

[Transcript] Żurnalista - Rozmowy bez kompromisów / Aneta Wrona. Jak ludzi zmienia show biznes?

Dzień dobry Państwu. Miło mi Państwa powitać w kolejnym podkaście żurnalisty.

Zanim zacznie się rozmowa, chciałbym Państwa w imieniu gospodarza poprosić o wystawienie oceny i obserwację podkastu.

Nie zajmie to Państwu więcej niż kilka sekund. Życzę dobrego odsłuchu.

Dzień dobry Państwu. Rozmowy żurnalisty są przeznaczone dla osób pełnoletnich ze względu na występującą w nich treść.

Pozdrawiam, Patrycja Markowska.

Żurnalista. Rozmowy bez kompromisów.

Dzisiaj u mnie Anę Tawrona. Dzień dobry.

Dzień dobry.

Zacznę od twojego ulubionego pytania. Co lubisz?

Rozmawiać.

I co jeszcze?

Słuchać lubi. Ludzi w ogóle lubię. Naprawdę. Ludzie są moją pasją. To jacy są, kim są, dlaczego te jacy są, dlaczego tak robią, jak robią.

Zdecydowanie. To jest moje największe hobby.

A czerwone samochody?

Czerwone? Chociaż czarne. Chyba jednak czarne.

Kolory mają jakiś wpływ na to, kim jesteśmy, jak dobieramy kolory?

Wiesz co, mają kolory. Są komunikatem, jeżeli się w nie ubieramy czarny.

Zazwyczaj coś zakrywa, ukrywa i nie zwraca uwagi w przeciwnictwie do czerwonego.

Szary też jest takim kolorem, który mówi, nie macie. A żółty, tu jestem, tu jestem. Patrzcie wszyscy na mnie.

To jakie kolory były twoim kolorami twojego życia? One się zmieniały?

Tak, i czarny.

Naprawdę?

Tak.

Nigdy nie byłaś kolorową dziewczynką?

Nigdy. Nie. W szafie mam tylko czarne, białe, szare i czasami błękitne.

No dobrze, ludzie. To jest coś, co lubisz, jakaś tam powiedzmy pewnego rodzaju platforma, żeby nie traktować tego osobiście każdego pojedynczą. A co jeszcze lubisz?

Muzyka. Lubię jewiórki, lubię karmić w łazienkach. Lubię wyjeżdżać na wakacje, lubię podróże bardzo. Lubię jeść nowe rzeczy, próbować nowych smaków.

Takie banalne przyjemności, zwyczajne, ludzkie.

A kiedy zaczęłaś robić to, co lubisz?

Wiesz, się zmieniała zawód kilka razy, ale to zawsze było gdzieś wokół informacji, wokół komunikacji, wokół ludzi, wokół przekazywania informacji.

A to byłam dziennikarką, a to dyrektorką radia, a to prezenterką telewizyjną, a to dziennikarką prasową, a to rzeczniką prasową i wykonywałam parę jeszcze innych zawodów.

A teraz uczę ludzi komunikacji. To zawsze to gdzieś było wokół ludzi, wokół gadania. Moja mama kiedyś powiedziała, że wiesz, zaczęłaś mówić bardzo wcześniej, jak miałaś parę miesięcy.

I od tej pory buziać się nie zamyka, ile trzeba mieć szczęścia w życiu, żeby ci zagadanie płacili.

No dobrze. Co nie?

Nie mam pojęcia, ale kiedy pomyślałaś sobie, że to może być twoja droga? No bo jednak nawet patrząc na to, kogo wymieniałaś, jako swoją idolkę na początku, to raczej gdzieś tam, mimo wszystko, to jest coś zupełnie innego.

Kiedys znalazłam takie nagrania na taśmach jeszcze takich szpulowych, kiedys takie Magda Fundy Grundig.

I moja mama nagrywała tam nie od mojego chyba drugiego roku życia, w każde moje urodziny, a któregoś raz ustwierdziłam, że podczas tych urodzin, podczas kinderbalu robiłam wywiady z moimi koleżankami w ramach tego balu urodzinowego.

I okazało się dopiero w bardzo dorosłym życiu, więc chyba za takie załączki tego zawodu, a w takich złotych myślach w szkole pisałam, że chciałabym być aktorką i psychologiem.

I dzisiaj troszeczkę te dwa zawody włączę w swojej robocie.

To gdzie jesteś aktorką? Na jakiej przestrzeni to widzisz?

No aktorką jestem tam, gdzie uczę ludzi występować na scenie, albo gdzie uczę ludzi przemawiać, albo gdzie uczę ludzi robić show, prowadzić program w telewizji.

To wtedy te aktorskie zdolności są niezbędne.

A psychologiem, kiedy trzeba wiedzieć jakie pinkody nacisnąć w człowieku, żeby się zmienił, żeby ewaluował, żeby chciał...

Może to lepsze słowo nawet niż zmienił, bo zmienił od razu kojarzę się, tak jakby był niewystarczająco,

a on musi chyba odblokować w sobie nowe umiejętności, a nie zmienić się na przestrzeni punktu wyjścia do docelowego, bo także miałbym jakby wystarczy innym człowiekiem.

Wiesz co, ale pracując nad sobą stajesz się trochę innym człowiekiem, znaczy żyjąc się stajesz się trochę innym człowiekiem.

Pamiętasz, jak rozmawialiśmy o tym, jak gdy ja zadawałam ci pytania, w jaki sposób ciebie zmieniły podcasty?

W jaki sposób ciebie zmieniła te wszystkie rozmowy, które przeprowadziły?

Przecież nikt z pęsetą przy twoim mózgu nie dłubał, a jednak sam powiedziałeś, że te rozmowy zmieniły to kim jesteś, jak patrzysz na życie.

Na świat.

Na świat, na ludzi.

No dobrze, ale to jest pewnego rodzaju droga, którą podążam.

Nie powiedziałbym, że zaorałem wszystkie rzeczy, które były wcześniej, tylko zobaczyłem inne rzeczy, które wcześniej na tym polu kompletnie były dla mnie niezauważalne, bo nawet nie wiedziałem czym są.

Ale możesz powiedzieć, że jesteś tym samym człowiekiem, którym byłeś dwa lata temu?

Tak, i mam nowe umiejętności.

I masz nowe umiejętności.

No ale sposób, w jaki patrzysz na życie albo na ludzi, jaki procesujesz, jaki przetwarzasz informacje, się zmienił, więc jesteś tym samym człowiekiem?

Tak, nadal pamiętając o tym, kim byłem.

Ok.

Wydaje mi się, że to jest istotą tego wszystkiego, że jednak mogę być kimś, kto widzi nowe rzeczy, których bym nie zauważył dwa lata temu, ale nadal z czegoś to wyrosło.

No wiesz, to jest dyskusja trochę akademicka, którą prowadzimy.

My jesteśmy rzeczywiście tacy sami przez całe życie, tylko dodajemy do siebie umiejętności, czy jednak w tej procesie zmiany, transformacji, ewolucji, stajemy się jednak kimś innym.

W całości, w kształtaucie? Tak, uważam, że tak może być, ale w perspektywie tylko dwóch lat, bo to są tylko jednak dwa lata, mogłem dorzucić coś do swojego życia, ale żeby je zmienić na to ten proces zmiany następuje chyba co siedem lat, według wielu podręczników.

No wymiana komórkowa. Tak, tak.

Więc jeżeli zastosujemy to, to wydaje mi się, że taki proces faktycznie w siedem lat możesz wyrzucić swoje życie na zupełnie inną stronę, na taką, która w całości po prostu nie pokrywa się z tym, co było wcześniej.

A czego cię nauczył ostatni rok?

Spokoju.

I cierpliwości, której nigdy nie miałem. A czego ciebie nauczył ostatni rok?

Wiesz co? Cierpliwość to też jest rzecz, która dla mnie przychodzi trochę z wiekiem i ja nigdy nie należałam, nie należałam do ciebie osób cierpliwych.

Zawsze tak ja byłam szybko natychmiast i od razu, ale myślę, że to przychodzi z wiekiem ta cierpliwość i nawet lubowanie się i smakowanie się w cierpliwości.

Czyli że ludzie więcej mają przyjemności z czekania na coś, bardzo często, niż samego osiągnięcia czegoś, albo dostawiając to, jak czekasz na prezent na przykład.

To ten czas, kiedy czekasz, oczekujesz i co tam będzie, czasami jest przyjemniejszy na poziomie neurobiologii, jest przyjemniejszy niż już sam fakt dostania tego prezentu, otrzymania tego prezentu i już.

Więc ja się nauczyłam też trochę czerpać radości z cierpliwości w oczekiwaniu na coś, co ma przyjść albo po prostu w byciu.

I tego nauczył cię ostatni rok? Czy to jest dłuższy proces?

Może dłuższy.

To czego nauczył cię tak najbardziej ostatni rok?

Wiesz co? Tego, że naprawdę lubię to, co robię.

To znaczy, ponieważ...

Moja praca polega na tym, że pracuję z ludźmi, żeby pracować z ludźmi, żeby ludzi uczyć, żeby ludzi też pomagać im się zmieniać.

To ja się też sama muszę dużo uczyć.

Bo w psychologii cały czas są jakieś nowości, coś się nowego odkrywa, w neurobiologii coś się nowego odkrywa.

Ja się tego non-stop uczę, non-stop czegoś słucham, coś czytam i przetwarzam.

I moim sposobem na to, żeby to robić dobrze i żeby się cieszyć z tego, co ja robię, jest uczyć się i natychmiast przetwarzać te informacje.

I sobie ostatnio właśnie uświadomiłam, że moja praca jest najlepsza na świecie, dlatego że ja się mogę uczyć i natychmiast to wykorzystywać w pracy z korzyścią, dla tych, z których mi pracuje.

I to jest mniej najlepsze.

A jeżeli chodzi już o tych, których pracujesz, no bo szkolisz i polityków, i celebrytów, gwiazdy, można zbać, jak zbać, moralność w twojej pracy istnieje.

Są ludzie, których odrzucasz ze względu na to, że twoim zdaniem nie są w arcii albo nie chcesz im

pomagać?

Zdarzyło mi się odrzucić taką możliwość z kilkoma gwiazdami.

To znaczy, mam takie dwa przypadki, kiedy odmawiam współpracę, bo pierwsze, kiedy ktoś przychodzi do mnie i mówi, chcę być sławna, albo chcę być sławna.

I zadaję pytanie, okej, ale po co?

Jeżeli ktoś mówi, no bo to jest super fajne, że będę sławna i będą na mnie patrzyli, mówią mnie kochać, ale po co?

No to jest super fajne.

To z takim kimś nie pracuję, bo uważam, że bycie sławnym dla bycia sławnym jest potrzebą, która nie do końca jest zdrowa, bo słowa zmienia ludzi bardzo.

Ale jeżeli ktoś mi mówi, chcę być sławna, bo to jest łatwy zawód, bo w ten sposób sprzedam swoje produkty, bo w ten sposób będę lepiej, nie wiem, zarabiać, będę lepiej funkcjonować w świecie itd., itd.,

chcę być bardziej lubiana, chcę być bardziej rozpoznawalna, to okej, jeżeli to jest środek do osiągnięcia jakiegoś celu.

I zażył mi się odmówić bardzo swochowanym gwiazdom, które były znane w środowisku.

Z tego, że się spóźniają, nie płacą, obrażają ludzi itd., jest kilka takich osób.

A kto w Polsce wypowiada się w taki sposób, że ręce składają się same do okłasku?

Wiesz co, no, sporo dziennikarzy.

Ale oni to powinni robić zawodowo.

No tak, aktorzy tak mówią, no niestety nie powiem ci, którego z polityków, bo jest naprawdę niewielu, którzy robią to naprawdę dobrze.

Ja w ogóle cierpię z tego powodu, że w przestrzeni publicznej ten język cały czas troszeczkę traci na szlachetności,

że już się nie zwraca uwagi, że dziennikarze mówią, że na przykład polityka albo zrobiliśmy, zdarzają się takie historie.

I to jest przykre dla mnie, ale z drugiej strony język też jest tą rzeczą, która się zmienia w dzisiejszych czasach,

która kiedyś jeszcze niedawno nie wolno było mówić w radio, w studio, ja zaczynałam pracę w radio, ale kończyłam pracę w radio.

No dobrze, i myślisz, że to jest dobra zmiana? To jest konieczna zmiana? To jest zmiana nieunikniona?

Nieunikniona, nieunikniona, absolutnie. Język jest żywym tworem, który tworzył ludzie, tworzył go ulica.

Kiedyś rozmawiałam z cudownymi paniami, które pracują w Polskiej Akademii Nauk w Radzie Języka Polskiego,

to miałam szkolenie i zapytałam panie, drugie panie, dlaczego? Powiedźcie mi, dlaczego uznałeś się, że pisze w gazecie, można?

My musimy podążać za tym, co mówi ulica, co mówią ludzie. Oczywiście to jest jakiś tam proces, nie wszystko, nie od razu, nie z pierwszego rozdania,

ale język się zmienia i będzie się zmieniał, pojawiają się w nim, jest coś takiego influencer marketing. Przecież to jest słowo, którego nie było 15 lat temu w języku, kompletnie, a dzisiaj jest.

Tak samo jak bardzo obecne są emotikonki, myślisz, że doczekamy się czasu, że w tytułach artykułów

będą emotikonki?

Wiesz, że jest to możliwe? To też jest znak czasów, ale widzisz, były takie wydania, które pokazywały, to było w Wielkiej Brytanii i tam badano chłopców, konkretnie nastolatków.

Okazało się, że współczesne nastolatki mają 20% niższą miętość rozpoznawania ludzkich emocji mowieciała,

czyli nie wiedzą patrząc na człowieka, czy on jest zły, czy niezły, czy faj, czy jest zadowolony, czy jest niezadowolony.

Bo jak się patrzy i czyta ekrany telewizorów i jedynym wyznacznikiem emocji jest emotka, to potem nie rozpoznajesz tego w człowieku,

a tak naprawdę w komunikacji to komunikacja niewerbalna, czyli to, w jaki sposób się mówi, czyli to, co masz zawarte w intonacji głosu,

to, co masz zawarte w języku ciała, jest czasami ważniejsze, więcej waży.

