były duże – miały kilkanaście-kilkadziesiąt metrów długości i kilka metrów szerokości. Chociaż w sumie wystarczająco, żeby się poturbować, gdyby taka lawina nas porwała. Po wyjściu z lasu odpoczywamy na przełęczy Kosarzyska. Stąd czeka nas jeszcze około 20 minut drogi w górę na szczyt. Tuż przed szczytem zdejmujemy raczki, bo na platformę widokową idzie się po stalowych schodkach, gdzie śniegu już nie było. Dopiero tutaj spotykamy innych turystów – do tego momentu była pustka.

Trzy Korony są najbardziej atrakcyjnym widokowo, jak też i najbardziej popularnym miejscem, w Pieninach. Góra składa się z 5 wapiennych turni, z czego na największy (982 m n.p.m.), zwany Okrąglicą, jest wytyczona droga z platformą widokową. Ze szczytu, przy dobrej pogodzie rozciąga się widok na Tatry, Gorce, Magurę Spiską i Pasmo Radziejowej. Około 500 metrów poniżej widać przepływający Dunajec.

To właśnie te piękne widoki powodują niezwykłą popularność góry. W sezonie wakacyjnym wstęp kosztuje 6 zł. W słoneczne weekendy zdarzają się kolejki na platformę, gdyż mieści ona około 30 osób, a chętnych na wejście jest znacznie więcej. My robimy panoramę i możemy iść dalej. Zresztą wiejący na szczycie Halny nie zachęca do dłuższego podziwiania widoków.

ZAMEK PIENINY

Nasza trasa zakładała powrót na przełęcz Kosarzyska i zrobienie panoram na Zamku Pienińskim. Niestety tutaj zawiodły nasze przygotowania do wycieczki, ponieważ od maja 2017 roku zamek jest zamknięty. To wtedy zawalił się fragment stropu i władze parku narodowego zdecydowały o zamknięciu atrakcji, ze względu na bezpieczeństwo turystów.

Pierwsze przekazy historyczne o zamku można znaleźć w XIV-wiecznych kronikach Jana Długosza. Wspomina on, że na zamku wielokrotnie ukrywała się przed najazdem Tatarów żona Bolesława Wstydliwego – święta Kinga. Jednak sam zamek, mimo swojej górskiej niedostępności, nie był zbyt długo używany. Opuszczony w drugiej połowie XIV wieku, a zniszczony kilkadziesiąt lat później.

Obecnie zostały po nim tylko ruiny – 90-metrowy fragment muru, ocembrowana cysterna na wodę i fragment kwadratowej wieży lub komnaty. Niestety w związku ze wspomnianym zawaleniem, nawet i tego nie da się chwilowo zwiedzić. Kiedyś były nawet plany rekonstrukcji zamku, jednak zostały zaniechane ze względu na dużą trudność terenu, naktórym zamek się znajduje, jak też i wysokie koszty.

Przed wejściem do zamku znajduje się Grota św. Kingi, w której członkowie Towarzystwa Tatrzańskiego postawili w 1904 roku figurkę świętej. Raz w roku, 24 lipca, przy figurze odprawiana jest msza święta.

Musimy przyznać, że podobał się on nam o wiele bardziej niż wąwóz Białej Wody, przez który przechodziliśmy podczas naszej wycieczki na Wysoką.

Kawałek poniżej wylotu z wąwozu znajduje się schronisko PTTK „Trzy Korony". To jedno z trzech schronisk w Pieninach, ale chyba też najdroższe cenowo. Jednak po ostatnio przeprowadzonym remoncie, wygląda na przytulne i pewnie warto się tutaj zatrzymać.

CIEKAWOSTKI O OKOLICACH

Na koniec, garść mniej lub bardziej interesujących ciekawostek.

– Trzy Korony były do roku 1929 w prywatnych rękach. Dopiero wtedy polski rząd wykupił część terenów i trzy lata później założył pierwszy w Polsce (i jednocześnie najmniejszy) park narodowy.

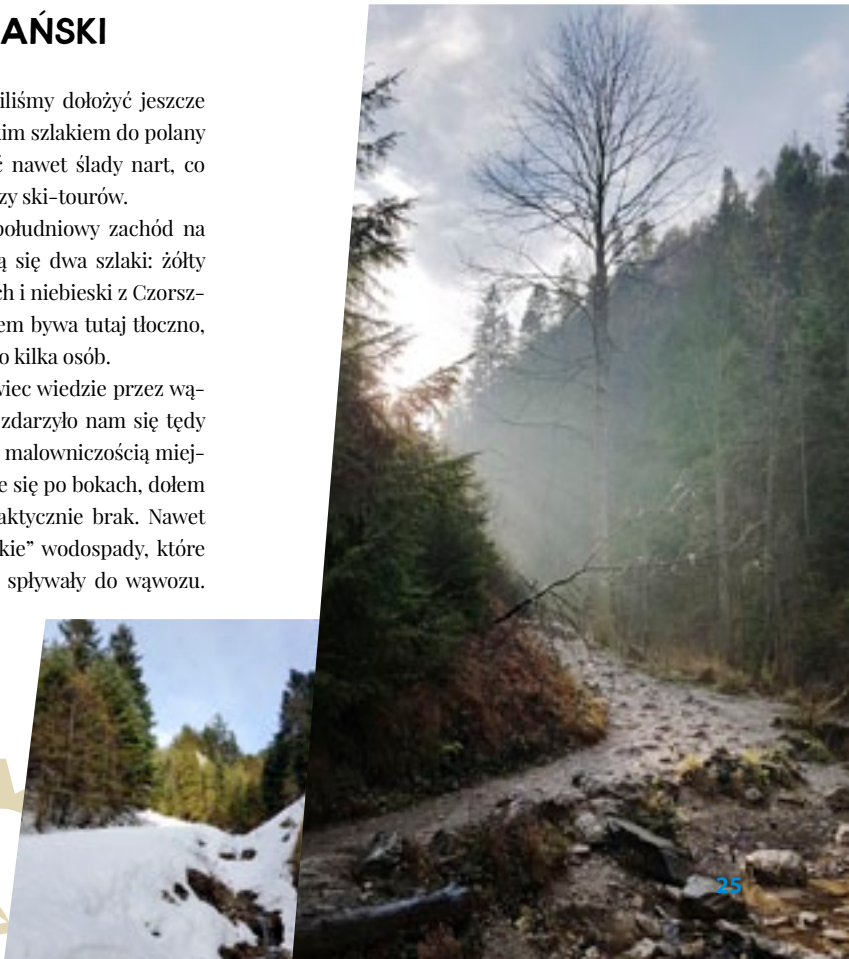
– Trzy Korony pierwotnie nazywano Pieninami. Dopiero w XIX wieku pojawiła się nazwa Kronenberg, tłumaczona na polski jako „Korona". Obecna nazwa pojawiła się w 1860 roku, najprawdopodobniej w wyniku błędnego

WĄWÓZ SZOPCZAŃSKI

W drodze z zamku postanowiliśmy dołożyć jeszcze trochę kroków i zeszliśmy niebieskim szlakiem do polany Wyrobek. Tutaj dało się zauważyć nawet ślady nart, co znaczy, że i w Pieninach są amatorzy ski-tourów.

Z niej skierowaliśmy się na południowy zachód na przełęcz Szopka. To tutaj krzyżują się dwa szlaki: żółty z Krościenka do Sromowiec Niżnych i niebieski z Czorsztyna na Trzy Korony. Podobno latem bywa tutaj tłoczno, na szczęście teraz spotkaliśmy tylko kilka osób.