No to stosujesz emotikonki?

Tak.

Od kiedy?

No, od jakiegoś czasu. Na początku byłam bardzo, jeżdżącami byłam bardzo przeciwna, przez buźka, buźka, buźka,

brzeczszewski, tam, żabka, żabka, żabka, a teraz sama stosuję emotki, nawet gify czasami wysyłam, bo to takie śmieszne jest.

Rozumiem, że poczucia twoich znajomych jest dość ubogie, ale nie każdy jest doskonałym.

Poza tobą, oczywiście.

To twoje słowa, bardzo miło mi coś z tego zrobić rolkę, a miałaś zawsze łatwość do języka?

Tak, ale to nie jest tak, że jak, że trzy z łatwością do języka, albo z umiejętnością mówienia trzeba się urodzić.

To można sobie wytrenować.

Oczywiście są dwa aspekty tego, tego treningu.

Jeden aspekt jest niewerbalny, czyli zachowania, intonacja, głosu, mowa ciała, to w jaki sposób patrzymy, w jaki sposób się uśmiechamy, w jaki sposób wystegulujemy.

To się da zrobić najszybciej.

Jak się pracuje z politykami, albo takimi wjazdami jest rady, to się właśnie od takich rzeczy zaczyna jak ma stać, jak ma popatrzeć.

W jaki sposób ma być miłym człowiekiem, mówić na uśmiechu, w jaki sposób ładnie ma mówić, w sensie ma mieć ładne brzmienie głosu.

Najtrudniej ludzi nauczyć jednak doboru słów, konstruowania wypowiedzi,

bo tutaj rzeczywiście predyspozycje naturalne się przydadzą, tzw. procesor, czyli poziom inteligencji, a druga sprawa, to jest jednego czytanie i obycie z językiem.

To robi, tak naprawdę.

Można się nauczyć jednego przemówienia, drugiego, trzeciego to jest tak, czasem jak aktorzy, aktorzy wspaniale mówią przepięknie z przepiękną dykcją, z przepiękną intonacją, ale czasami jak zaczynają mówić od siebie, to trochę to traci urok.

To prawda, rozmawiałem z kilkoma aktorami we swoim życiu.

Znaczy, robisz to, co robisz mniej więcej około 15 lat, kiedy pomyślałaś, że to można zmonecyzować.

To chyba nie było tak bardzo popularną formą do tego, że ludzie chcieli się uczyć mówić,

bo wydaje mi się, że to jest taka umiejętność, która każdy wydaje się, że ma.

Tak, bo ma buzie, to może mówić.

Wiesz, rzeczywiście, jak pamiętam, z początku w ogóle swojej pracy zawodowej, to ja nie przypominam sobie, żeby ludzie jak ja, którzy uczyli komunikacji, którzy uczyli innych ludzi mówienia, to jest chyba zawód nowy.

Coraz częściej ludzie sobie z tego zdają sprawę, że to jest nieodzwonne.

Zobacz, kiedyś rzeczywiście dotyczyło to tylko o polityków,

albo ludzi, którzy się rzeczywiście zajmowali, w telewizji występowali.

Dzisiaj wiedzą o tym prezesi firm, że do ludzi trzeba umieć mówić,

że ludzi trzeba umieć przekonać, porwać zasobu, być charyzmatycznym iderem, być charyzmatycznym szefem firmy.

Dzisiaj media społecznościowe to wymagają, te takie wymogi stawiają,

bo przecież jak się nie ma profilów mediach społecznościowych, a jest się w biznesie,

to ta firma, ten biznes staje się no troszeczkę takim, nie wiem,

na pewno jest dobry, zdrowy, fajny i coraz więcej ludzi biznesu

wychodzi w mediach społecznościowych i się pokazuje.

Moja znajoma, która ma agencję PR-ową opowiada,

że dzisiaj w zasadzie nie ma zalecenia na działania PR-owe

bez tzw. marki osobistej prezesa, że tam musi być ta osoba prezesa.

Kiedyś ludzie biznesmeni skrywali się w ogóle w swoich biznesach,

mówiąc, że pieniądze potrzebują, czy ludziom ciszę,

a dzisiaj bardzo wiele biznesów jest firmowanych przez ludzi,

którzy te biznesy posiadają albo innym przewodzą

i świadczą o ich autentyczności, prawdziwości, uczciwości

swoją własną twarzą i swoim własnym nazwiskiem.

To nie wydaje ci się, że też jest związane subkulturowo,

że przedsiębiorcy chcą stać się gwiazdami.

Trump, takie filmy, jak Wilkes Wall Street,

że też pieniądze powodują to, że albo chcesz władzę, albo popularności.

Piesz, co mi się wydaje, że to się bardzo łączy,

że te pieniądze i władza to są takie dwa narkotyki,

które często idą w parze.

A władza jest strasznie pociągającą,

że człowiek się tylko konie trochę stanie i troszeczkę jej się ma.

To potem bardzo trudno z tej władzy zazygnować,

tak samo jak z popularności.

Jest naprawdę niewiele osób, które będąc popularne,

będąc bardzo popularne sobie zazygnowały podytanie,

to ja dziękuję, przepraszam, kasuję konto na Instagramie.

Dziękuję bardzo, dziękuję swoim followersom.

Papa Nara.

No chyba, że jest jakieś dramaty, jakaś tragedia.

Ale widzisz, bo media społecznościowe,

o których się mówi różne rzeczy i swoje dobre,
ale prawda jest taka, że jak się budujesz w mediach społecznościowych,
budujesz swoją markę,
to tam są dwa parametry,
które są bardzo istotne dla wiarygodności.
Media społecznościowe buduje się w czasie,
czyli nie można sobie zrobić konto na Instagramiku dzisiaj,
prawda, z 700 postami,
znaczy można, tylko, że to będą posty opublikowane dzisiaj,
a nie siedem lat temu.
Więc ten element czasu jest istotny.
A druga rzecz to jest interakcja z ludźmi,
którzy ok, nie wszystkie kontra są prawdziwy,
ale to, że ktoś z tobą wchodzi w interakcję,
stawia ci tego lajka, coś skomentuje,
to to jest prawdziwy.
Człowiek ma jakieś zdjęcie profilowe,
ma innych ludzi wokół siebie
i to buduje wiarygodność.
I te media społecznościowe,
dlatego dzisiaj tak stały strasznie pociągające
i strasznie ważne,
bo one są czasami ważniejsze niż strona internetowa,
którą możesz zbudować,
portfolio, które możesz stworzyć,
jakiś filmik reklamowy, firmę, które możesz zrobić,
bo tam jest interakcja z prawdziwymi ludźmi
i tam jest dzianie się w czasie.
Dobrze, wróćmy do tych przedsiębiorców,
wydaje mi się, że ten temat jest interesujący,
szczególnie, że teraz Niemrafa Ubrzuska
choćby dużo zyskuje popularności,
też przez żonę,
to się wszystko dzieje dookoła nich
i nie masz też wrażenie, że to jest po prostu
zazdrość tego, że chce być w mediach,
bo mam już...
Przedsiębiorcy po prostu, przedsiębiorcy patrzą na to
i myślą sobie, też bym tak chciał,
że też jest młodzi przedsiębiorcy, którzy wchodzi
dzisiaj na rynek, chcą tej popularności.
Oni są coraz bardziej
zainteresowani nią,

nie wiedząc też, czym się ona je,
ale to przedsiębiorcy w Polsce to
nowa grupa ludzi, którzy stają się popularni.
Wiesz, to też zmieniły media społecznościowe,
bo od czasu,
kiedy one są tak bardzo powszechne
w naszym życiu, to ludzie pokonali
bardzo wiele granic i barier
swojego własnego wstydu, albo swojej własnej prywatności.
Ja pamiętam jeszcze,
jak wiele kontrowersji
wzbudzały pierwsze publikacje
śniadanka na Facebooku,
że to powiem na ścianę
bo to ho, ho, ho, w ogóle jak się śmiejemy
w ogóle i tak dalej, ci robią to prawie wszyscy,
a przynajmniej dużo ludzi to robi.
Więc media społecznościowe nauczyły nas
trochę odsłaniania swojej prywatności,
pokazywania swojej prywatności.
No, wiesz,
co się klika na Instagramie najlepiej?
Nie mam pojęcia.
No, co się klika?
Nagość.
Tak, jakieś erotyczne,
seksualne, sensualne
czynienie i to też jest coś,
czego granica
się przesunęła bardzo.
Kiedyś jednak w przestrzeni publicznej
ludzie nie pomykali w strojach
kąpielowych, a dzisiaj na porządku dziennym
w przestrzeni publicznej.
Czyli też upraszczając twoją wypowiedź jest tak,
że ludzie chcą obserwować bogatych ludzi?
Dlatego
przedsiębiorcy chociażby zyskują popularność?
Wiesz, to ludzie chcą
obserwować ludzi
znanych, popularnych,
mających władzę, którzy coś...
Ale to zawsze było.

To było zawsze. Zobacz, kiedyś do tego służyła szlachta.

Były sobie

taki paniczek, prawda, taka pancia,

królowa i tak dalej, tak dalej. To oni byli

trendseterami, influencerami.

To oni wyznaczali, jaka jest moda,

co jest fajne, co jest nefajne,

prawda, i zasadniczo byli

wzorem pewnego rodzaju, byli takimi współczesnymi,

tamtejszymi

influencerami.

No, dzisiaj

trochę jest inaczej, trochę inne są

kategorie tej popularności

i trochę inne są

trochę na czym innym

się robi te wielkie zasięgi,

że nie wnikając to,

ale ludziom zawsze byli potrzebni i dole.

Albo ludzie, których się podpatruje,

albo na których się wzoruje,

albo ich się podgląda.

Tylko teraz mamy zdecydowanie więcej danych. No dobrze, to rozłożmy
twoich klientów na dwie kategorie.

Powiedzmy, że są policycy

i są przedsiębiorcy.

A niech zmienia zupełnie innego.

Bo pewnie to są różne umiejętności.

To nie są te same umiejętności,

nie są im pewnie potrzebne nawet w wielu kwestiach.

Te pytanie może zawierać błąd.

W przedsiębiorstwach się zmienia to,

że po pierwsze są coraz bardziej świadomi

potrzeby takich miękkich umiejętności,

nie tylko liczenia,

nie tylko tabelka, nie tylko strategia,

nie tylko...

Ale to w jakiś sposób rozmawiać z ludźmi,

to w jakiś sposób ich motywować.

Pierwsze pokolenie, które wchodzi do pracy

nie jest takie łatwe, jak moje pokolenie.

Ono nie ma w okablowaniu, trzeba pracować,

żeby nie wiem co.

[Transcript] Żurnalista - Rozmowy bez kompromisów / Aneta Wrona. Jak ludzi zmienia show biznes?

A to dobrze czy źle?

Inaczej, nie wiem, czy to dobrze czy źle.

Ja bym chciała chyba być w takim...

Ja nie umiem nie pracować, umiesz?

Umiem.

Pokaż.

No gdzie ty nie umiesz?

Kiedy ostatnio nie pracowałeś?

Słucham, przez tydzień.

No nigdy jeszcze tak nie miałem.

Ale świetnie...

się bawię nie pracując.

Tutaj chwila przerwy.

Jeżeli słuchasz teraz tego podcastu,

pamiętaj by wcisnąć przycisk Obserwuj

bądź Subskrybuj.

Zależności od tego, na jakiej platformie słuchasz tego podcastu

będę bardzo, bardzo wdzięczny,

miłego odsłuchu.

Czytając książkę chociażby.

Tak, ucha.

No to jest prawdziwa zabawa.

No nie, no, serio ci pyta.

Zmienia się też to

i to jest bardzo fajna rzecz,

że współcześni i fajni managerowie,

ci tacy

świadomi

i wykształceni

wiedzą, że nie samą robotą człowiek

żyje.

Że nie samą tabelką człowiek żyje.

Że nie samym przedsiębiorcą

człowiek żyje.

Żeby

mózg ci dobrze działał i funkcjonował,

to potrzebuje A.

Czyli odpoczynku

jakiegoś

oderwania się od pracy.

Dobrego snu, dobrego jedzenia,

dobrego sportu itd.

Czyli trzeba od siebie dbać.

Ale poza tym, żeby mózg dobrze funkcjonował,
to trzeba go jakoś karmić.
Nie tylko rozrywką w postaci
XLA w pracy, ale też czasami sztuką,
czasami czymś zupełnie innym.
Ja mam ze swoimi klientami
biznesowymi tak zwane DKF,
czyli dyskusyjne kluby filmowe,
polecamy sobie seriale, polecamy sobie podcasty,
żurnalizdy na przykład świetne,
czy słyszałeś
w znakomite rozmowy.
Dobrze, ale powiedziałaś o wykształceniu,
bo widzę, że już zmierzamy do
ironii. Przepaść.
Jak wielostą, Aneta.
To jest twój ostatni przystanek.
Wykształcenie, jest ważne czy nie jest ważne?
Wiesz co, no trochę inaczej
jest ważne. To znaczy
dla mnie najważniejszą umiejętnością
w życiu związane z edukacją
jest umiejętność uczenia się.
Jest chęć uczenia się.
Jest ciekawość
tego czego się możemy dowiedzieć.
Bo teraz tak.
Wykształcenie troszeczkę
rzeczywistości niedogania,
bo
w dzisiejszym świecie, w każdego roku
znika ileś zawodów
z powierzchni ziemi, przybywa nowych
zawodów, operator drona, nie 10 lat temu
nie była, dzisiaj jest ich sporo.
I to się będzie
w ten sposób działo.
Sztuczna inteligencja, która jest już sobie całkiem
nieźle radzi, za chwilę jeszcze bardziej
wywróci ten rynek pracy do góry
nogami, więc ludzie będą musieli coś ze
sobą zrobić. Jaki sposób się nauczyć
takich rzeczy, które robili do tej pory.