Zejście z przełęczy do Sromowiec wiedzie przez wąwóz Szopczański. Do tej pory nie zdarzyło nam się tędy iść, więc byliśmy mocno zdziwieni malowniczością miejsca. Las, wapienne skały wznoszące się po bokach, dołem płynący potok Szopka, a ludzi praktycznie brak. Nawet udało nam się zobaczyć dwa „dzikie" wodospady, które powstały z topiącego się śniegu i spływały do wąwozu.



Od lewej:
Grota św. Kingi,
Wąwóz Szopczański,
Wąwóz Homole

opisu znanego taternika i badacza folkloru – Eugeniusza Janotę.

– W Czerwonym Klasztorze znajdującym się na drugim brzegu Dunajca, żył w XVIII wieku brat Cyprian. Był on najbardziej znanym zakonnikiem, pełnił funkcję lekarza, aptekarza i botanika. Jednak większą sławę (przynajmniej w dzisiejszych czasach) przyniosła mu legenda mówiąca, że inspirując się Twardowskim (tym z Księżyca) zbudował własne skrzydła, na których udało mu się zlecieć z Trzech Koron i wylądować na klasztornym dziedzińcu. Drugi wariant legendy mówi o doleceniu w okolice Morskiego Oka. Na podstawie tych historii powstał nawet film "Latający mnich i tajemnica Da Vinci".

– Według legend, w Wąwozie Szopczańskim często urządzano zasadzki na wojska Tatarskie i Szwedzkie, które przechodziły przez Pieniny. Niestety brakuje na to potwierdzenia w źródłach pisanych.

WĄWÓZ HOMOLE – WYSOKA – WĄWÓZ BIAŁEJ WODY

Naszą kolejną trasą na jaką padł wybór był wąwóz Homole – Wysoka – i powrót przez wąwóz Białej Wody. Według mapy ta trasa to 14 km i prawie 5 godzin spaceru. Nam bez pośpiechu wyszło prawie 7... :)

WĄWÓZ HOMOLE

Jest on uważany za jeden z piękniejszych wąwozów w Polsce, czemu zresztą nie ma się co dziwić. Dookoła wysokie wapienne skały, obok płynie górski potok Kamionka. Szlak kilkukrotnie przekracza strumień. Kiedyś trzeba było go pokonywać, skacząc po większych skałach, a obecnie zamontowane są metalowe mostki. Szkoda tylko, że takie widoki towarzyszą nam tylko przez 800 metrów – bo mniej więcej taką długość ma wąwóz. Na szczęście na szlaku jeszcze nie ma zbyt wielu osób.

DUBANTOWSKA POLANA I KAMIENNE KSIĘGI

Powyżej wąwozu trafiamy na polankę. Jej oficjalna nazwa to Dubantowska Dolinka. Jest to oficjalne miejsce do odpoczynku, jest tutaj ustawionych kilka stołów, przy których można usiąść i coś zjeść. Od północnej strony polanę ogranicza Czajakowa Skała. Jest to wybitna skała, która według ustawionej nieopodal tabliczki ma ciekawe pochodzenie geologiczne. Czytamy opis, staramy się zrozumieć, jednak to trochę za dużo jak na naszą znajomość geologii. ;)

Inną ciekawostką znajdującą się na Dubantowskiej polanie to formacja skalna o nazwie Kamienne Księgi. Faktycznie wyglądają trochę jak skamieniała książka. Według lokalnych legend, w tych księgach zapisany jest los wszystkich ludzi na Ziemi. Jedyny problem jest taki, że nikt tego nie potrafi odczytać. Ta sama legenda wspomina starego popa z Wielkiego Lipnika na Słowacji, któremu ta sztuka się udała. Bóg, nie chcąc, by wiedza o przyszłości dotarła do ludzi, odebrał popowi mowę – więc chyba już się nie dowiemy, co jest nam pisane.

Legenda legendą, jednak miejsce jest ciekawe. Warto zatrzymać się tutaj na chwilę i odpocząć. Robimy kilka zdjęć i idziemy pod górę – w końcu do naszego celu jeszcze około 1,20 godzin dreptania.

JEMERISKOWA SKAŁKA I POLANA POD WYSOKĄ

Po kilku minutach znowu natrafiamy na skały. Tym razem to formacja o nazwie Jemeriskowa Skałka. Wapienne pionowe ściany wznoszą się na około 10 metrów i czasem można spotkać tutaj wspinających się ludzi.

Na północny-wschód od skały prowadzi ścieżka do platformy widokowej usytuowanej nad wyciągiem narciarskim. Roztacza się z niej ciekawa panorama na Beskid Sądecki (pasmo Radziejowej). W pobliżu platformy krąży lokalny góral przebrany za Janosika, który pozuje z turystami do zdjęć. Robimy kilka pstryków trafiających do prywatnego archiwum i idziemy dalej. Zdecydowanie za dużo czasu wychodzi nam na fotografowanie wszystkiego. ;)

Kawałek drogi prowadzi przez las, ale wkrótce docieramy do rozległej Polany pod Wysoką. Polana ta była pierwotnie polami uprawnymi mieszkańców Jaworek. Gdy ci w czasie drugiej wojny światowej zostali przesiedleni, to zmienił się jej charakter na bardziej pasterski. To właśnie tutaj powstała wzorcowa PRL-owska bacówka, która jednak okazała się niezbyt praktyczna. W latach 70-tych bacówkę zamieniono na studenckie schronisko, które jednak w 1980 roku spłonęło. Obecnie na tzw. „Równienkach" znajduje się studencka baza namiotowa, która otwarta jest w lipcu i sierpniu.

WYSOKIE SKAŁKI

Im bliżej szczytu, tym więcej ludzi. Przez zalesiony fragment Wysokiej (500 m długości, 110 m wysokości – więc dość stromo) idziemy już cały czas z innymi turystami. I to z całkiem sporą liczbą turystów, która wpadła na

Wąwóz Białej Wody (powyżej), Wysokie Skałki (po prawej), Kamienne Księgi (poniżej)

podobny pomysł do naszego. Widać z oryginalnością u nas słabo. ;)

Po około 20 minutach stajemy na szczycie. Ktoś już zawiesił biało-czerwoną flagę Polski, która łopocze na wietrze. Ładnie się prezentuje pod „budką" z pieczątką i przyciąga masę turystów chcących zrobić „selfika" z naszą flagą i Tatrami w tle. Trzeba przyznać, że sprawia to niesamowite wrażenie. Niestety ta sama rzesza turystów utrudnia zrobienie panoramy, więc decydujemy na mniej zaludnioną południową stronę i po około 15 minutach pstrykania zdjęć mamy prawie czysty kadr.

Co do samej góry, to szczyt Wysokie Skałki (znane jako Wysoka bądź Kiczera) ma 1050 m n.p.m.. Jest to najwyższa góra Pienin, w związku z tym zalicza się do Korony Gór Polski. Cała góra porośnięta jest lasem, jednak sam wapienny wierzchołek wznosi się nad koronami drzew i umożliwia podziwianie Tatr, Babiej Góry, Pasma Radziejowej, Magury Spiskiej i Gór Lewockich.