I to będzie duża rewolucja.
Mi się wydaje, że trochę
dzisiejsza edukacja
nie do końca jest przystosowana
do tego, co ludzie potem robią
zawodowo. Ale może uczyć ich
się uczyć. Ale jeżeli
edukacja ma uczyć, ludzie się uczyć.
Jeżeli ma uczyć właśnie
takiego ciągu na wiedzę,
takiego, takiej chęci, dowiadywania
się, sprawdzania krytycznego.
Zobacz, to 4K, o którym mówił,
o którym pisał Harari.
Krytyczne myślenie. W dzisiejszym
świecie, w którym mamy taką ilość
fake newsów, taką ilość
dziwnych źródeł informacji. Niektóre
karmi na przykład płaskoziemców
oglądaliśmy ten sam dokument. Pamiętasz
o płaskoziemcach? Sam ci go poleciłem.
Pociękowałam ci już, nie?
Dziękuję. A to jest jedna z siedmiu
rat, który nie zastosowałaś.
Ale przejdziemy do tego braku praktyk
swoich rat. No dobrze.
Dokumenty. O płaskoziemcach.
Płaskoziemcy rosną w siłę
z roku na rok.
Jest ich więcej. Mimo, że
widać, że ta siemię jest okrągła.
Mnóstwo zdjęć, statki kosmiczne
letają. Nie, ale płaska będzie siemię
na koniec.
I to grono się powiększa. Dlatego, że
mnóstwo w internecie można
przetać informacji, czasami wyglądających
na bardzo wiarygodne albo
podpierane autorytetami z moich
profesorów, że tak to właśnie jest.
Krytyczne myślenie
w dobie fake newsa
jest umiejętnością absolutnie

niezbędną do przetrwania.
Po to, żeby się nie dać zamknąć
w algorytmu. Pamiętasz social dilemma?
Też o to chcę poruszyć dzisiaj.
Pamiętasz, co robią algorytmy
jaką bańkę informacyjną
wokół ludzi. Ludzie nawet nie wiedzą,
że
i Google, i
wszystkie inne
narzędzia, które
mają te swoje algorytmy, zamykają
ich w pewnej przestrzeni.
Ale to są badania psychologiczne ze względu na to, że
chcemy czuć się komfortowo. Nie chcemy
być wyciągani z tego świata. Nie chcemy się
dowiedzieć, że możemy się mylić.
Bo my chcemy czuć się komfortowo. Internet
jest przestrzenią, w której mamy rację.
A to prawda.
Wiesz, że parę lat temu
Facebook zrobił takie badania,
które miały odpowiedzieć
na pytanie, dlaczego świat jest dzisiaj tak zantagonizowany.
Nie tylko w Polsce.
Polska jest podzielona. Stany też są podzielone.
Każdy kraj jest podzielony. Spójrz na Francję.
Tak.
Szukano odpowiedzi na pytanie,
dlaczego ludzie
dzisiaj tak strasznie się
sytują? To jedna sytuacja tych
zwolenników, to druga sytuacja tych zwolenników.
I dlaczego to jest takie strasznie,
jak nigdy nie było wrogi, jak nigdy
nie było takie stanowcze pod tym. Nie, ten
Pan ma rację, nie, ta Pani ma rację.
I odpowiedzią na pytania
Facebooka było to,
że odpowiedzią jest Facebook.
Bo my rzeczywiście
w tych mediach społecznościowych
szukamy ludzi podobnych do siebie.

Szukamy
tego, że mamy rację.
Nie szukamy, żeby się, żeby
nic dania, żeby się nauczyć.
Dlatego to wykształcenie jest bardzo interesujące.
Krytyczne myślenie
jest potrzebne. Chęć
uczenia jest potrzebne. Umiejętność
komunikowania się jest potrzebne.
Zobacz, co się dzieje z dzisiejszym
światem, jak ludzie nie potrafią mówić o sobie.
Chociaż
może ty nie masz takich doświadczeń, bo tutaj ludzie
mówią. Właśnie.
Chociaż
zakrywają się pod wieloma metaforami,
ogólnikami, uciekają.
To prawda, ale
nie dziwię się, że czasami
nie chcą o tym mówić publicznie, bo pamiętajmy,
że poznaje ich w przestrzeni publicznej.
Nie znam ich prywatnie, więc
nie mam pojęcia. Myślę, że sama
wiesz, jak to jest, że gdybyśmy
mieli teraz rozmawiać o wszystkim,
o czym rozmawiamy, kiedy rozmawiamy
przez telefon, to nie
byłoby tak wesoło.
No dobrze, to przejdźmy.
Właśnie to.
Krytyczne myślenie jest bardzo dobre.
To jest tak, jak rozmawiałem z Kasia
Nosowską i powiedziałem, że największym odwagom
w życiu jest powiedzenie to, że niezależnie
kiedy zawsze mogę się mylić.
Nawet jeżeli uważam, że mam
piekielnie rację, że na pewno
to założenie w głowie takie,
że mogę się mylić jest
błogosławieństwem. A powiedz mi,
czy ktoś się podczas rozmowy kiedyś zmienił
zdanie na jakiś temat? Tak, Bartek Kurek.
Jak?

Z Bartkiem rozmawialiśmy o wzorze sportowca.
Bo on mówił
o tym, że sportowiec powinien być taki,
jak Pan Bóg nakazał.
A ja mówię, że ja lubię koloryt.
Lubię szaleńców, lubię takich, którzy przychodzą
na kacu, na trening, mają pomalowane
włosy i robią show.
Bo oni często są
odpowiedzią dla tych
mniej zdolnych, dla tych szalonych.
Że
sport powinien być taką furtką
dla każdego.
A kiedy mamy wybierać tylko tych najlepszych,
tych talenciaków, tych szkolonych,
w szkołkach i takich
chłopak, który nie miał dobrego domu,
nikt go nie nauczył, nie wychował.
Ma też prawo pobyc
gwiazdą i pokazać prawdziwego siebie,
a nie być dostosowany do
takiego mundurka szkolnego
i ma być dokładnie taki sam jak reszta.
To nie o to chodzi. I wtedy
z Bartkiem doszliśmy do bardzo
podobnego zdania.
Jakie to jest rzadkie?
Że ludzie zmieniają zdanie podczas rozmowy.
Ja pamiętam czasy jeszcze, kiedy politycy,
którzy przychodzili do studia
telewizyjnego czy radiowego
z innych partii potrafili
podczas rozmowy. Ok, no no, tutaj się
z Panem zgodzę.
Dzisiaj czegoś takiego nie ma,
coś takiego nie istnieje.
No dlatego, że istnieje nakaz partyjny.
Że mówimy w ten i w ten określony sposób.
Nie możesz wyłamać się z pewnych zasad
i reguł, które obowiązują.
W tej drużynie. To jest tak jakby

stwierdziła, że uderzyłaś
piłkę ręką, ale sędzia tego nie
zauważył, to strzelisz bramkę samobójczą.
Co na to twoja drużyna?
Ja się na tym nie znam.
Nie wiem.
Dziesięciu twoich kolegów byłoby
delikatnie mocno ciebie złych. I tak samo
to działa w partii.
Wyłamanie się, teraz
zadaj to pytanie, wyłamanie się. Było
dwagą czy głupotą?
No wiesz co, ja pamiętam
w żadnej historii polityki już bez
nazwisk, że wyłamanie się było śmiercią
polityczną.
I dzisiaj raczej przynależność do
najpartii politycznej nie daje
ci zbyt dużego marginesu
na swoje własne poglądy
myślenia i swoje własne zdanie
w danej rzeczy
właśnie się posługują politycy
tak zwanymi przekazami dnia.
Oczywiście tworzą jakiś tam
zbiór wspólny wartości,
przekonań, programów politycznych
i tak dalej, ale
nie ma takiej swobody na to, żeby zmieniać
zdanie, żeby mieć zdanie odrębne
żeby mieć swobodę w głosowaniu
nad jakąś ustawą.
Niestety taka jest polityka. No idziesz do
korporacji, bo to są korporacje, idziesz do
korporacji, korporacja ma pewnego rodzaju
praktyki, ma pewnego rodzaju
normy i trzymamy się tego wszyscy
razem spójnie, bo jeżeli damy wyłamać
jednej personie
to wyłamię się druga, trzecia i każda
kolejna. Więc
z biznesowego punktu widzenia
a to jest biznesowe

podejście, ma to ręce
i nogi. Z wolnościowego
kompletnie nie.
Ale wracając do
tego, jak inni dzisiaj
przychodzą ludzie do pracy
to mimo ich zdjęcia opowiadają, że
nie było jeszcze takich historii
kiedy, że ktoś na przykład podpisuje umowę o pracę
i nie przychodzi do pracy, bo jednak
może zmienia zdanie, albo wyczytał coś
w internecie, albo nie.
Moje pokolenie jednak miało przymus, ciężkiej
pracy i pracy w ogóle.
Dzisiaj trochę to jest inaczej.
Dzisiaj to, co na przykład jest bardzo ważne
w pracy, to jest atmosfera.
Acy są owoceowe twardki.
Acy są kazułowe
piątki. Ale czy powinniśmy to wyśmiewać?
Nie.
No, ale mówisz tonem wyśmiewającym.
To tak.
Tak przejąk to, że wam sobie przeżywasz.
Bo
jak sobie pomyślisz o tym,
że te życie
ma tydzień, ma siedem dni tylko
i pięć faktycznie spędzasz tylko i wyłącznie
na pracy, wracasz, potem pierzasz, ogarniasz
obowiązki domowe, wychodzisz z psem
siadasz, jest nagle
staje się dwudziesta. I w sumie to
może chociaż jedno odcinek serialu, jest dwudziesta
pierwsza.
No i taki, wtedy rano trzeba znowu stać,
bo znowu trzeba wyjść z tym psem, zaraz masz
iść do pracy.
I dzień. I on jest razy pięć, no bo
pięć dni w tygodniu pracujesz i masz weekend.
Wiesz, ja mam
takie doświadczenia, niestety
przykre, że

w większości firm w Polsce,
znakomitej większości
korporacji, ludzie pracując
te osiem godzin dziennie, potwornie
marnują czas.

Potwornie.

W obrazce jest zebranie, w którym bierze udział siedem
osób. I to zebranie trwa dwie godziny.

Co można produktywnego
zrobić w siedem osób w dwie godziny, i jeżeli to
zebranie jest raz w tygodniu na przykład,
ludzie siedzą i powiem, a u mnie to to, a u mnie to tam,
a u mnie to coś innego.

Ma to jakąś wartość towarzyską na pewno,
ma to jakąś wartość budowania relacji,
ma to jakąś wartość tego, że ludzie
bliskość, jaką otworzą w ten sposób
przekazują sobie informacje.

Ale ja mam takie przemyślenia,
że większość spraw w firmie się
załatwić na półgodzinnym zebraniu,
jeżeli to jest zebranie cykliczne, tylko trzeba
to robić sprawnie i wiedzieć po co.

A tymczasem to jest spotkanie, zobacz,
w każdej korporacji, jak się ustawia
spotkanie z klientem, czy spotkanie wewnętrzne,
to jest minimum godzina.

Z czego półgodziny jest gadaniem
o rozmaitych
rzeczach, nie? Ale niczym treściwym.

I z tego punktu widzenia
to dzisiejsze

pokolenie ma rację, żeby się nie
zapracowywać,

żeby tego nie robić,

bo efektywnie jesteś w stanie pracować,

znaczy inaczej, jesteś

poboczny

i wyspany

i zadowolony z życia, pracujesz efektywnie

po prostu. A jak jesteś zachorowanym pracoholikiem

to twoja efektywność spada na tych miejsc.

Tylko

pytanie jest takie,
czy potrafimy znaleźć ten balans,
bo tutaj jest, moim zdaniem
problem tego, że z owocowych czwartków
nagle masz owocowe tygodnie,
bo dając
palec człowiek chce całą rękę
i tu już jest kwestia
tego, żeby mądrze zarządzać takimi ludźmi.
Wydaje mi się, że takie osoby,
kiedy trafiają do ciebie
mają pewnego rodzaju umiejętności,
właśnie kompetencje miękkie
dla miękkich ludzi, często.
Bo jednak zobacz, nawet jak to się zmieniło
w dziennikarstwie, jak wyglądały
kiedyś redakcje, jak dzisiaj
nawet pan sekielski mówi o perspektywie
Newsweek'a.
Ma to wyglądać inaczej.
Kiedyś ludźmi zarządzało się
bardzo twardą ręką,
tak samo jak wychowywało się dzieci.
W mediach tak, pamiętam te czasy.
Właśnie, więc...
Pamiętam te czasy, jak mój dyrektor pierwszy mówił
leć popiwo i przejść zrobimy, posłuchamy
twoje audycji.
I musiałam lecieć popiwo, żeby
pan dyrektor był łaskaw ze mną
posłuchać mojej audycji, żeby powiedzieć, co jest
w niej dobre, a co złe.
Dzisiaj wylądowałbym w sądzie,
bo pod pręgierzem opinii publicznej.
Dokładnie, więc tutaj jest
ten problem, że musimy zrozumieć
i jaka muzyka do tego będzie najlepsza.
Wiesz co?
Tylko przez ostatnich parę dekad
w świadomości ludzi,
a szczególnie biznesów w Polsce
bardzo dużo się zmieniło. Jesteśmy bardzo młodą,
bardzo młodą w ogóle

po transformacyjnym krajem,
jeśli chodzi o kapitalizm,
biznes itd.
Jednak mamy to piętno
komunizmu z tych czasów powojennych,
gdzie...
biznes nie kwit,
ale jakiś taki mały prywatny.
I trochę jesteśmy naznaczeni
tymi czasami,
tym takim menadżerem, które z karownikiem
albo karowniczką
do poganiań, żeby było szybciej, lepiej
więcej, a nie menadżerem,
który jest liderem, który jest charyzmatyczny,
który ludzi motywuje,
który ludzi inspirował. To się pojawiło
dopiero na przestrzeni paru
ostatnich dekad.
I dzisiaj rzeczywiście to, co się zrobiło fajnego,
to to, że firmy konkurują
o pracownika, konkurują o niego,
stwarzając atmosferę,
dając wartości w firmach,
opowiadając, że mamy jakieś rzeczy ważniejsze,
a ludzie chcą być
częścią jakiejś fajnej rzeczy,
jakiegoś fajnego, czegoś
większego niż oni sami.
Tym się różni od innych zwierząt,
że bardzo lubimy się w imię abstrakcyjnych idei
jednoczyć i tworzyć siłę.
Czyli ludzie myślą tak,
że pracując dla Samsunga
stają się trochę Samsungiem i idą z ich
bębem? Myślę, że tak.
Myślę, że tak, że to,
co oferują te wielkie, dobre,
znane bręty,
to też taką przynależność
do czegoś więcej,
trochę taki awans społeczny.
Wiesz, pracuję w Samsungu,