Po szybkim spakowaniu sprzętu fotograficznego ruszamy w dół niebieskim szlakiem w stronę Przełęczy Rozdziela (jest ona granicą pomiędzy Pieninami a Beskidem Sądeckim). Tam planujemy w trochę większym spokoju odpocząć i napawać się górską ciszą. Faktycznie, ten szlak jest mniej tłoczny, ale jednak raz na jakiś czas mijamy turystów.

WĄWÓZ BIAŁEJ WODY

Po posiłku i leżakowaniu na trawie czas ruszyć w dół na ostatni etap naszego spaceru. Zejście planowaliśmy przez wąwóz Białej Wody będący też rezerwatem przyrody.

Kiedyś była to wieś, zamieszkiwana na początku przez Wołochów. Później osiedlili się tutaj Łemkowie uprawiający pasterstwo. Niestety w wyniku „Akcji Wisła" w 1947 roku wszyscy pierwotni mieszkańcy zostali wysiedleni, a wieś spalona. Dopiero kilka lat później w tych rejonach zaczęli się osiedlać polscy mieszkańcy Spisza i Podhala.

Szlak w dół nie jest zbyt trudny, czasami nawet żałujemy, że nie można z plecaka wyciągnąć roweru górskiego i sobie zjechać w dół. Po drodze zaczynają pojawiać się bacówki miejscowych górali, aż dochodzimy do szerokiej spacerowej drogi, która jest dostępna nawet dla rodzin z wózkami.

Wąwóz Białej Wody jest trochę mniej malowniczy niż Homole, ale również ciekawy. Jest on znacznie szerszy, a góry leżące po jego bokach aż tak nie przytłaczają, gdyż są trochę dalej (i są mniej strome). Dołem płynie potok Biała Woda, który miejscami ciekawie żłobi skalne koryto rzeki. Nazwę zawdzięcza licznie występującym kaskadom, które spieniają wodę, powodując, że jest „biała". Teren wąwozu stanowi ciekawy punkt wycieczek rodzinnych – zwłaszcza tych z małymi dziećmi gdzie przewyższenia mogą stanowić problem.

GÓRY DLA WSZYSTKICH

Im więcej po Pieninach chodzimy, tym bardziej stwierdzamy, że to góry dla wszystkich. Można tu znaleźć mniej i bardziej wymagające trasy, ładne widoki, malownicze wąwozy – i przede wszystkim mniejszą koncentrację turystów niż w Tatrach czy Bieszczadach. To dość istotne, jeśli ktoś nie lubi deptać ludziom po piętach, tylko woli odpocząć na łonie przyrody. :) ■

Zapraszamy również na stronę https://podroze360.tk oraz FB https://www.facebook.com/podroze360tk/, gdzie na bieżąco publikowane są nowe artykuły z podróży z panoramami 360°, dzięki której można zobaczyć wiele miejsc z zupełnie innej perspektywy.

Natalia Czop

POLAK W POTRZEBIE, CZYLI KOGO PROSIĆ O POMOC PRZEBYWAJĄC ZA GRANICĄ

Podróżowanie za granicę stało się coraz bardziej powszechne i ogólnodostępne. Pomimo tego, że spontaniczne wyjazdy cieszą czasem bardziej niż te długo wyczekiwane – jedno jest pewne. Zawsze warto się do nich odpowiednio przygotować. Poniżej przedstawię Wam kilka moich rad, które ułatwiają podróże, pomagają uniknąć stresu z nimi związanymi i ewentualnych problemów.

Przed planowanym wyjazdem, warto odwiedzić stronę turystyka.gov.pl. Można tam znaleźć mnóstwo wartościowych wskazówek, które przygotują nas do zagranicznego wyjazdu. Strona ta daje również możliwość sprawdzenia szczegółowych informacji na temat organizatora turystyki, czy działa on legalnie na podstawie wpisu do rejestru działalności regulowanej, a także informacje o naszych prawach, czy też nawet zagrożeniach, które możemy napotkać odwiedzając wybrany kraj.

Wybierając daną destynację, warto sprawdzić czy jest ona bezpieczna. Informacje o aktualnych zagrożeniach i bezpieczeństwie w podróży można znaleźć na stronie Ministerstwa Spraw Zagranicznych www.gov.pl/web/dyplomacja/informacje-dla-podrozujacych. Dodatkowym instrumentem są „Ostrzeżenia dla podróżujących". Są to komunikaty publikowane w przypadku wystąpienia nagłych okoliczności dotyczących stanu bezpieczeństwa w danym państwie (np. wprowadzenie stanu wyjątkowego, zamach terrorystyczny lub informacje o znacznym wzroście zagrożenia terrorystycznego, wystąpienie klęski żywiołowej). Ponadto, MSZ zamieszcza na swoich stronach wiele poradników ułatwiających właściwe przygotowanie do podróży oraz pobytu za granicą np. poradniki „Bezpieczne wakacje" i „Praca i pobyt w UE".

Przed planowanym wyjazdem ważne jest poinformowanie polskich służb konsularnych o miejscu swojego pobytu za granicą. Swoją podróż można zarejestrować w serwisie Odyseusz, przygotowanym przez MSZ. Odyseusz pomaga zlokalizować podróżnych z Polski w każdym miejscu na świecie, a w czasie niebezpieczeństwa umożliwia konsulowi rozsyłanie zarejestrowanym powiadomień SMS oraz ułatwia organizację odpowiedniej pomocy. Podróżny może zarejestrować swój wyjazd, podając swoje dane osobowe, dane osób towarzyszących, a także czas i miejsce lub etapy pobytu.

Ogromną rolę dla turysty odgrywa możliwość uzyskania szybkiej i wiarygodnej informacji turystycznej jak i również pomocy podczas przebywania za granicą. Praktyczne informacje na temat wszystkich krajów świata można również znaleźć w serwisie „Polak za granicą". Znajdują się tam opisy krajów, informacje nt. obowiązujących przepisów wjazdowych, wiz, opłat, prawa lokalnego, miejscowych zwyczajów, opieki zdrowotnej i koniecznych szczepień. Istnieje również opcja korzystania z mobilnej wersji serwisu Polak za granicą - aplikacji „iPolak", gdzie podane są adresy polskich placówek dyplomatycznych. Aplikacja ta zwiększa bezpieczeństwo podróżujących Polaków dzięki takim funkcjom jak przycisk S.O.S. z telefonem alarmowym do najbliższej polskiej placówki. W razie zaistnienia niebezpiecznych sytuacji w kraju pobytu zarejestrowanego użytkownika, MSZ wyśle powiadomienie o zagrożeniu.

Powołany jest także Telefon Bezpieczeństwa dla turystów dostępny pod numerem +48 608 599 999. Ma on być pomocny w nagłych sytuacjach np. w przypadku zaginięcia lub kradzieży dokumentów, choroby czy zgubienia się w mieście.

Bezpośrednią pomoc zawsze możemy uzyskać w konsulacie, jednak należy pamiętać, że obowiązki konsula są ograniczone. Nie może on np. regulować zobowiązań finansowych, pośredniczyć w uzyskaniu zgody na zatrudnienie czy znalezieniu zakwaterowania oraz organizować osobie zainteresowanej pełnomocnika. Może on natomiast dostarczyć listę adwokatów. ■

Karolina Średnicka

NIE MARNUJ ŻYCIA. OSIĄGNIJ SUKCES!