w Mercedesie, w Coca-Cola,
pracuję w
wytwórni Tojtojów.
Trochę
myślę, że zmienia, chociaż
nie powinno, bo na koniec dnia jest pensja
o umiejętności i tak dalej, i tak dalej.
Ale
ale
to budowanie dzisiaj
wartości w firmach, to budowanie
wartości w atmosferze, to budowanie
wartości tzw. kultury feedbacku,
że się mówi do ludzi, że się mówi, jacy są.
Wiesz, dzisiaj były takie
badania, dzisiaj młodzi ludzie
też przychodzą do pracy, nie uwierzysz po co.
Do znajomych. Też?
Na dobrze. Po mentora.
Po to, żeby mieć mentora.
Po to, żeby mieć kogoś, kto ich poprowadzi.
Po to, żeby mieć kogoś, kto ich nauczy,
kto im wskaże drogę. W naszym pokoleniu,
w moim pokoleniu tego nie było.
Do robota się przychodziło po kasiore.
Żeby zrobić
tak dalej. Chociaż ja nie przyszedłam po kasiarek,
byłam bardzo zdziwiony, w pierwszym radiu
zawalali nas i
przyjechał właściciel radia z reklamów,
kołpienie, jednej dawo, pieniądza.
Wiem, że tam jest świetna zabawa, po prostu.
Wiesz, jak się dowiedziałam, że jeszcze mi za to płacą,
a to dobrze mieć dzisiaj autorytety?
A to jest bardzo dobre pytanie.
Kolejne tutaj.
Masz swoje autorytety?
To po co ci są autorytety?
Jako drogowskos.
Jak kolekcja.
Po to czytam chociażby biografię.
Wiesz, co zawsze ludzie mieli autorytety?
Tylko kwestia jakości

tych autorytetów.
Kto jest dla ciebie autorytetem?
Może być autorytetem Kardaśianka?
No jasne, ale z Kardaśianki
możesz brać tyle, czego nie weźmiesz
z, nie wiem,
z jakiejś takiej naprawdę z Jana Powa
drugiego mojej zdania w serii. A ja chcesz dokonać takiego wyboru,
jeżeli masz tylko i wyłącznie Kardaśianki
na swoim Instagramie? No dobrze,
ale ja już nie patrzę na to,
że autorytet
koresponduje z tym, co wrzucę na Instagram.
To jest historia, nie wiem,
jest mu powiedzmy, że zakładamy, że moją idolką jest Kardaśianka.
Łatwo sobie to wyobrazić.
Sprawdzam jej wywiad z Lettermanem,
bo była w programie Lettermana
Kardaśianka.
Na pewno wydała jakąś biografię
każda inna celebrytka.
Czytam tę biografię i nie czytam
o tym, jak zmienia pompersy,
tylko szukam historii,
szukam prawdy albo szukam błędów,
które wiem, że na przykład mogę powielić
podążając jej drogą.
Jeżeli stajesz się popularną osobą,
z Kardaśianki da się wyciągnąć bardzo dużo błędów.
No tak, tylko trzeba
wiedzieć, że to są błędy
i trzeba mieć odniesienie do tego.
A możesz mieć odniesienie
wtedy, kiedy A
jesteś wyedukowany, czyli czytasz coś więcej
niż Kardaśiankę, oglądasz coś więcej
niż Kardaśiankę, masz jakieś porównanie
i masz jakiś zestaw wartości.
No dobrze, ale czy ty mając autorytet
tylko i wyłącznie skupiałeś się życie dookoła niego?
Nie, ja miałam bardzo wielu.
Wiesz co?
To polega na tym,

że
autorytety są ci potrzebne
po to, żeby wiedzieć, do czego dążysz
albo czego nie chcesz.
Albo czego nie chcesz.
Albo pomagają ci też ustawić
priorytety twoich wartości.
Tego, co jest istotne dla ciebie, co jest dla ciebie ważne.
Proszę cię, naprawdę? Jak ktoś chce grać
jak Kurt Cobain, to nie musi brać heroiny.
No...
Ale to nie musi być
takie zerojedynkowe.
Nie?
Jeżeli moim autorytetem
podała Kardaśiankę, przepraszam cię.
Ugochamy Tuaella Fidre, ale to nie obetne
sobie nóg od kolan, tylko dlatego,
żeby być tak jak ona.
Ty facetów?
Nie podobałaś?
Do rzeczy.
Autorytety są ludziom potrzebne, są niezbędne.
One też bardzo ładnie
pomagają się stawiać ludzi
takimi, jak chcemy się stawiać.
Bo pokazują, jak to robić, bo pokazują tę drogę.
Problem z dzisiejszymi czasami
polega na tym, że te autorytety
się rozmyły. Po pierwsze, jest ich
strasznie dużo, a po drugie są oparte
właśnie... Czekaj, czekaj, jest ich
strasznie dużo? Tak, jest jej więcej,
niż kiedykolwiek zdaniem.
Ja mówię o tym wszystkim, co się dzieje na Instagramach.
Ja mówię o tym wszystkim, co się dzieje w mediach społecznościowych.
O tym mówi o tym wszystkim
ilu jest osób, ile jest osób,
które są obserwowane.
Które są, w których
biorą przykład młodzi ludzie.
Ale autoryteta może być dziadek.
Może być wujek.

Może być brat, taty.
Pokaż przeciętnego nastolatka czy
dwudziestolatka, dla którego autorytetem
jest dziadek wujek, a nie kto z internetu.
Wydaje mi się, że masa z takich
chłopaków dziewczyn, które mogą...
Ja mam nadzieję, że jest takich masa, ale
jednak myślę, że
te idole internetowi,
szczególnie dla tych ludzi, którzy
wychowali się, urodzili się, nie znają
świata bez mediów społecznościowych, bez Instagramów
itd. itd.
To prędzej tam będą mieli swoje
autorytety, nie uważasz?
Zastanawia mnie, na ile nie jesteśmy
nasączeni tą warszawską
bańką
i patrzymy na to z tej perspektywy.
Bo
jeżeli widzisz fajnego gościa,
którego wszyscy lubią w miejscowości, w której
mieszkasz, jest przyzwoitym, fajnym człowiekiem,
pomaga ludziom,
to zastanawia mnie to, że jak jesteś
fajnym dzieciakiem, czy nie możesz
sobie pomyśleć o tym, że to jest bardzo
dobry człowiek i wzór naśladowania.
Wiesz co,
ja bym też nie demonizowała tych
Instagramów, dlatego że
jest taka teoria, z którą
się zgadzam, że Instagramy
pomagają też
aspirować
i osiągnąć pewne cele,
które chce się osiągać.
Jest taka teoria dosyć ryzykowna,
że to młode kobiety,
które
właśnie aspirują poprzez
media społecznościowe do swoich
ideolek,

chcą czegoś lepszego, lepszego życia
wyjeżdżają do dużych miast, edukują
się kształcą,
więc synki ma dwa końce.
To może nie jest takie złe.
Wiesz, my często sobie rozmawiamy
o dzisiejszych czasach, jakie są, co się
zmieniło i tak dalej
i ja uważam,
że to jak się zmienił świat, to
co zrobiły z nim technologie, co
zrobiły z nich media społecznościowe
jest fajne.
Tylko trzeba do tego dojrzeć.
Ale na przykład jak patrzysz na to, co
zrobiły korporacje z dziennikarstwem.
No, to żeś mi nad tym
ten napis.
A to pierwszy dopiero?
A to pierwszy. Ja pamiętam taką sytuację,
kiedy zaczynałam pracę w radio
i właściciel tego radia
wszedł do mnie
do mojego gabineciku dyrektorskiego,
bo ja tam była mi prezenterką i dyrektorką
i powiedział, pani mi tutaj, powie
w Newsach, że moja firma tam weszła
na spółkę, do nagięte.
Ja mówię, nie no, panie prezesie w ogóle,
ani to jest dla najszyj informacje, w ogóle nie,
w ogóle absolutnie nie.
I on poszedł prosto do News Roomu
i ja mu za
przebiegłam
i po prostu swoim własnym ciałem powiedziałam,
ja albo pan
z tym Newsem, nie tam. Przyjęłaś kule.
Przyjęłam kule.
To były takie czasy,
kiedy dla mnie to było
obrona tej etyki dziennikarskiej
była absolutnie nadrzędna.
Dzisiaj bym to zrobiła sama.

Bez prośby prezesa,
zrobiłabym z tego Newsa, grzałabym
z tym cały dzień pewnie na antenie, no bo
dobro korporacyjne jest przede wszystkim.
Ja pamiętam, jak się pojawiały pierwsze relacje
z tak zwanych ramówek telewizyjnych
i podawano je w serwisach informacyjnych.
To było na początku takie jak to, jak to w ogóle
w serwisie informacyjnym mówimy o tym, że tam ha, ha, ha
gwiazdy teraz na bramówkę wiosenną
wychodzą tu taki program, a tu tak dzisiaj
jest to normalne.
To się bardzo zmieniło
od czasu, kiedy ja się zaczęłam
zajmować dziennikarstwem.
No i niestety zmieniło się
po pierwsze, pod
tak zwaną klikalność, albo tak zwaną
oglądalność, czyli pod pieniądź,
czyli tak naprawdę z zamiana
tego oglądającego czy słuchacza
na pieniądź,
na po drugie, potem jeszcze doszło
do tego polityka.
No też Fox chyba zaczął od tego,
tak mi się wydaje, że patrząc
na świat, oni byli jedną z pierwszych
telewizji, która tak mocno zaangażowała się
w politykę.
Ja pamiętam te czasy, kiedy znam dzisiejszych
dziennikarzy, tych, którzy są dzisiaj
tym pokoleniem
50-latków.
I pamiętam, że ja ich jeszcze pamiętam z czasów,
kiedy ja nie wiedziałam, jakie oni mają poglądy.
Dzisiaj już wiem.
Ale jeszcze pamiętam te czasy, kiedy patrzyłam
na nich w telewizji i byli dla mnie jeszcze
przeźro czyści.
A dzisiaj tego nie ma. No dobrze, a jak patrzysz
na to, jak się to wszystko zmieniało
i jak też dziennikarze
zostali gwiazdami,

to taki case

Kamila Durczoka jest dla ciebie zupełnie

zrozumiały, że

wydaje mi się, że

jest to taką popularność na takie duże

zaufanie publiczne, jakie on miał, czy chociażby

Tomasz Lisek, miał ten sondaż prezydencki

w tamtym okresie.

Czy to ich nie, czy to takiego dziennikarza

nie może zmieść z planszy jak każdego

innego celebryte, pomimo dużo większej

świadomości?

Wiesz co, taka popularność

musi zmienić.

To nie ma takiej siły,

żebyś to, że...

Ja pamiętam taki wywiad,

chyba z Markiem, Marek Czyszko

z Kamilem Durczokiem,

jak on mówił, że

miał takie poczucie, że jest Bogiem,

miał takie poczucie władzy,

miał takie poczucie, że posiada informacje

np. w dniu wyborów,

który ta informacja dopiero o 20

przekaze narodowi, a on już

wiedział, jakie będą wyniki sondażów

tych egzycy polowych.

I mówił o tym z autentycznym przekonaniem,

że był

pół Bogiem, albo praktycznie Bogiem,

ale władza zawsze demoralizuje,

albo taka popularność zawsze

demoralizuje, ona cię zawsze zmienia.

Nie ma siły, żeby nie zmieniła.

Nie ma takiej opcji.

Dzisiaj dziennikarze, którzy stają się

popularni, stają się

celebrytami i przechodzą na stronę

te, gdzie pokazują swoje życie

prywatne, pokazują, co gotują,

pokazują, jak biegają, jak się ubierają

itd.

To w jakiś sposób ich
zmienia i zmienia też kim
są i jaki uprawiają zawód.
Czy to jest złe? Nie wiem.
Taki świat wygląda, nie są już przeźroczyści,
nie skrywają się tylko i wyłącznie za tym,
co mówią. Kiedyś tak było.
Kiedyś dziennikarz, za moich czasów
dziennikarze w ogóle nie byli
celebrytami.
I to ci najpopularniejsi,
typu Marek Niedźwiecki czy Wojciech
Mar. To były wielkie gwiazdy,
radia, trójki wtedy, na które się wychowywałam.
Ale po pierwsze nie byli
rozpoznawali na ulicy, bo jeszcze wtedy nie było
w tej telewizji tak bardzo popularnych
i ich w tej telewizji nie było ani w internecie,
więc mogli sobie spokojnie sobie biegać
po ulicy, nikt nie wiedział, że to oni.
Dobrze, ale chyba też nie było
tak dużych kontraktów gwiazdorskich.
Nie.
Wydaje mi się, że wtedy byli dużo bliżej
ludzi, bo byli ludźmi.
Wiesz co, przede wszystkim wtedy robili
robotę, a robota dziennikarza,
wiesz na czym polega, na przekazywaniu
informacji,
na rozmawianiu, na dowiadywaniu się,
na przekazywaniu tego
niusa, na
szukaniu czegoś ciekawego, czegoś
co jest warte tego, żeby to podać
dalej. No dobrze, to oni ta
Werner dzisiaj tego nie robi, im powinno
tego, że ma kontrakt gwiazdorski, wydaje mi się, że nadal to robi.
Robi, ale dodaje do tego
trochę swojej prywatności, pokazując
to co robi, w jaki sposób
żyje. A może właśnie
dlatego staje się człowiekiem.
Dlatego mówię, że to niekoniecznie musi

być bezle, to jest inne.

Ale ta ja nie gram zerojedynkowo, po prostu utworzyłem dyskusję, której sam nie znam końca.

I to mnie zastanawiał, dlatego wydaje mi się, że poza popularnością ludzi zmieniają pieniądze.

Przecież te kontrakty są ulbrzymie.

No i? No i to wpływa na ich życie, wpływa nawet na perspektywę zaufania.

Jak oni patrzą na świat, jak oni odbierają świat, czym się otaczają, Wojciech Mann, czy pan Niedźwiecki, o którym powiedziałeś wcześniej, otaczali się ludźmi dookoła tych, których informowali tym wszystkim.

Wiesz co, ja parę razy byłem w swojej pracy świadkiem takiego procesu, kiedy pracowałam za sobą wchodzącą dopiero w przestrzeń publiczną.

Jak taka osoba wchodzi w przestrzeń publiczną, np. nie dostaję jakiś program w telewizji, nie zaczynamy się gwiazdą, to na początku jest taka, pełna pokory, pełna zachwyty, że uoo, jestem w telewizji, uoo, babcia mi będzie oglądała, jak fajnie, nie?

Wtedy jest zazwyczaj karna, obowiązkowa, trochę taka zalekniona, co to będzie, jak się zachować i taka trochę nieporadna w tym nowym świecie show biznesu.

Po czym zaczyna pracować tej telewizji, zaczyna być rozpoznawalna, wiesz, znajomi, wszyscy, że tam w ogóle fajnie oglądam, mnie tam na Facebooku przybywa na Instagramie, przybywa

followersów, prawda, itd.
Jest tak miło,
wysyłają ci ciuchy, prezenty,
dają ci rozmaite rzeczy za darmo,
zapraszają cię
do programów, zadają ci pytania,
gdzie interesuje to ludzi,
np. nie wiem, co jesz, a w ogóle jak żyjesz,
a w ogóle jak spędzasz dzień, nie?
Nagle okazuje się, że wszyscy interesują się tym,
co ja robię w ogóle i takim,
jakim byłam dzieckiem, prawda, czy grałam
w gumę, czy grałam w piłkę,
no, w pewnym momencie
i też pamiętam
jak takie osoby, z którymi pracowałam,
kiedyś brały
jakieś serwisy plotkarskie
i czytały komentarze
na swój temat.
Umówmy się, w Polsce nie ma dobrych komentarzy,
rzadko są dobre
komentarze na takich serwisach
plotkarskich, zazwyczaj są zjadliwe,
niefajne, niemile
i pamiętam
i teraz patrz pod tytułem
powiedzmianęciu, dlaczego ludzie tak piszą,
dlaczego tak robią, wiesz, no bo
mają kompleksę, bo są nieszczęśliwi.
Wdziałeś kiedyś szczęśliwego człowieka
zadowolonego, pełnego
dobrego życia, który hejteruje
w internecie,
który pisze o jakiejś osobie,
który nie zna, nie zobaczył, mało tego.
Gdyby zobaczył na ulicy
taką gwiazdę, to było
a tu w internecie
i tam świat się złączy.
Ale potem następuje pewnego rodzaju zmiana,
która jest zmianą też na poziomie
funkcjonowania

muzyku, nie?

Że tu dostajesz torebki
w prezencie, tu ciuchy od projektantów,
to ci zapraszają na taki bal, na taki
event, stajesz na tych, widziałeś kiedyś ściankę z bliska?

Raz.

I jak było? Nie mam pojęcia,
bo przeszedłem, bo byłem na premierze filmu,
przeszedłem bokiem i
trafiłem do sali, naprawdę nie wiem.

Nie wiesz, jak to wygląda?

Serio, serio, bo widziałem to na żywo,
widziałem to przez 6-7 sekund,
bo to był szybki krok
i tyle tego widziałem.

Ścianka zazwyczaj wygląda tak,
widzimy efekt

w ścianki w postaci zdjęcia,
albo ewentualnie takiej sekwencji zdjęcia,
albo takiego krótkiego filmiku.

Ale ścianka zazwyczaj wygląda tak,
że wchodzi sobie jakaś gwiazda,
reszta stoi w kolejce
i cierpliwie czeka,
ustawiana przez ludzi, którzy pilnują
takie tłum, po to reporterów mówi
lewo, lewo, prawo, prawo, do mnie, do mnie,
na dół, na dół. I to trwa.

To nie jest wejście

zrobienie sobie zdjęcia i to trwa.

To jest cała impreza.

Więc chodzi

sobie taka gwiazda na ścianki

i w pewnym momencie

zaczyna zauważać,

że świat zupełnie inaczej wygląda.

Ludzie dookoła tych gwiazd

zawsze mówią jej komplementy i są mieli, bo
chcą być w jej otoczeniu.

Nikt się nie sprzeciwia,

nie mówi, jak ty się zachowujesz, bo

nie chce wypaść z łaski.

Robi się taki dwór,

robi się taki pałacek.
Ludzie się przyjaźnią. Ja strasznie współczuję
z ładnym ludziom jeszcze go,
że nigdy nie mają
pewności, czy ktoś się przyjaźni
z nimi, dlatego że oni są fajni,
czy dlatego, że są znani.
Zawiesił się.
Dobrze.
Popularność też pociąga samotno.
I w pewnym momencie
taka gwiazda się budzi, patrzy w lewo,
jest niedziela, patrzy w prawo,
jest niedziela, patrzy w górę,
jest niedziela, świat jest inny.
Świat jest zupełnie inny, już jest
zakrzywiona rzeczywistość, już
zupełnie inaczej to wygląda.
I to się niestety zmienia.
I ci, którzy spali
z tego wysokiego
konia i zaliczyli bolesny
bo to troszeczkę zmienia,
ci optykę, to troszeczkę
cię deprawuje.
To troszeczkę myślenie o sobie w kategorii
boga czy półboga.
Nigdy się dobrze nie kończy.
Tym samym popularność przyciąga samotność,
bo to, co powiedziała i że nigdy
nie wiesz, czy ktoś jest z tobą, dlatego
że ty opowiadasz naprawdę dobre żarty
i potrafisz świetnie przytulić,
czy dlatego, że jesteś popularny.
Mówiła się o tym, że samotność jest
przyczyną dzisiejszych czasów
i skraca życie.
Dlaczego?
Bo
takie są badania, że
samotność jest przyczyną
przedwczesnej śmierci.
Alienacja

społeczna powoduje depresję.
To nam bardzo
pogłębiła
pandemia. Ten wskaźnik
depresji postpandemicznych,
albo postpandemicznego, tak zwanego PTSD,
Syndromeu Stresu Połurazowego.
W niektórych
doniesieniach mówi się
sięga 80% ludzkości, czyli
jesteśmy
stramatyizowani tą pandemią.
A szczególnie dotyczy to młodych ludzi,
bo
dla nich, dwa lata pandemii, lockdownów
i tej nauki zdalnej dla młodych ludzi,
to kawał życia,
tego nie znają, nie znali.
Dlatego samotność jest takim
zagrożeniem. Samotność, która
jest w takim wielkim hałasie,
w rzasku
mediów społecznościowych,
platform streamingowych,
życia, jakie
znamy, tych wszystkich boćców,
które do nas dochodzą.
I tym bardziej
ona straszy nas w środku
w sobie samych kurczy.
Co możemy odnaleźć w samotności,
czego nie odnajdziemy dookoła ludzi?
Ty jesteś samotnikiem,
to mi powiedz.
Nie jestem samotnikiem.
Jest masa ludzi dookoła mnie,
tylko, że
rzadko znajduję czas, żeby być z nimi fizycznie.
Często rozmawiam
z nimi przez telefon i dbam o to
przez narzędzia,
które stworzył XXI wiek.
Pytanie, czy to jest definicja

samotności?

To ostatnie nas było w kinie.

Na Jonem Weekum.

Niedawno.

Z 3-2 miesiąca temu.

Byłeś na koncercie.

Wczoraj miałem zapraszanie do Pauliny Przybysz

i z tego miejsca przepraszam, że nie mogłem przyjść

i idę w poniedziałek na koncert Ani Wyszkonii

i na pewno przyjdę, obiecuję.

To jest pewne.

Ok.

Coś jeszcze? Jakie są pytania?

Wiesz, ta samotność

dzisiejszych ludzi

młodych,

którym zabrano 3 paki

i którym zabrano podwórka,

ale wręczono komórki.

I ja wiem, że te komórki

to są dzisiejsze, to są 3 paki,

że tam jest czas na interakcję z ludźmi,

tam jest miejsce do komunikowania się,

do namawiania się,

do zjeżdżania się,

do budowania relacji, do grywalizacji,

do uczenia się tych hierarchii ludzkiej.

Tam się wszystko dzieje.

Tylko z bliskością

jest gorzej.

Nie, ale ta pytanie było,

czego samotność uczy, czego nie nauczy towarzystwo ludzi.

Czy jest coś takiego, czego samotność

uczy dużo lepiej niż ludzie?

Nie, nie za odpowiedź na to pytanie.

Ty znasz?

Nie.

To jest dużo wygodniejsza pozycja.

Nie wiem, wiesz, to zależy

co się w tej samotności robi.

Jeżeli samotność służy ci do czytania

książek, super. Jeżeli samotność służy ci

do oglądania

wartościowych rzeczy, to okej.
Ale jeżeli samotność służy ci do
siedzenia w samotności
i zastanawiania się dlaczego jestem
samotny i co jest nie tak z tym światem
albo ze mną, to już nie okej.
No właśnie.
Bo to są już różne perspektywy tego
wszystkiego, no bo nawet jeżeli chciałabyś
interpretować moje życie pod samotność,
no okej, masę czytam,
masę oglądam rzeczy, które chcę oglądać,
ale jednak ja najbardziej
z tego wszystkiego lubię konsumpcję tej wiedzy,
czyli podzielenie się z tobą, jak rozmawia z tobą,
rozmawiam o tym, co oglądałem, bo nie czytałem.
To jest najprzyjemniejszy efekt.
Nie wtedy, kiedy go słucham,
ale gdybym nie miał tego czasu
sam dla siebie,
to bym tego nie przeczytał.
No
wiesz, co jest jeszcze istotne
w tej przeciwdziału
nią samotności, że
rozmawianie
w ogóle z ludźmi,
posiadanie człowieka, któremu się możemy
zверить albo mu powiedzieć o sobie,
to jest antydepresant,
bo
to, co się robi
na terapii,
wierzenie, którzy ludzie chodzą na terapię
i to jest dobre.
To jest najlepsze, to jest doskonałe
wielu mojej gości
przeżyło terapię i zmieniło swoje życie.
No i co ty na ten temat sądzisz, na temat terapii?
No uważam, że
dzisiaj jest traktowane jako
ulepszenie samego siebie, że już nie kojarzy się
z ludźmi chorymi, tylko z ludźmi,

którzy chcą dowiedzieć się o sobie czegoś,
czego nie są w stanie zobaczyć patrząc w lustro.
A podstawową
wartością terapii, wiesz co?
W ogóle mówienie o tym, jak ja się czuję,
w ogóle definiowanie tego, jak ja się czuję,
co mi w ogóle jest,
zaglądanie w swoje emocje,
zaglądanie w swoje...
Ludzie nie ma pojęcia
w jakie przechodzi
stany,
nazywając pewne stany, nie wiem, zakochanie,
miłością, nienawiścią, albo zmęczeniem itd.
Na samo zmęczenie zobacz, ile może mieć stanów.
Jak wczoraj byłbyś
zmęczony, to co zrobiłeś? Poszedłeś, nas
głoszę.
To prawda.
Nie, ale jest takie zmęczenie,
że nie chcesz się myśleć, a nie nic,
a jest takie zmęczenie, że nie chcesz się
myśleć, ale możesz sobie pobiegać, a jest takie
zmęczenie, że pobiegać to nie pobeigas, ale na przykład
coś pogładasz, to super. A jest takie
zmęczenie, które przychodzi, jak z
zatutknięciem czarodzińskiej ruszki, jak się spotykasz
ze znajomymi, nagle dostajesz drugiego biegu.
I to wszystko jest zmęczenie.
A ludzie nie potrafią nazywać swoich emocji.
Jak spotykam się ze znajomymi, to dostaję
wstecznego.
Ale nie jesteś samotnikiem.
Niu-niu-niu-niu-niu!
No, jasne, że nie.
No jasne, że nie.
Ludzie potrafią dbać o przyjaźnie?
Nie bardzo.
Nie bardzo, bo tak.
Po pierwsze, my żyjemy naprawdę w
wyjątkowych czasach. Świat się zmienia
w takim tempie. Każde czasy były wyjątkowe.
Powiedz mi, które czasy nie były wyjątkowe.

Kiedy ludzie nie robili czegoś pierwszy raz?
Te czasy są wyjątkowo, bo się tak
wyjątkowo szybko zmieniają.
No to możemy pogadać o każdej
czasach, że się wyjątkowo szybko zmieniały
w perspektywie życia.
Dobra, no to dam ci przykład na, na przykład
na modzie. Kiedyś moda trwała 100 lat.
Masz kanon w modzie tam, 100 lat.
Potem tam 10-lecia były.
A teraz moda zmienia się
w godni. Bo jakaś
tranceterka,
influencerka włoży jakieś buty,
druga poza zdrości butów. Widziałam takich
artyków na portalu pobiedna.
Poza zdrościła butów, której poza zdrości
patanta butów i teraz wszyscy chcą mieć takie buty.
Na przykład, nie? Kiedyś moda
epoka w modzie trwała 100 lat.
Epoka w muzyce trwała 100 lat.
Kiedyś książki nawet
jak, ja zaczę, jak czytałam
te książki, to były rzeczy, które się
wydawało i kupowało, jakby na życie.
Ale przez to też chyba, że było ich mniej.
Dzisiaj konsumpcjonizm jest inny.
No właśnie.
Ale też technologii zmieniają świat w sposób
tak szybki,
jak nigdy w życiu.
Ale, Tarek, jak wymyślono
żarówkę,
to też świat się zmienił. Jak wymyślono koło,
też świat się zmienił.
No tak, tylko, że dzisiaj
to, co się stało przez ostatnie, nie wiem,
3 dekady w technologii,
przypominam, internet się pojawił.
Oni zauważyłem, a co?
Słuchaj, niektórzy animaturę
bez Google'a.
Naprawdę? No, słodajem.