LUDZIE CIĄGLE ZADAJĄ PYTANIE „JAK OSIĄGNĄĆ SUKCES?". PRÓBUJĄ DOPATRZEĆ SIĘ W SWOICH IDOLACH MAGICZNEGO PRZEPISU. CZASEM PRZYPISUJĄ KOMUŚ SAM TALENT, BO PODOBNO ŻEBY BYĆ TAK DOBRYM, TRZEBA SIĘ TAKIM URODZIĆ. LUDZIE CZĘSTO MÓWIĄ RÓWNIEŻ O CZYIMŚ SUKCESIE JAKO PRZYPADKU, CZY CHWILOWYM SZCZĘŚCIU, WMAWIAJĄC SOBIE, IŻ SAMI MAJĄ PO PROSTU W ŻYCIU PECHA. DLACZEGO TAK UCIEKAMY PRZED OCZYWISTĄ PRAWDĄ?

Sukces osiąga się ciężką pracą, poświęceniem i wyrzeczeniami. Nie ma innej drogi i nie ma skrótów. Wmawiajmy sobie dalej, że można coś osiągnąć łatwiej, a znów utkniemy w punkcie wyjścia. Takie porażki potrafią skutecznie osłabić wiarę w sukces i pewność siebie. Na szczęście mogą również wzmocnić motywację do tego, by w końcu zabrać się do roboty i zrobić wszystko jak trzeba. Małym pocieszaniem jest to, że najtrudniej jest zwykle tylko na początku. Jeśli mocno o czymś marzymy i w to wierzymy, przyzwyczajamy się do potu i zmęczenia, by w końcu posmakować sukcesu. Uważajmy jednak na co poświęcamy swoje życie. Nie próbujmy realizować czyichś marzeń i iść drogą, której nie jesteśmy pewni. Szkoda naszego czasu na coś, co tak naprawdę jeszcze bardziej nas przytłacza, zamiast sprawiać radość. Nie bójmy się uciec od tego, co wydaje się, że musimy zrobić na rzecz tego czego naprawdę chcemy. Zadajmy sobie pytanie, czy dobrze wybrałeś to o co będziesz walczyć? Tak szybko przeszedłeś od dzieciństwa do dorosłego życia. Czas ucieka, a wraz z nim mnóstwo szans na spełnienie marzeń. Dobrze, że wciąż powstają nowe, wystarczy się tylko ocknąć i rozejrzeć. Być może będziesz musiał dużo poświęcić, ograniczyć spotkania, oglądać mniej seriali i mieć mniej czasu na nic nierobienie. Jeśli jednak zdecydowałeś się dokonać tego, czego najbardziej pragniesz, to wierz, że będzie warto. Nie zamartwiaj się tym, że na jakąś karierę jest już za późno. Zawsze możesz zacząć od nowa, zmienić branżę, czy spróbować czegoś nowego. Jeśli życie jest na coś za krótkie, to na pewno na narzekanie i strach przed spełnianiem marzeń. Czas, który poświęcasz na gdybanie i rozmyślanie o tym czy jest sens zaczynać coś nowego, z pewnością wystarczyłby na spróbowanie tego. Czasem ludzie za dużo myślą i analizują, a później dziwią się, że stoją w miejscu, nic nie doświadczają i są nieszczęśliwi. Pragniesz ciekawego życia? Dlaczego narzekasz więc na swój los siedząc na kanapie? Od kiedy ściany w Twoim domu potrafią przynieść coś ciekawego? Nie myśl tyle. Zrób coś. Nawet cokolwiek. ☺ Najlepiej coś dziwnego i niekomfortowego dla Ciebie. To będzie dobry krok, a raczej kroczek na przód. Działaj, działaj, działaj, aż znajdziesz „to coś" czego pragniesz od życia. Zegar odlicza. Czas upływa. Zacznij więc dążyć do swojego sukcesu. Po prostu zrób to! Teraz. ■

Anna Stefańska

WSPÓŁCZESNE ZASTOSOWANIE FILOZOFII STOICKIEJ

Stoicyzm tworzy przekonanie, że szczęśliwe życie jest dostępne dla każdego pod warunkiem włożenia wysiłku z jego strony. Stoikiem jest człowiek żyjący w zgodzie z naturą i kierujący się w każdej dziedzinie życia rozumem, wyzbywając się tym samym wszelkich skrajności takich jak wielka radość czy ogromny smutek. Znoszenie wszelkich nieszczęść i przeciwieństw losu bez żalu i sprzeciwu jest niezwykle istotne w procesie osiągania pewnego rodzaju obojętności wobec kolei losu. Taki stan starożytni Grecy nazywali „apathea", skąd zostało zaczerpnięte dzisiejsze słowo 'apatia', oznaczające jednak stan skrajny, chorobliwy. Stoicki spokój natomiast, to rodzaj wypracowanego dystansu pozwalającego przetrwać w świecie, w którym rządzi nieubłagany los.

Obecnie nauki stoików mogą być wskazówkami na drodze do sukcesu, szczęścia i samorozwoju, ponieważ według ideałów tej filozofii to właśnie samodoskonalenie jest najważniejszym celem naszego życia.

Przyszło nam żyć w bardzo dynamicznych czasach, gdzie warunki pracy i życia stale się zmieniają. Opis idealnego pracownika i przywódcy ciągle ewoluuje, a my pragniemy wypracować w sobie coraz to nowe cechy i zachowania, które byłyby odpowiedzią na te zmiany. Marzymy o jednej wyjątkowej zasadzie, tak zwanej „recepcie na życie" - to marzenie jest równie silne teraz, jak 2300 lat temu.

Czy w takim razie współczesny biznes jest w stanie nauczyć się czegoś od starożytnych filozofów?

Mogłoby się wydawać, że nie ma spójnych zasad, które mogłyby odnosić się do każdej osoby i każdej sytuacji w świecie wielkich korporacji, jednak patrząc na historię rozwoju stoicyzmu możemy wyciągnąć wniosek, że jest wprost przeciwnie! Stoicyzm tworzyli ludzie o skrajnie różnych życiorysach - potężny cesarz rzymski Marek Aureliusz, wielki mąż stanu Seneka, a także skromny niewolnik Epiktet. Mimo, iż pochodzili z zupełnie różnych sfer, znaleźli wspólny język w podejściu do życia – aktualny do dnia dzisiejszego.

Marek Aureliusz praktykował stoicyzm, zasiadając na tronie Cesarstwa Rzymskiego, gdy stabilność państwa była zagrożona z powodu licznych najazdów barbarzyńców i nieprzyjacielskich państw. Pomimo wielu trudności Aureliusz dał się zapamiętać jako władca mądry, który skutecznie poradził sobie ze wszystkimi niebezpieczeństwami. Po upływie ponad dwóch tysięcy lat, lektura „Rozmyślań" Marka Aureliusza, które są jednym z największych dzieł filozofii klasycznej, może przynieść nam wiele cennych lekcji. Wyobraźmy sobie teraz, że u naszego boku stoi ten wielki władca. Co mógłby nam doradzić?

5 LEKCJI ZARZĄDZANIA SOBĄ OD MARKA AURELIUSZA.

1. ZNAJDŹ WEWNĘTRZNĄ RÓWNOWAGĘ

To podstawowa nauka Aureliusza. Równowaga wewnętrzna stanowi klucz do bycia szczęśliwym. By ją osiągnąć, należy budować swój charakter na szczerości i rozumności. Zdarzenia, które nas spotykają, mogą być zarówno dobre jak i złe, lecz w głównej mierze wynika to z naszej ich oceny. Nie mamy nieograniczonej władzy nad światem, za to posiadamy nieograniczony wpływ na nasz umysł – musimy jedynie nauczyć się nim kierować dla naszego szczęścia.

2. POGÓDŹ SIĘ Z TYM, ŻE NIE ZAWSZE WSZYSTKO BĘDZIE PO TWOJEJ MYŚLI

Stoicy uważali, że świat jest bezwzględny i zdeterminowany, co oznacza, że nie mamy wpływu na to, co się wydarzy. Gwarantem szczęścia jest przyswojenie tej prostej zasady i wyrobienie w sobie odporności na to, co przynosi życie.

Świetnym przykładem takiej postawy jest historia z 1914 roku, kiedy Thomas Edison patrzył na pożar swojej fabryki. Zamiast rozpaczać, powiedział do syna: *„Idź po swoją matkę i wszystkich jej przyjaciół, nigdy już nie zobaczą takiego ognia."*

3. DZIAŁAJ DLA DOBRA OGÓŁU, NIE DLA SWOJEGO WŁASNEGO

Aureliusz powiedziałby, że ponieważ jesteśmy istotami rozumnymi, spoczywa na nas swego rodzaju odpowiedzialność za dobro i powodzenie innych ludzi.

Zrodziliśmy się bowiem do wspólnej pracy. „(...) Wzajemne więc szkodzenie sobie jest przeciwne naturze, wzajemnym zaś szkodzeniem jest uczucie gniewu i nienawiści".

Biorąc to pod uwagę, powinniśmy pracować nie dla samych siebie, ale mając na celu dobro całego zespołu. Naszym priorytetem powinno być wykonywanie obowiązków w najlepszy możliwy sposób i z szacunkiem do współpracowników.

4. PRACUJ ROZWAŻNIE

Rozwaga pomaga realnie ocenić sytuację i znaleźć najlepsze, innowacyjne rozwiązanie każdego problemu.

Najważniejszą lekcję, którą chciałby nam przekazać Marek Aureliusz, jest prostota polegająca na unikaniu zbędnych spraw i skupieniu pełnej uwagi na celu. Przed przystąpieniem do jakiejkolwiek pracy, należy najpierw zaplanować i realnie ocenić nasze możliwości wykonania jej. Jeżeli uznamy, że są niewystarczające, powinniśmy zadanie zlecić komuś innemu, zamiast narażać się na nieefektywność. Jeśli jednak obowiązek został Ci z góry narzucony – zrób wszystko, by wykonać go najlepiej jak potrafisz, pamiętając, że człowiek jest w stanie poradzić sobie ze wszystkim, co go spotka.

5. DO WSZYSTKIEGO, CO ROBISZ, PODCHODŹ Z PASJĄ

Powyższe stwierdzenie, wbrew pozorom nie jest niczym banalnym. Marek Aureliusz nie uczy, abyśmy przeszli przez życie, szukając pasji, ale żebyśmy pasję odnaleźli w każdej chwili, tu i teraz, bez względu na zmieniające się okoliczności.

„Do rzeczy, z którymi jesteś losem sprzężony, staraj się dostosować. Ludzi też, z którymi cię los złączył, miłuj szczerze" – przekonuje.

Dostosowywanie się do każdej sytuacji, przy jednoczesnym pozostaniu w zgodzie z sobą samymto ostatnia z lekcji Marka Aureliusza. Znając ją z pewnością odniesiemy sukces na każdym stanowisku.

Zbiór rzeczy, nad którymi mamy kontrolę, jest niewielki. Z psychoanalizy wiemy, że zmiana sposobu myślenia jest znacznie trudniejsza, niż może się wydawać, a człowiek jest istotą racjonalizującą sprawy raczej po fakcie niż przed. Żyjemy w czasach zarazem dziwnych i ciekawych. Niektórzy sądzą, że sposobem na przetrwanie w nich jest zwrócenie się w kierunku filozofii istniejącej od III wieku p.n.e., która sugeruje zachowanie spokoju niezależnie od okoliczności i nie zamartwianie się rzeczami, na które nie mamy wpływu.

W XXI wieku całą filozofię można skrócić do: #keepcalm. ■

Anna Stefańska

KSZTAŁTOWANIE SWOJEJ RZECZYWISTOŚCI, CZYLI JAK ŚWIADOMIE BUDOWAĆ SZCZĘŚLIWE ŻYCIE

„GDYBY TRZYDZIESTOMETROWY DĄB MIAŁ UMYSŁ CZŁOWIEKA WYRÓSŁBY NAJWYŻEJ NA WYSOKOŚĆ TRZECH METRÓW" – T. HARVAEKER O TYM, JAK NABYTE OGRANICZENIA SPRAWIAJĄ, ŻE NIE WYKORZYSTUJEMY W PEŁNI SWOJEGO POTENCJAŁU.

Wyobraź sobie, że znowu jesteś małym i beztroskim człowiekiem poznającym świat. Nie boisz się nowych wyzwań, nie zdajesz sobie sprawy z zagrożeń, a Twoja wyobraźnia nie ma żadnych granic. Doświadczasz, poznajesz, upadasz i znowu idziesz dalej.

Trudność pojawia się w momencie, kiedy ktoś starszy z większym autorytetem zaczyna Cię oceniać i nakazywać. Czy jako dziecko zdarzyło Ci się usłyszeć, że gdybyś był mniej leniwy, mógłbyś osiągnąć więcej albo, że jesteś za cichy dlatego nie poradzisz sobie w życiu? To tylko przykłady okropnie błędnych przekonań jakimi karmią rodzice swoje dzieci, a nauczyciele uczniów, często nie zdając sobie z tego sprawy. Każde wpojone przekonaniewpływa na całe późniejsze życie. Nadchodzi jesień i już boisz się, że dopadnie Cię depresja? Chcesz być bardzo dobrym studentem, ale uważasz się za przeciętną osobę? Te ograniczające przekonania nie pozwalają Ci rozwinąć skrzydeł. Tak bardzo wierzysz w ich moc i prawdziwość, że przestałeś wierzyć w siebie. Jednak to, że jako dzieci podejmowaliśmy próbę i kończyła się ona niepowodzeniem nie oznacza, że musimy rejestrować w naszej głowie wiadomość o treści: „Nie mogę i nigdy nie będę mógł". Gdyby wszyscy funkcjonowali w podobny sposób być może do tej pory siedzielibyśmy przy świetle świecy. Thomas Edison udoskonalił żarówkę po ponad 11 000 nieudanych prób. A gdy zapytano go o to, dlaczego wciąż próbuje pomimo 5000 nieudanych prób, odpowiedział *„(...) nieprawdą jest, że wykonałem 5000 nieudanych prób, ale faktem jest, że do tej pory odkryłem 5000 sposobów, według których to nie działa! Co sprawia, że jestem o 5000 sposobów bliżej rozwiązania."*

Jeżeli w Twojej głowie urodziło się marzenie, oznacza to, że masz w sobie wszystko, czego potrzebujesz, aby je spełnić. Powstrzymują Cię przed tym dwie rzeczy: sposób myślenia i wymówki, które tworzą się w głowie. Ważne, aby koncentrować się na tym, czego chcemy, a nie czego nie chcemy doświadczyć w naszym życiu. Każda myśl i towarzysząca jej emocja ma wpływ na to, jak będzie wyglądać nasze życie. Kluczem do pozbycia się niechcianych stanów umysłu i ciała jest rozwijanie samoświadomości. Jako ludzie, posiadamy umiejętność obserwowania własnych myśli, dzięki czemu jesteśmy w stanie decydować jak nimi pokierować.