Nie, nawet z Google'em, nie.
Więc widzisz,
to w jakiś sposób
zmienia się dzisiaj świat.
Szybkość tego, jak się pojawiają nowe rzeczy
i trzeba zaadoptować te nowe rzeczy
i to, ile my
bodźców dzisiaj przejmujemy
przez skrolowanie swojego własnego telefonu.
Niektórzy po 4 godziny dziennie.
Takie są
statystyki, że
przeciętny użytkownik telefonu 4 godziny dziennie
coś tam gapi się w ten telefonik.
A niektórzy więcej, a niektórzy wyrabiają po 8 godzin.
Więc
już sama ilość tych informacji,
ilość tych bodźców, których nie jesteśmy
w stanie przetworzyć,
sprawia, że jesteśmy mniej uważni,
mniej sfokusowani, sprawia,
że mamy trudności z słuchaniem ludzi.
Wiesz, że ludzie nie potrafią się słuchać.
Są tacy ludzie, którzy słuchają tylko po to,
żeby wylapać mowy moment,
kiedy mogą zacząć mówić o sobie.
A Ty na tym
robisz karierę, że akurat umiesz.
Słuchać? Tak.
To czym jest przyjaźń?
Przyjaźń jest dla mnie
świadomością istnienia drugiego człowieka.
Możliwością bliskości.
Co to znaczy możliwość bliskości?
Że
możemy pogadać, że musimy się spotkać,
że możemy
pospędzać razem. Zobacz, kiedyś się mówiło,
że tam zjeżdżesz, beczkę solniesz, poznajesz
prawdziwych przyjaciół, poznajesz się w biedzie,
że jak ktoś ci tam przyjedzie,
prawda, w rurę,
jak pęknie w środku nocy itd.

Dzisiaj przed ludźmi
nie stoją takie wyzwania,
bo kiedyś w społecznościach,
które były
niewielkomiasteczkie,
jakby ptaka pomoc sąsiadka,
dobro sąsiadka była bardzo istotna
w prowincjach nawsi, to w zalszym ciągu jest
istotne, prawdziwy, żeby człowiek.
Dzisiaj
od rury masz hydraulika,
od samochodu masz mechanika itd.
Jesteśmy w stanie sobie poradzić.
Ale
bliskość, żeby z kimś się
i porozmawiać, i pogadać,
i popatrzeć mu w oczy i ktoś ci powie
jestem tu z tobą, jestem tu dla Ciebie,
wszystko będzie dobrze.
Nie martw się, fajny jesteś,
fajna jesteś.
Ty go nie kupisz, znaczy kupisz.
Wszystko można kupić,
przytulasy można kupić, chyba w Chinach jest taka usługa,
czy w Japonii, takie
zapodowe przytulazki.
Znaczy są jeszcze nawet,
to może być tylko i właśnie gra wstępna,
takie rzeczy też się da kupić.
Tak, takie rzeczy to,
ale to od zarania dziejów się dało takie rzeczy kupować,
naprawdę, to było, jest
i pewnie będzie.
I przyjaźń jest też to,
że ja mogę na kogoś liczyć, ale
koniecznie, że mi w środku nocy
wymieni jakąś rurę, tylko
że ja wiem, że on jest
i, że mi zna
i akceptuje mi to wszystko.
A ludzie nie wymagają za dużo od przyjaźni?
Czego za dużo?
Ty słuchałaś mojego podcastu

z Akopem, którego znasz też.

Tak.

Akopo przyjaźni mówił, że bym
to wynosił tam, gdzie się w największy góry
świata i mówił, że to jest
przyjaciół, który tam z nim wejdzie
i w ogóle wdźwignie tam mu żonę
i całą rodzinę, jak będzie potrzeba,
że przyjaciel musi
musi być właśnie od tego.

Wiesz, to może i tak,
tylko, że ja nie przypominał
sobie sytuacji, w których
na przykład moi przyjaciele musieli by coś
przenosić dla mnie.

Ja sobie zasadniczo radzę.

Wiesz, jaki jest mój warunek przyjaźni.
Żeby się nie spóźnia. Dlatego ja w ogóle nie przychodzę.
Żeby byli, żeby byli punktualnie.

Dla mnie obecność ludzi jest
przyjaźni. Uż to, że mogę na nich liczyć
to może się z nimi pośmiać.

To, że się dobrze czuje w ich towarzystwie.

Ale przyjaciel ma zmieniać twoje życie,
przyjaciel macie
pocieszać. Czy przyjaciel
ma być wtedy,

kiedy ty
stydzisz się o to poprosić. Wiem, że tam jest
w tych siedmiu radach jest to, żeby prosić o pomoc.
Ale jeżeli nie prosisz o pomoc, to przyjaciel
ma być tym, który wyciągnie do Ciebie rękę,
wiesz, że na przykład masz ten deficyt, że nie potrafisz?

Też.

Wiesz, ja powiem coś teraz bardzo
niepopularnego.

I bardzo kontrowersyjnego.

Ale

ja uważam, że
jedno z największych
wartości w naszych życiu,
jedną z nich wartości wnoszą ludzie.

Rodziny się nie wybiera. Nie wybierasz sobie tego,

w jaki rodzinie się urodziłeś
ale możesz sobie wybrać
znajomych. Czy możesz sobie wybrać
przyjaciół. I to, jaki sobie wybierasz
przyjaciół,
to jest najpoważniejsza inwestycja
twojego życia.
Najważniejszą inwestycją mojego twojego życia
uważam jest dobry partner życiowy.
Czy partnerka.
Bo to jest człowiek, którym żyjesz, na co dzień.
Na co dzień na Ciebie wpływa.
Który albo
sprawia, że się czujesz
mądrzejszy, fajniejszy, lepszy,
że się możesz wygadać,
że jesteś sobą prawdziwym
i że ktoś cię akceptuje
i czujesz się w tej akceptacji
dobrze i bezpiecznie.
Albo możesz mieć partnera, który
cały czas oczekuje zmiany.
Albo żeby było inaczej.
Albo żeby było coś takiego, co mi się podoba.
A to by nie do końca się podoba. I ty żyjesz
w ciągłym poczuciu, że jesteś
niezbyt dobry, niezbyt fajny,
niezbyt jakiś tam.
I teraz pytanie, co ci to robi
takie poczucie.
Niekompletności, niedoskonałości,
niepewności.
A ludzie żyją w takich związkach.
Może dlatego też, że
moje pokolenie
jest takim pierwszym graciej,
które ma bardzo duży dostęp
do wszystkich książek świata.
Ogląda kotki w internecie.
Bardzo dobrze znasz moje pokolenie.
Pozdrófmę Karolina, bo widzę, że ona musi
oglądać koty, bo wiesz, że ja nie oglądam
raczej kotów w internecie.

Ty pieski oglądasz.
I króliczki, ostatnio wysłałem ci
takiego fajnego, który ja tu truskawki.
To człowiek,
to jakich człowiek
ma przyjaciół, mówi dużo o nim?
Wiesz co, i mówi o nim i
jesteś sumą ludzi,
którzy cię otaczają.
Ja w to bardzo wierzę, bo my bardzo chcemy
mieć takie
przekonanie, że jesteśmy autonomiczni,
że decydujemy o sobie, że mamy zdanie
odrębne na jakiś temat, ale tak naprawdę
jesteśmy zlepkiem ludzi, którzy nas
otaczają w takiej najbliższej
w bliskości.
Przejmujemy ich poglądy,
przejmujemy ich gusta,
przejmujemy ich sposób mówienia,
przejmujemy ich sposób zachowywania
się w tych takich plemiennych,
a ludzie lubią podobnych do siebie,
ludzie się przyciągają
trochę na zasadzie podobień z nim.
I ten Facebook wracamy.
I to, w jaki sposób, jakimi ludźmi
jesteśmy otoczeni, ma na nas bardzo duży wpływ.
No bo mam wpływ na to, czy ktoś cię
będzie ciągnął na nie wiem, koncert
discopolocny, nie wiem, koncert do klubu
jazzowego.
Tu będziesz chciał spędzić wieczór
ze swoim znajomem, i tu będziesz chciał
spędzić wieczór ze swoim znajomem,
ale to będzie trochę inny wieczór.
Albo to na przykład czy twoi znajomi
czytają książki, i na przykład czy
polecacie. Sam mówiłeś i mówiliśmy
o tym o Bydwoje dzisiaj, że wielką przyjemnością
jest uczenie się czegoś, słuchanie czegoś
i przykazywanie tego dalej.
Jak masz z kim pogadać,

to to jest fajne, a jak masz partnera
na przykład czego kompletnie nic interesuje.

I nie interesuje, co ty czytasz,
co ty oglądasz, czym ty żyjesz i tak dalej.

To o to jesteś
uboszszy.

I tego nie masz w związku.

Ja nie mówię, że każdy związek
ma polegać na tym, że ludzie ze sobą,
czyta książka, a potem rozmawiamy
w dyskusyjnych lub filmowych. Nie.

Ale to są takie rzeczy,
które jeżeli masz
od partnera, jeżeli masz taką akceptację,
jeżeli masz inspirację, masz wsparcie,
to to ci

stanowi o jakości życia
i twojego dobrostanu
również fizycznego.

A dlaczego nie zostałeś nigdy terapeutą?

Bo trzeba strasznie dużo
się umrzeć.

Myślałam o tym.

Myślałam o tym, kiedyś,
żeby zostać terapeutą,
ale obawiam się, że
trzymanie języka z ademami
i nedoradzanie ludziom
tylko i wyłącznie prowadzenie procesów
terapeutycznych mogłoby mnie przerosnąć.

Ale uważasz, że twoja praca może być
traktowana jako terapia dla wielu
twoich klientów?

Tak, jeżeli mówimy
o terapii, która jest
pewnego rodzaju procesem zmiany,
procesem uczenia się innych
rzeczy,

co ma wpływ na zachowania.

Jak na przykład
jak pracuje z ludźmi,
których uczę wystąpiń publicznych,
albo uczę komunikacji,

jak oni zaczają się lepiej komunikować,
lepiej w tym czuć, lepiej sami oceniać,
to rośnie ich pewność siebie,
to rośnie też sprawczość,
decyzyjność, dobre samopoczucie.
Pod tym względem ta zmiana
jest terapeutyczna,
ale jeżeli przychodzi ktoś z lękami
z zaburzeniami,
nie, to nie,
to do terapeuty.
Ok, teraz dłuższy cytat
z twojej wypowiedzi.
Pamiętam jak całkiem niedawno eksperci
od psychologii i socjologii grzmieli.
Media społecznościowe niszczą relacje
międzyludzkie. Są substytutem,
który nigdy nie zastąpi kontaktu
z drugim człowiekiem.
Mieli rację? Tak.
I nie.
Media społecznościowe to tylko narzędzie.
Jak młotek, na przykład. Można komuś
młotkiem wybić kolano,
a za pomocą młotka można zrobić kredens
do dużego pokoju. To jak powinniśmy
z tego korzystać?
Skąd ty to wziąć?
No, widzisz,
jak wszystko we współczesnym świecie,
które się zmienia i ewoluuje,
albo można atraktować pod tytułem
dopust boże i dlaczego tak się stało.
Albo, ok, to nauczymy się
teraz z tego korzystać.
I jest jasne, że
media społecznościowe powodują te
alienacje, depresje,
te niezdrowe wzorce
i te nefajne autorytety
niekoniecznie oparte na dobrych, prawdziwych
wartościach, które do czegoś
w życiu prowadzą. I to, że

dzisiejsze nastolatki, chyba nie wiem, 80% wielkie się takie benelnie widziałam, chcę być infueserem.

Nie mam pojęcia, ale Dawid posiadało w swoim podkaście z Radkiem Kotarskim świetnie to rozbroili.

Świetnie to rozbroili. Powiedzieli o tym, że to nic dziwnego,

bo kiedy oni byli

dziećmi, to Dawid chciał

zostać piosenkarzem, czy tam artystą.

Radek mógł sobie, nie wiem co

Radek powiedział, ale powiedzmy, że zostać aktorem. A dzisiaj tych wszystkich ludzi by się w życiu w kategorii influencer.

A kim ty chciałeś zostać, jak byłeś małym? Informatykiem.

To ci się nie udało.

Obsłużyłem tutaj dwie kamery.

Sprzęt całkiem nagrywający. Jesteśmy

tu sami. No dobrze, i nauczyłeś

nie przeklejać się do worda,

żeby była ta sama ściąka.

Właśnie. Kupuję to.

Więc z tymi influencerami,

wydaje mi się, że to jest uproszczenie,

żeby nie podzielić tego na wszystkie

kategorie, bo dzisiaj aktor,

żeby być dobrym aktorem w sieci

musi być influencerem, bo

przetłumaczmy słowo influencer.

Człowiek, który wpływa.

A aktor powinien wpływać.

Powinien.

W założeniu. A aktor powinien

aktorzyć. I przede wszystkim.

W mechanicznym myśleniu tak.

W szerokim poglądzie na to, jak spojrzysz,

że jeżeli aktor ma coś sprzedać,

to znaczy, że ma wpływ.

Na sprzedaż. Chociażby.

Bo to są teraz pomieszane dwie rzeczy.

Bo kiedyś aktor był do tego, żeby

świetnie grać, czy w filmie, czy w teatrze.

Ja pamiętam te
czasy, kiedy jeszcze
aktorze, pan Janusz Gajos.

Miałam i mówię, sobie pani będzie
tam pytała, w ogóle nie chcę, żadnego ja jestem
od grania i tak dalej, kiedy chciałam z nim
bardzo uporczywie zrobić wywiad, kiedy on
nie udzielał wywiadów za specjalną.

A aktor jest do grania, koniec kropka. Dziękuję
bardzo.