Każdy z nas posiada ogromny potencjał, niestety często go nie dostrzegamy. Liczne ograniczenia, strach przed porażką, brak wiary w siebie czy zaniżanie własnej wartości mogą doprowadzić do całkowite-

go uśpienia naszego potencjału. Uświadomienie sobie jego posiadania to bardzo ważny punkt naszej drogi.

Takie lęki blokują nasz rozwój, ale jak napisała Elizabeth Gilbert – możemy zneutralizować to silne napięcie, towarzyszące poczuciu lęku – wystarczy, że zaakceptujemy jego obecność i wyrazimy wdzięczność za to, że jest, że chce nas chronić. Zgadzamy się na to, że zostanie z nami i może nam towarzyszyć w naszej podróży, ale jako pasażer.

To, co teraz możesz zrobić - to uwierzyć w swój potencjał. Zacząć od małych kroków i codziennie z dużą starannością odkrywać swoje mocne strony. Jeśli w Twojej głowie rodzi się pomysł na ciekawe hobby, nową pracę czy zmianę siebie – nie myśl o reakcjach innych. Pomyśl, jakie korzyści przyniesie to Tobie i najlepiej je zapisz. Badania pokazały, że ludzie, którzy zapisywali swoje cele, realizowali je o 42% częściej niż osoby, które nigdy nie przelały ich na papier! Więc zapisuj, mów o tym głośno i nie bój się działać! W którymkolwiek momencie życia jesteś, nie marnuj czasu. Przygotowuj się do kreowania rzeczywistości, jakiej pragniesz – rozwijaj się, czytaj, ucz się, próbuj, działaj. Decyzje i akcje podjęte dzisiaj zdefiniują Twoje jutro. Masz moc kreowania własnej rzeczywistości, nie zmarnuj tego.

Jorge Bucay „Pozwól, że Ci opowiem":

„Kiedy byłem mały, uwielbiałem cyrk, a najbardziej w cyrku podobały mi się zwierzęta. Moją uwagę przyciągał zwłaszcza słoń. Podczas przedstawienia to ogromne stworzenie paradowało, prezentując swój ciężar, rozmiar oraz siłę... ale po przedstawieniu i krótko przed wejściem na scenę słoń zawsze siedział uwiązany jedną nogą do kołka wbitego w ziemię. Jednakże kołek był tylko małym kawałkiem drewna, który tkwił w ziemi zaledwie kilka centymetrów. I chociaż łańcuch był gruby i mocny, wydawało mi się oczywiste, że zwierzę, które jest zdolne wyrwać drzewo z korzeniami, mogłoby z łatwością uwolnić się z kołka i uciec. Jednak słoń nie uciekał z cyrku, gdyż od najmłodszych lat był przywiązany do różnych kołków.

Zamknąłem oczy i w wyobraźni zobaczyłam bezbronnego słonia, przywiązanego do kołka. Jestem przekonany, że słonik ciągnął, pchał i pocił się, próbując się uwolnić. I mimo, że użył wszystkich sił, nie udało mu się, ponieważ wtedy kołek był dla niego za solidny. Wyobraziłem sobie, że zasypiał ze zmęczenia i że następnego dnia próbował znowu i kolejnego, i kolejnego... Aż nadszedł dzień, który odbił się strasznie w historii słonia, dzień w którym zwierzę zaakceptowało swoją niemoc i zdało się na swój los. Ten potężny i silny słoń, którego widzimy w cyrku, nie ucieka, ponieważ biedaczysko nie wierzy, że może. Ma w sobie utrwalone poczucie niemocy, którą przeżył. I najgorsze, że nigdy więcej nie starał się ponownie wypróbować swoich sił..."

Wszyscy przypominamy trochę słonia, który żyje wśród ograniczeń. To co powinieneś teraz zrobić to uwierzyć, że się uda, podjąć próbę i włożyć całe swoje serce w działanie! ■

Agata Tomczyk

TO NIE PRZYJAŹŃ

Przyjaźń - to ona odgrywa w życiu człowieka bardzo ważną rolę. Pomaga przetrwać ciężkie chwile, jak i celebruje te, w których odnosimy sukces. Nie trzeba ze sobą rozmawiać, wystarczy być. Ta prawdziwa nie rzuca kłód pod nogi, nie krytykuje i nie ocenia, ale tłumaczy, wspiera i dba o dobro drugiej osoby. Co w momencie, gdy wygląda to zupełnie inaczej? Zadawalamy drugą osobę na wszystkie możliwe sposoby, za co otrzymujemy słowa pogardy i rezygnujemy ze swoich pragnień. Wszystko staje się podporządkowane pod nią. Jeśli czujemy, że coś w tej relacji jest nie w porządku, zatrzymajmy się i zastanówmy, czy nie padliśmy ofiarą fałszywej przyjaźni.

Zdarza się tak, że na samą myśl o spotkaniu odczuwamy silny stres, przekłada się to na nasze zdrowie psychiczne, jak i fizyczne. Spotykamy się z kimś nie do końca tego chcąc. Wiemy, że czeka nas lawina negatywnych emocji, przy której jak zwykle będziemy musieli skupić się całkowicie na drugiej osobie. Nie ma tam miejsca dla naszych smutków i radości. Wcielamy się w rolę wiecznego psychoterapeuty. Po zakończonym spotkaniu jesteśmy zmęczeni, potrzebujemy odpoczynku, przy czym odczuwamy ulgę, że dobiegło ono końca.

Czeka nas ważna, życiowa decyzja, o której nie możemy porozmawiać ze swoim przyjacielem. Obawiamy się, że nie potraktuje tego z należytą powagą, co gorsza, nie dotrzyma tajemnicy. Jesteśmy również w stanie przewidzieć to, że nie uszanuje naszych rozwiązań, będzie narzucał swoje, bez jakiejkolwiek próby zrozumienia sytuacji, w której się znajdujemy. Mamy świadomość, że nie okaże nam wsparcia, którego potrzebujemy, a całą uwagę znów skupi kolejny raz tylko na sobie.

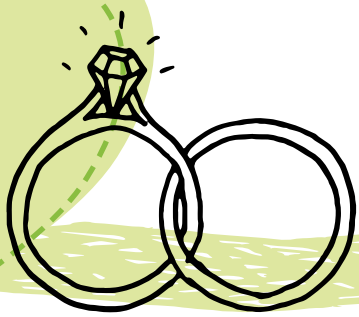
Jeśli „przyjaciel" nie dopuszcza do siebie myśli, że w naszym życiu może być lepiej niż w jego to zły znak. Gdy zmaga się z jakimś problemem, doszukuje się tego samego w kręgu znajomych. Wykłóca się wręcz o swoją rację i jego zdaniem ewidentnie koloryzujemy rzeczywistość. Niezależnie od tego, z jak daleka przyjedziemy, z ilu rzeczy zrezygnujemy dla spotkania z nim, nie doceni tego. Jeśli w tym samym czasie nadarzy się okazja na zyskanie czegoś, co w jego odczuciu będzie bardziej korzystne niż spotkanie z przyjacielem, bez wahania wystawi nas do wiatru. Dodatkowo w razie jakichkolwiek roszczeń zarzuci nam brak zrozumienia. Można powiedzieć, że niesłowność jest jego drugim imieniem.

Nie wiemy, czego możemy się spodziewać. Uważamy na każdy gest, każde swoje słowo. Obawiamy się tego, by nie sformułować źle zdania. Nie czujemy się komfortowo w tej relacji. Bez względu na to, jaką ostrożność zachowamy, nasz przyjaciel zawsze znajdzie powód, by wylać na nas wiadro oszczerstw, przeważnie całkowicie bezpodstawnie. Wyładowuje całą frustrację, zaczynając od obwiniania nas za swoje niepowodzenia, od tych drobnych po te większe. Jest świadomy tego, że godzimy się na takie traktowanie i że może sobie na to pozwolić. Stajemy się wtedy dla niego takim workiem treningowym.

Czy powyższe sytuacje coś Wam mówią? Jeśli zapaliła się komuś czerwona lampka należy się natychmiast zastanowić nad tym, czy nie tkwimy w toksycznej przyjaźni. Zakończenie takiej relacji często wymaga od nas dużego wysiłku. Jest porównywalne do uczuć i emocji, które towarzyszą po nieudanym związku. Takie osoby potrafią silnie od siebie uzależniać. Z początku będziemy czuć pustkę, zderzymy się z tym, jak wiele czasu i innych środków poświęciliśmy dla niewłaściwej osoby. Później nadejdzie ulga, wraz z nią miejsce dla nowego, tym razem prawdziwego przyjaciela. ■

Paweł Malec

RANDKOWANIE W DOBIE KORONAWIRUSA



KORONAWIRUS ZNACZNIE ZMIENIŁ SPOSÓB NASZEGO FUNKCJONOWANIA. PRACUJEMY ONLINE, UCZESTNICZYMY W ZAJĘCIACH ZDALNYCH, A NAWET BRONIMY PRACE DYPLOMOWE PRZEZ KAMERKI. NIE BIERZEMY UDZIAŁU W IMPREZACH I SPOTKANIACH W WIĘKSZYM GRONIE. JAK ODBIŁO SIĘ TO NA RELACJACH MIĘDZYLUDZKICH, CZY MOŻLIWE JEST POZNANIE WARTOŚCIOWEJ OSOBY W TAKICH CZASACH?

Przede wszystkim wiele par borykających się z problemami, które istniały już od dłuższego czasu mogły przeżyć poważny kryzys w związku. Terapeuci mają teraz nie lada wyzwanie. Single natomiast poczuli się znacznie bardziej samotni i zmieniły się ich priorytety. Czują, że chcą mieć przy sobie osobę, której mogą się wygadać, zaufać i będą się z nią dobrze czuli. Wszelkie grupy społeczne znacznie się podzieliły nie tylko z powodów odległości (wiele osób wróciło do swoich domów rodzinnych), ale także z powodów politycznych, o których ostatnio jest głośno.

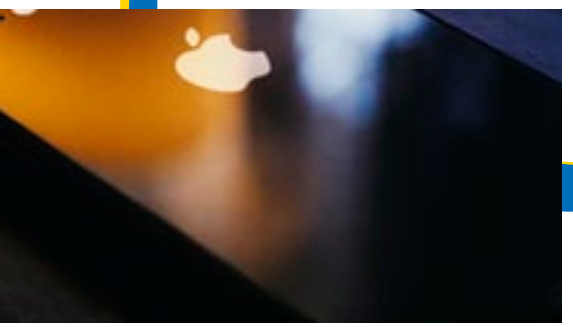
Aplikacje typu Tinder przeżywają obecnie drugą młodość natomiast nie koniecznie jest to zalecana metoda na poznawanie drugiej połówki. Obecnie znacznie częściej można nawiązać nowe kontakty przez Facebook'a czy Instagram'a. Pamiętajmy tylko o zachowaniu dobrych manier oraz o zbytnim nie naciskaniu na spotkanie na żywo. Nie każda osoba podchodzi do obostrzeń delikatnie, a niektórzynaprawdę boją się zarażenia oraz wszelkich kar pieniężnych. Dlatego otwarte lokale w ramach akcji #otwieraMY niekoniecznie są najlepszą opcją na randkę.

Jakie zalety obecnej sytuacji możemy wymienić? Ograniczenie liczby kontaktów z ludźmi może spowodować, że będziemy bardziej skupiać się na jakości relacji. Według statystyk stawiamy częściej na dłuższe wideo rozmowy niż krótkie wiadomości tekstowe. To z pewnością pomoże nam lepiej poznać drugą osobę zanim dojdzie do spotkania na żywo. Znacznie bardziej doceniamy też zwykły spacer jako formę spotkania w porównaniu do wykwintnych restauracji, czy barów jak to miało miejsce do tej pory. Spacer to dodatkowo dobra okazja do zadbania o naszą kondycję fizyczną. W Krakowie obecnie otwarty jest ogród świateł, gdzie można zrobić świetne zdjęcia – polecam! ☺

Co prawda zima w tym roku nie zawsze pozwalała na tego typu aktywność, ale teraz możemy już spokojnie zaprosić nowo poznaną osobę na dłuuugi spacer, cieszyć się wiosną i dobrym towarzystwem. ☺ ■

Jakub Wojdyński

Rozszerzenia rzeczywistości – U1 i Lidar



We wrześniu 2019 roku na corocznej konferencji Apple zaprezentowało nowe iPhone'y serii 11. Oprócz standardowych „nowości" w postaci lepszego aparatu czy wyświetlacza, w najnowszych wtedy telefonach firmy spod znaku nadgryzionego jabłka pojawił się czip U1.

Od tamtej konferencji minęło trochę czasu. Świat zdążył zachorować na COVID-19, a samo Apple zaprezentować więcej produktów wyposażonych w ów czip. Otrzymał go Apple Watch Series 6, HomePod Mini i iPhone'y serii 12. Niewiele osób zwróciło uwagę na U1 – recenzenci internetowi wspominali o nim tylko kilka sekund w swoich długich materiałach. Pozostaje więc zadać pytanie: czym jest czip U1?

Nazwa czipu U1 pochodzi od tego, że korzysta on z technologii Ultra WideBand – w skrócie UBW. To technika radiokomunikacji bazująca na szybkim wysyłaniu krótkotrwałych impulsów. Z jej pomocą możemy dokładnie określić położenie innych przedmiotów wyposażonych w ten sam czip. Taką technologię można zastosować umieszczając ją w małych urządzeniach przymocowanych do przedmiotów, które łatwo można zgubić (np. klucze) – Apple pracuje nad takimi urządzeniami już od jakiegoś czasu (prawdopodobnie będą nazywać się AirTags). Funkcjonowałyby one jako „lokalizatory". Czip U1 znajduje swoje zastosowanie również w technologiach takich jak AirDrop (możliwość przesyłania plików pomiędzy urządzeniami Apple) oraz w tworzeniu AR (Augmented Reality - tzw. rozszerzona rzeczywistość).

Skoro już mowa o AR, to należy tu wspomnieć o kolejnej technologii, którą Apple wykorzystuje w swoich najnowszych urządzeniach – Lidar.Jest to akronim od angielskiego wyrażenia *Light Detection and Ranging* i oznacza metodę pomiaru odległości poprzez oświetlenie celu światłem laserowym i zarejestrowania odbicia za pomocą czujnika. Można powiedzieć, że jest to połączenie lasera z teleskopem. Urządzenia Apple wyposażone w czujnik obsługujący tę technologię to iPad Pro 2020, iPhone 12 Pro oraz iPhone 12 Pro Max. Wykorzystanie technologii Lidar pozwala z bardzo dużą dokładnością mierzyć obiekty i skanować przestrzeń, aby następnie budować modele 3D.