To dzisiaj dopiero,
jakby oprócz tego, że grają
aktorzy, to też mówią
sobie, co robią i tak dalej. To się zmieniło
w tej rzeczywistości.

Nie korzystają te możliwości.

Bo

jak sobie spojrzysz na to, to dzisiaj
najpopularniejszymi ludźmi,
mówimy w Polsce, bo nie mam takiej wiedzy
na świecie, nie są aktorzy.

Kiedyś byli dużym wyznacznikiem
popularności, aktorzy, artyści
już tam obieźmy całą grupę
docelową, to byli najwięksi
celebryci w kraju.

Widzisz, bo problem polega na tym, że
dzisiaj to, co się zmieniło,
to to, że ci
dole nie mają takich wyraźnych
umiejętności.

O kiedyś, żeby zostać osobą sławną,
albo trzeba mieć talent muzyczny i coś piewać,
albo talent sportowy i coś się
kopać w piłkę, albo pisarski,
albo muzyczny i na czymś
grać.

Jakiś talent, jaką umiejętność,
a dzisiaj ludzie są znani z tego,
że są znani. Co też jest
umiejętnością.

Bo nie każdy potrafi sobie zrobić

pół banieczki obserwujących
Instagramie, prawda?
Nie każdy, bo spidziałem na liczbę, że nie każdy
ma.
To też jest osobna umiejętność,
to też jest osobna wiedza.
A może podziwiają ich
ludzie, dlatego, że widzą, że
ja też mogę taki być, bo w sumie
on tu nic nie ma.
Trochę w tym jest, no wiesz,
ci współcześnie influencerzy bardzo
chcą być ludźmi, bardzo chcą być
jak inni ludzie
tak prawdziwi, tak pokazywać
to życie. Ale tacy chcą
być, czy tacy są?
Pracowałeś też z influencerami?
Wiesz co, mi się wydaje, że
dzisiaj nie da się zbudować takiego
internetowego wizerunku, takiego
influencerskiego, gdzie codziennie
przucasz jakieś storki, gdzie coś nagrywa,
gdzie się pokazujesz na całkowitej
fikcji. Były takie, wiemy
próby, bo stworzono takie
fałszywe, prawile, pamiętasz, był taki
dokument, który chyba też oglądaliśmy
razem, nie?
Ale wydaje mi się, że
dzisiaj trochę abstrakcją
jest tworzenie takiego, kompletnie
fikcyjnego wizerunku. Ludzie jednak to
zobaczą i wyczują, że to nie jest spójne,
że to nie jest prawdziwe, że to nie jest
do końca to, o co chodzi.
Bo za dużo się mówi, bo za dużo się
pokazuje i za dużo się odsłania.
No to ciekawe, bo zobacz,
więc wiesz, że jestem dokładnie taki,
jak jestem na podcastach.
Ty jesteś trochę bardziej grzeczny na podcastach,
nie mniej pyskujesz.

Dajesz mi dużo przestrzeni do pyskowania,
więc z niej korzystam. Znaczy, ja wiem,
brzoza się tu wkręciła, jestem ufieźiona.
Jak ty to zrobiłeś? A dobra, już.
Dzisiaj like ma znaczenie?
Ma znaczenie like i to nie jest dobre.
Dlatego, że ten like,
ta nagroda,
ten mechanizm, który wytwarza
strzał dopaminowy
jest potwornie
uzależniający.
I sam wiesz,
znasz takich ludzi,
którzy budują swoją
popularność
dla niej samej.
Kto ci, którzy
odpadają u ciebie.
Od tego zaczęły się nasz podcast.
No, nie tak.
Nie do końca, bo nie chcę
z nimi pracować, ale
dzisiaj ten przymus i to
pogoń za like'iem,
pogoń za dobrym wynikiem,
jak wpadnie roleczka, czy się ogląda,
czy nie ogląda, jak się nie obejrzę,
to zrobimy inną roleczkę. Tak,
popajacujmy. Tak i taki przypalik
pokażmy, żeby tylko były.
I wiesz,
to jest pewnego rodzaju też
uzależnienie.
To są dokładnie te same mechanizmy,
które powodują uzależnienia.
Czy media społecznościowe mogą być
uzależnieniem? To było twoje następne pytanie.
Tak, mogą być uzależnieniem. I bardzo często
są. I powiem ci tak,
ja nie znam w zasadzie osoby
publicznej, która
jest w mediach społecznościowych i jest

popularna, która nie jest uzależniona
od tych mediach społecznościowych.
Odciągłego sprawdzanie, jak jest.
Odciągłego, odciągłej chęci
jeszcze, czym to jeszcze zaskoczyć,
co by tutaj podjął. I dramatu,
kiedy się zdarzy coś takiego,
że te zasięgi spadają.
Albo w ogóle nie rosną, chociaż przez chwilę.
To jest takie...
Co ja robię źle? Co teraz?
Jak to? Nie masz wrażenia,
że to może być kolejna gałąź psychoterapii,
że terapeuci mogą kształcić
się w takim odniesieniu,
żeby tym ludziom
pomagać w momencie, w którym oni już
są i nawet inną wszystko się zgadza,
ale tłumaczyć tego,
że życie jest tak skonstruowane,
że lubi nowe.
Znaczą moim zdaniem, wiesz,
uzależnienie od tego rodzaju rzeczy
już w gabinetach terapeutycznych
jest grane od jakiegoś czasu.
Szczególnie
przez ludzi młodych,
którzy nie znają świata
bez mediów społecznościowych
i te media społecznościowe wartościują
im świat, pokazują, jaki ma być
albo żadnie do niego nie pasują.
Zajęcie kilka lat temu reportaż
młodych socjologów, który
czytałam o nim w Gazecie Wyborczej
i tam było
o pokoleniu przegrywów.
O nastolatkach,
które z definicji
chciały być przegrywami,
bo czuły się
niezbyt silne, żeby
udźwignąć ten przymus tego cudownego,

wspaniałego, instagramowego
świata, który dzisiaj ich otacza.
Ktoś mówi, ja nie chcę,
ja chcę być przegrywem.
Ja się nawet nie będę stara, bo ja wiem, że nie dam rady.
Tutaj chwila przerwy.
Jeżeli słuchasz teraz tego podcastu,
pamiętaj, by wcisnąć przycisk Obserwuj
bądź Subskrybuj. Zależności od tego,
na jakiej platformie słuchasz tego podcastu
będę bardzo, bardzo wdzięczny, miłego odsłuchu.
Uważasz, że dzieci powinny
mieć konta na Instagrama, Facebooka itd.?
Uważam, że nie da się
cofnąć czasów, w których
żyjemy i zmienić, ale uważam,
że
można tym...
Zakazaliśmy reklamowanie
papierosów czy alkoholu, więc
może i to potrafimy zatrzymać.
No i widzisz, i to jest kolejna rzecz.
Tak samo jak z używkami, które są
groźne dla zdrowia, a szczególnie
groźne dla młodych ludzi,
tutaj kluczem i do jednego i drugiego
jest słów na e.
Edukacją.
Potrzeba do tego edukacji, świadomości,
towarzyszenia dzieciakom w mediach
społecznościowych, towarzyszenia w ogóle
w wycieczkach po internecie, bo internet
jest niebezpieczny, tam jest wszystko.
Tam można o sobie wszystko przeczytać
albo wszystkiego się dowiedzieć.
Tam można wejść największą wzdurę,
największe kłamstwo, można je powielać
wielokrotnie i czasami być
bezkarnym.
Edukacja to jest klucz do szczęśliwego społeczeństwa.
To, o czym mówiłam
przez chwilę o krytyczne myślenie, zdolność
rozdzielania informacji

prawdziwych od nieprawdziwych.
A może stawianie ogólnie już teorii, że to
może być nieprawda,
bo jeżeli nie mamy tak dużej wiedzy,
żeby to zweryfikować,
więc ta teza już z samego
wejścia może być bezpieczną
dla nas. Co o tym sądzisz?
No bo jeżeli nie masz wiedzy o
jakieś fizyce kwantowej, a czy też
w tym artykuł?
Wiesz co, to jest też kwestia posiadania
sprawdzonych źródeł informacji.
Prawdziwi dziennikarze,
dobrze dziennikarze, wiedzą,
że Niusa się sprawdza z lewa
i z prawa w takich gazetach
i w takich gazetach. I się te gazety
jak wiemy, i te źródła informacji są dosyć mocno
podzielone. Z jednej sprawdza się tylko
z lewa, a z drugiej tylko z lewa.
Tak, więc dla mnie
jedną umiejętnością
też współczesnego świata i współczesnego
człowieka jest wydobór
takich źródeł informacji, gdzie możesz liczyć
na to, że tam będzie jakaś prawda.
Że tam będą informacje tylko i wyłącznie sprawdzone.
Albo umiejętność sprawdzania
takich informacji w kilku źródłach.
Ale to nie ma wrażenia, że kupujesz właśnie po to
politikę i po to kupujesz do rzeczy
żeby dowiedzieć się co jest pośrodku?
O tym właśnie mówię. O tym właśnie mówię
umiejętności czytania, umiejętności
przetwarzania i umiejętności korzystania
z rozmaitych źródeł i wyciągania z tego wniosków.
A to nie jest zbyt popularne
dzisiaj. Bo ludzie
konsumując takie ilości informacji,
takie ilości danych jakie konsumują
nie mają czasu na to fizycznie, żeby się
powiedzieć to prawda czy nieprawda.

Zobacz ile się pojawia w takich fake newsów,
jakichś memów albo to co ostatnio sztuczne inteligencja
wyprawia. Ja robię jakieś filmiki,
jakieś reklamy tworzy, jakieś nam opowieści
tworzy itd. Jak bez refleksyjnie
to wszystko przerzucasz,
to nie masz czasu się zastanawiać czy to jest
prawda czy nieprawda. Dlatego będzie więcej.
No dlatego moje podejście wydaje się całkiem
sensowne, że podchodzisz do tego i myślisz
sobie to nie musi być prawda.
Ale mogę to się tym zainteresować.

I

bo higiena tego jest dużo prostsza
niż tego, że
ok, przeczytałam taki artykuł
więc teraz poszukam
teorii, która może go obalić.
To zajmuje
czas. A mówimy teraz o przeciętnym
odbiorcu. A przed chwilą dyskutowaliśmy
o tym czy amotykonki będą w tytułach.
Może się tak zdarzyć.
I to jest właśnie robienie
z mediusporcznościowych
narzędzie. Ja pamiętam jak mi
zszokowało, jak parę lat temu zobaczyłam takie badania,
że mileń jalsi 80%
informacji o świecie czerpią
z Facebooka. I co ja sobie myślałam?
Łohohohoho.
Pamiętasz, że to moje pokolenie.
Więc jak będziesz pluła to ostrożnie.
Nie dosięgnę.
Ale, prawda też jest taka,
że jeżeli żyjesz szybko i
jeżeli nie masz czasu na to, żeby
sobie poczytać tygodniki opinii
w wydaniu papierowym,
to używasz tych mediów społecznościowych
i internetów w ogóle do tego,
żeby sobie wybierać informacje
z lewa, z prawa, ze środka itd.

Za środka to gdzie?

I pod tym względem media społecznościowe są bardzo fajnym narzędziem.

Bo możesz sobie je zaprogramować tak, żeby ci podawały informacje z tego źródła i z innego źródła i z jeszcze innego źródła.

I możesz je mieć po prostu

przerzucając

swoje konto na Facebook czy na Instagramie.

I pod tym względem są

użytecznym narzędziem.

Użytecznym narzędziem

jest wbrew pozorom też po to,

żeby podtrzymywać relacje międzyludzkie.

Bo jak sobie patrzysz, że

aaa, temu się dziecko urodziło, aaa, tutaj właśnie

sobie pojechał na wakacje, a

potem spotykasz kogoś takiego na uliczniku,

aaa, gratuluję, dzieciak ci się urodził,

nie tak to byś nie wiedział, bo nie ze wszystkimi mamy kontakt.

A to jednak trochę podtrzymuje

ten kontakt, on jest trochę pozorny oczywiście,

nie taki prawdziwy bliskości,

ale jednak wiemy, co się u naszych znajomych

dzieje.

Dawanie lajków czy komentowani

o, super fajnie, w ogóle jak miło

o, coś miłego ci się zdarzyło.

To też jest okazywanie

relacji we współczesnym świecie, wsparcia.

By pokazywania

jestem tu z tobą, ja ciebie widzę,

ja ciebie słyszę, ja wiem, co przeżywasz.

Albo

nie wiem, składanie kondolencji

z powodu odejścia kogoś

bliskiego. To jest jakaś

współczesna relacja

i nawiązywanie relacji. To nie zastąpi

tej prawdziwej relacji, prawdziwej bliskości.

Kiedy człowieka widzimy, słyszymy,

kiedy patrzymy mowoczy. Nie,

ale jest jej jakaś namiastka.

Tylko też trzeba z tego korzystać mądrze.

Ok, a kiedy kończy się to,

że my wykorzystujemy media społecznościowa,
kiedy one zaczynają wykorzystywać nas?

Wiesz, no, media społecznościowe

są tak skonstruowane, że

nam się wydaje, że to one nam służą,

a tak naprawdę my im służymy

podwójnie.

Ja myślę, że jest znowu słowa na edukacja,

a drugie słowa nasi

świadomość, tego, jak to działa,

z czym to się je, co to robi

nam. I rozsądków

w korzystaniu z tych media

społecznościowych, szczególnie jak się z młodym człowiekiem

bardzo podatnym na to,

i w jakiś sposób rzeczywistość, czy świat otaczający

się kształtuje. No bo my

nie płacimy za to fizycznie, bo

aplikacje są darmowe, ale płacimy

za to swoim czasem. Masz

takie przeczucie, że my zrozumiemy,

czym jest tak w rzeczywistości czas?

I teraz będziemy zadać

o filozofii, o czasie.

Nie, no, bo ludzie nie doceniają jednak

tej, tego, tego czasu

właśnie tego, że naprawdę

jak godzina przed telefonem jest bardzo dużo warta.