Dzięki tym technologiom już niedługo zmieni się sposób, w jaki będziemy „doświadczać" rzeczywistości. Wprowadzenie obu technologii na rynek konsumencki spowodowało wzrost zainteresowania tematyką AR. Powstaje coraz więcej aplikacji, które poszerzają rzeczywistość. Warto tu przywołać aplikację IKEA, w której możemy zaprojektować wnętrze naszego domu umieszczając „wirtualne" produkty ze sklepów naszej domowej przestrzeni.

U1 oraz Lidar to technologie, które już za jakiś czas wejdą na stałe do naszego życia, umożliwiając nam jeszcze swobodniejszy dostęp do informacji. Pytanie, czy zrobimy z nich dobry użytek? ■

dr inż. Dominika Woźny

ENGLISH CORNER LESSON 6

I don't think you are right.

to back up – popierać, poprzeć
No one would have believed him if his friends hadn't backed him up.

***to stand up for* – stawać w obronie**
She always stands up for her younger sister.

***to get the better of* – uzyskać przewagę nad**
For a time he got the better of his opponents.

***to treat of* – omawiać (dotyczyć)**
The paper treats of the latest achievements in this field.

***to turn into* – przetłumaczyćna (o językach)**
Have you turned the text into English yet?

***to come to the point* – przystąpić, dojść do sedna**
By the time he came to the point, some of us had fallen asleep.

***to come to a conclusion* – dojść do wniosku**
He came to the conclusion that he did not like his new job.

***to come to an end* – s/kończyćsię**
The board meeting came to an end at two o'clock.

***to get through* – s/kończyć**
I don't think I can get through this work in an hour.

***to break off* – przerwać**
The lecturer broke off in the middle of a sentence and looked at us.

***to cut short* – przerwać, uciąć**
He tried to say something, but she cut him short.

***to come true* – sprawdzić/spełnić się**
What she said about the weather for today has come true.

***to be out of the question* – nie wchodzić w rachubę**
I know that a trip to England this month is out of the question.

***to go without saying* – nie wymagać słów, być oczywistym**
It goes without saying that I'll pay you back as soon as I can.

***to be over* – skończyć się**
After the meeting was over, we all went to a restaurant.

***to bring back* – odnieść, zwrócić**
You can borrow my book if you promise to bring it back on Tuesday.

Na podstawie: T. Śmiechowski, Essential English Expressions, Prywatna Oficyna Wydawnicza „Wiedza i Świat", Warszawa 1994.

KĄCIK SMAKOSZA

W NAJNOWSZYM MAGAZYNIE MULTIS MULTUM ZABIERAMY WAS DO WŁOCH ☺. Z PEWNOŚCIĄ WIELU CZYTELNIKÓW TO MIŁOŚNICY KUCHNI WŁOSKIEJ. PRZYGOTOWALIŚMY PRZEPISY NA WŁOSKĄ BRUSCHETTĘ. MAKARON Z SZYNKĄ PARMEŃSKĄ ORAZ TAGLIATELLE Z PESTO Z JARMUŻU. MAMY NADZIEJĘ, ŻE DZIĘKI NIM UDA WAM SIĘ STWORZYĆ WŁOSKI KLIMAT WE WŁASNYCH DOMACH!

WŁOSKA BRUSCHETTA

- BAGIETKA
- MASŁO
- 4 POMIDORY
- 1 CEBULA
- 3 ZĄBKI CZOSNKU
- 10 ML OLIWY Z OLIWEK
- SUSZONA BAZYLIA
- SÓL I PIEPRZ
- LIŚCIE ŚWIEŻEJ BAZYLII

Pomidory sprażyć i drobno pokroić. Wmieszać je z drobno pokojoną cebulą, przeciśniętym przez praskę czosnkiem, oliwą, suszonąbazylią, solą i pieprzem. Bagietkę pokroić na kromki, posmarować masłem i ułożyć na blasze do pieczenia. Piec w temperaturze 180°C przez 15 minut. Po wyciągnięciu grzanek od razu nałożyć na nie przygotowane wcześniej pomidory i podawać na ciepło udekorowane liśćmi świeżej bazylii.

MAKARON Z SZYNKĄ PARMEŃSKĄ

- MAKARONNP. SPAGHETTI
- SZYNKA PARMEŃSKA
- STARTY PARMEZAN
- GARŚĆ RUKOLI
- BIAŁA CZĘŚĆ PORU
- 1 ZĄBEK CZOSNKU
- 20 ML OLIWY Z OLIWEK
- 20 ML SOKU Z CYTRYNY
- SÓL I PIEPRZ

Makaron ugotować al dente i pozostawić wodę, w której się gotował.Pora umyć i przekroić wzdłuż, a następnie na półplasterki. Podsmażyć go w rondlu z dodatkiem oliwy i doprawić solą i pieprzem. Dusić na mały ogniu do czasu aż będzie miękki. Następnie dodać ugotowany makaron wraz pozostawioną wodą, parmezan, przeciśnięty czosnek i sok z cytryny. Całość wymieszać, aby utworzył się sos. Gotowe danie przełożyć na talerz, dodać kawałki szynki parmeńskiej oraz rukolę.

TAGLIATELLE Z PESTO Z JARMUŻU

- MAKARONTAGLIATELLE

PESTO Z JARMUŻU:

- 50 G ORZESZKÓW PINIOWYCH
- 3 GARŚCIE JARMUŻU
- ZĄBEK CZOSNKU
- 100 ML OLIWY Z OLIWEK
- 50 G PARMEZANU
- 15 ML SOKU Z LIMONKI
- SÓL

Oddzielić żółtka od białek. Wymieszać startą marchewkę, żółtka, miód i olej. W oddzielnej misce wymieszać mąkę, migdały, proszek do pieczenia, cynamon i imbir. Następnie połączyć z wcześniej przygotowaną masą marchewkową. Białka ubić na sztywną pianę ze szczyptą soli i delikatnie połączyć z resztą ciasta. Blachę (20x30) wyłożyć papierem do pieczenia. Przelać ciasto i piec w temperaturze 160°C przez 50 minut.

SUDOKU

ZASADY SUDOKU. DIAGRAM NALEŻY WYPEŁNIĆ W TAKI SPOSÓB, ABY W KAŻDEJ KOLUMNIE, WIERSZU I KWADRACIE SKŁADAJĄCYM SIĘ Z DZIEWIĘCIU PÓL (3X3) ZNALAZŁY SIĘ LICZBY OD 1 DO 9. LICZBY UMIESZCZONE W TYM SAMYM KWADRACIE, KOLUMNIE ORAZ WIERSZU NIE MOGĄ SIĘ POWTARZAĆ.

	1			8				
	9	6	2		7			
		8	6			5	4	
							8	
1			7		5			6
	6					1	5	7
		3		6	1			
			4			7	6	3
				7		4		

1	5			9				2
2		4		5				6
3		6					4	5
				3	1		8	
								7
5							1	
		5		6	2			
7			1			4	2	
9	2					5		1

WYŻSZA SZKOŁA ZARZĄDZANIA
I BANKOWOŚCI W KRAKOWIE

AL. KIJOWSKA 14
WWW.WSZIB.EDU.PL

WSZIB@WSZIB.EDU.PL
12 635 68 05