I jest ta kategoria,

którą mówię, to może poświęcenie 15 minut

dziennie czemuś, na ucieczkę

po roku robisz z Ciebie

no, jakiegoś tam fachowca.

I rzeczywiście

czas, który sprzedajemy przed telefonem

na skrołowaniu, na przeglądaniu

kompletnie bezproduktywnym

no, to, to, to jest

coś, co

zmienia świat i zmienia ludzi.

Poświęcenie

takiego samego czasu na uczenie się czegoś wartościowego, ten czas i tak upłynie. Więc to jest wybór człowieka, czego spędzi właśnie patrząc się, słuchając czegoś. To jest z takich na przykład, wiesz jedna z rzeczy, których uczę ludzi o tym, żeby wycisnąć ze swojego dnia trochę więcej. Dajemy taki przykład, że jak się wsiada do samochodu, to zazwyczaj ludzie, co pierwsze co robią, co co robią? Rozpalają radio. Dobra, przyjadam, to nie wsiadam do samochodu. Nie, wsiadam, ale nie prowadzę go. To zaczynają dzwonić. Naprawdę? Tak. Ludzie wsiadają do samochodu bardzo często i wtedy mają czas na to, żeby właśnie podzwonić to załatwi sprawy i tak dalej. I na przykład, jak jadą godzinę, to potrafią te godziny przegadać, ale załatwią te sprawy, które mają załatwi, nie wiem, 12 minut, a reszta tak, a już ze sobą jadę, sobie pogadam. Miałeś takiego znajomego, który jak jeździł, to do ciebie dzwonił. Zazwoniłaś już do niego? Nie, nie. I ale zrobię to. A tymczasem w trakcie tego dzwonienia i gadania, bo już siedzę w tym samochodzie, to sobie pogadam, można posłuchać wartościowego podcastu, można posłuchać sobie fajne książki, fajnego audiobooka, a ten czas i tak minie. I z jednej strony, wiesz, żyjemy coraz szybciej, bardziej intensywnie, a z drugiej strony pożerają nam rozmaite rzeczy, bardzo dużo czasu, takie bardzo bezproduktywne i takie bardzo bezsensowne. Ale takie rzeczy też są potrzebne w naszym życiu. Jeżeli mielibyśmy żyć przez 24 godziny

na dobę
tylko i wyłącznie produktywnie byśmy się zajęchali.
Nie no.
To też o tym mówiliśmy, że
potrzebny jest reset, potrzebne jest
coś w
czasami nieświadomy.
Co to znaczy nieświadomy?
To, że
nie patrzysz w kalendarz i musisz sobie tak
teraz
to powinienem odpocząć.
I myślisz sobie ok, to
odpocznę, chociaż mam ochotę poczytać
książkę, więc odpocznę, bo tak
jestem w kalendarzu. Czasami po prostu wydaje
mi się, że warto
znaleźć ten balans i dać się
popuchnąć w coś.
Wiesz co, ja znam
takich ludzi, sama do nich
należałam, którzy czytanie
w książki wpisywali sobie w kalendarz
po to, żeby sobie tam nie wpisać
pracy. A to praca.
No, trochę
praca, tylko jakby inna
i te prace też trzeba
rozplanować.
Ludzie też mają kłopot z odpoczywaniem.
Bo
odpoczywanie nam się kojarzy
z tym, że nie pracuje.
Ale tak, ja znam takie kobiety
mam taką koleżankę, która
po pracy przychodzi do domu i wszystko
sprząta, pierze gotuje itd.
To jest praca.
Trochę innego rodzaju praca, ale praca.
Zadaż pytanie
ludziom, co cię relaksuje?
Co spowoduje, że spada u ciebie napięcie?
Co powoduje, że czujesz się lepiej?

Czy czujesz się zreleksowany? Czujesz się wypoczęty?
Oprócz rzeczy oczywistych, że
na przykład sen. Albo, że
na przykład
oglądanie filmów.
To ludzie też niespecjalnie wiedzą
o tych, co rzeczywiście przynosi im
ukojenie, co rzeczywiście rozładowuje im
stres, co rzeczywiście powoduje, że nie się lepiej regenerują,
lepiej się czują. Mi to
np. robią ludzie.
Fajni ludzie, którzy mi się spotykam, którzy
są mi rozmawiam, którzy mi gadam, którym się śmieję.
Którzy przychodzą punktualnie.
Albo już się chodzą. I przychodzą.
Zaskoczyłaś mnie.
Dla mnie czas relaksu to jednak
jest wymarzone,
kiedy kładę się
i patrzę w sufit.
I to też jest super fajny relaks.
Bo to jest prawdziwy relaks. Ja nie bądź
wcuję się już kompletnie. Umiejętność
też wyłączania się na chwilę albo
zatrzymywania tych pędzących koni
w naszej głowie. Medytacja do tego służy.
To jest cudowny wynalazek.
Najlepszy wynalazek po to, żeby się szybko
zregenerować. Weź w stan
medytacji i zatrzymać ten pęd
myśli, popuścić
te wszystkie napięcia, które normalnie mamy
w sobie w głowie.
Ale umiejętność, zatrzymania się
i patrzenia się w sufit to jest
coś, co przynosi
największą kreatywność.
Nagle wyskakują ci pomysły z głowy, jak
popcorn od tego gapienia się w sufit. A dzieci z czego
są bardzo, bardzo są kreatywne, z nudy.
A gdzie najlepsze pomysły
ludziom przychodzą?
W pociągu, bo tam nie ma zasięgu i się siedzi

albo pod prysznicem, bo tam nie ma telefonu.
Bo tam spada
woda, jak już ustalili państwo
Chińczycy wszyscy.
Wszyscy? Wszyscy, wszyscy, wszyscy
brali badania w tych badaniach.
Nie masz czas tego zweryfikować,
więc mogę ci powiedzieć wszystko.
To woda wpływa na
kreatywność. Jak?
Podobno.
Nawet w tych największych biurach zainstalowano
fontanny i zmierzono to,
czy woda
w jakiś tam, jakikolwiek sposób
uspokaja nas jako ludzi.
A to Feng Shui chyba było, tak?
Nie mam pojęcia, bo ja akurat na tym
się nie znam, a ten artykuł czytałem dawno
i to było spowodowane tym,
że ten prysznic
jest rzeczywiście studnią kreatywności.
Jeśli tak twierdzisz, to
zostaje mi się zgodzić.
Pod prysznicem wymyśliłem kolejne pytanie.
Sprawdźmy, czy jest kreatywne.
Powiedziałeś o tym, że
dużo pracodawców
sprawdza media
społecznościowe pracowników.
I żeby to jest takie prawdziwe
prawdziwe portfolio tych ludzi, kim są,
bo to też tworzy się latami
i tak dalej, i tak dalej.
A nie uważasz, że to już jest przekroczenie
pewnej granicy, że zaglądasz komuś
gdzieś?
Gdzie to jest jego przestrzeń prywatna
a nie zawodowa?
To pytanie, czy to jest
przestrzeń prywatna, czy zawodowa?
Bo jeżeli ktoś ma otwarte konto na Instagramie
czy na Facebooku, czy gdzieś tam

i publikuje swoje zdjęcia
i pracodawca może mieć do tego dostęp,
ale pytanie, czy powinienem według tego go oceniać?
Wiesz co?
No chyba tak.
Chyba ma takie prawo, jeżeli to są informacje
publiczne, bo
teraz zobacz, jak budujesz
swój wizerunek w sieci
to
albo robisz to świadomie
celowo
i robisz to dobrze,
albo nie myślisz.
Bo wszystko, co publikujemy w sieci
na profilach otwartych albo do takich,
który dostęp ma więcej osób,
to już wiadomo, że można wtedy do takich informacji
dotrzeć.
To wszystko nas świadczy.
To jest konto na Instagramie,
którym bardzo
konkretnie
i rzeczowo budujesz
swoją pracę,
prawda?
Tam nie ma przypadków.
Tu mi się coś tam zimpreski, tam fajnego
puściła i tak dalej. Nie, tam jest konkretna,
a konkretne rzeczy, tam jest dowód na to.
Jakbyśmy zapytały, kiedy ostatni raz byłem na imprezie
to ma szalą. Wczoraj.
Nie.
No dobrze.
Jeżeli ludzie
publikują jakieś rzeczy
w sieci typu, nie wiem,
dzisiaj strasznie dużo jest
takich procesów ma taką klientkę, która
jest prawniczką, która, na przykład, mówi,
że w zasadzie nie ma procesu
dzisiaj w sądach, w prawie rodzinnym
albo w kwestiach prawa

związanych z sprawą pracy,
to jest bez udziału na przykład
w mediów społecznościowych, bez udziału
jakichś screenów, sms-ów, albo komunikatorów,
gdzieś tam zawsze, w rozwodach
wszystkich praktycznie.
Jeżeli ludzie publikują na swoich
profilach otwartych
rzeczy, które oglądają potem inni ludzie
i na tej podstawie
wydają osąd,
no to kto tu jest winien?
Ten, co wydaje osąd, my zawsze
wydajemy osąd. My przez cały czas
oceniaamy innych ludzi.
No stop, nawet nieświadomie,
niespecjalnie zdając sobie z tego
sprawy, jak widzimy ludzi, słuchamy, patrzymy
na nich, to my ich oceniamy. To jest
natura ludzka, tego się nie da przez kot.
Aneta, to są twoje słowa.
No więc oceniamy również po stereotypach.
Oceniamy również po stereotypach, oceniamy
po tym, co mamy w głowie, ale cały czas
oceniaamy innych ludzi i cały czas jesteśmy
oceniaalni przez innych ludzi. I teraz
albo możemy to robić dobrze i świadomie
w miarę sensownie, albo
zdać się na przypadek, albo ok,
mi to nie zależy.
Czyli płynąć z nurtem rzeki.
No nikt nie płynie z nurtem rzeki, wiesz, jak ja poszłam
ale ważna jest dla mnie autentyczność.
Ale co to jest autentyczność?
Nie ma czegoś takiego jak autentyczność.
Jak się ubierasz,
jak wkładasz, nie wiem, szary dres,
którym ci jest najwygodnie, ale
szarem to się nie pójdziesz na wesele, koleżanki.
Na przykład. No ty byś poszedł,
okej.
Czyli to nie jest
taka zupełna autentyczność.

Tylko jednak
jednak
dbamy o jakiś owizerunek,
strojem na przykład, to jak się
w jakiś sposób się ubieramy, to jak im mówimy językiem,
to jak się zachowujemy przy takich
ludziach, a jak się zachowujemy przy innych ludziach.
My się zmieniamy dla ludzi, my
kreujemy przez cały czas swój owizerunek.
No dobrze, powiedziałaś, że jest 7 sekund,
żeby zrobić pierwsze wrażenie. Dość krótko.
No. Co w te 7 sekund
możesz zrobić, żeby naprawdę
stworzyć całkiem niezłe pierwsze wrażenie?
Te 7 sekund
to jest ocena, która też trochę
nie jest zależna od ludzi, to znaczy
trochę ona jest taka z automatu. Ona troszeczkę
patrzysz na kogoś
pierwszy raz w życiu i za pomocą
takich bardzo zewnętrznych
cech, wyglądu, sygnałów
oceniasz innych ludzi, to jest fakt.
Tak się dzieje zawsze.
W takim świecie
natury, to jest ocena
taka na zasadzie fajny, nie fajny.
Dobry, niedobry, miły, nie miły.
W biznesie ta ocena
w tych 7 sekund to pierwsze wrażenie, to jest
kto kogo. Kto jest silniejszy.
To jest silniejszy, tak, nie?
Co można zrobić, żeby robić dobre
pierwsze wrażenie? Pierwsza podstawowa
sprawa to jest kontakt zrokowy.
Nie ma budowania relacji bez kontaktu
zrokowego. Nie ma budowania
dobrego pierwszego wrażenia
z rokiem w bitem gdzieś w podłogę
w sufit. Nie ma.
Ale sama mówiłaś też, że jeżeli ktoś patrzy się
dość obsesyjnie
w oczy, to najprawdopodobniej dlatego,

że kłamię i tylko chce wyłącznie utwierdzić
w tym, że tego nie robi.
Bo to jest taki mit, że jak ludzie
kłamią, to wzrokiem gdzieś tam
idzie. Nie, albo
gdzieś tam idzie, albo właśnie się patrzą
nie więcej w taki sposób. Tylko, że
wtedy to nie jest zbyt naturalne, ponieważ te oczy
są usztywnione. Jednak człowiek, jak się
normalnie patrzy, to trochę te oczy
brwili, trochę mu chodzą w tym kontakcie
wzrokowym, aktywnym, nie?
A takie patrzenie, tak, posprzątałam
dawciu pokój, oczywiście.
To nie da końca.
Ja posprzątam pokój.
Drugi bardzo ważny
sygnał pierwszego wrażenia
to jest uśmiech.
A tak naprawdę sympatyczny wyraz
twarzy, taki ludzki wyraz
twarzy. To nie jest taki
uśmiech przyklejony do twarzy,
tylko taki, który ma tutaj
podniesione policzki, i które ma też otwarte oczy,
otwarte oczy, czyli uniesione brwi.
Trzecia rzecz to jest postawa
wyprostowana.
A nie, nie, nie.
I ostatnia rzecz to, jak osobi
mówimy, jak się przedstawiamy, jak wymienimy swoje
imię i nazwisko. I rzeczywiście wtedy
te siedem sekund można produktywnie
wykorzystać do tego, żeby
zrobić dobre pierwsze wrażenie.
W świecie biznesu też jest bardzo ważny
uścisk dłoni, taki
rzetelny, sensowny.
Na naszej szerokości
geograficznej mniej więcej
dwa machnięcia ręką.
Im dalej na północ Europy
tym mniej tego machnięcia jest

jedno, a im idziemy dalej
na południe, tym tych
bachnąć jest więcej i czasami jeszcze do tego
przechodzi nieźwiadek.

Dobre wychowanie dzisiaj
jest traktowane snobistycznie?
Chciałabym, żeby tak było.
Chciałabym, żeby maniery,
dobre maniery, dobre wychowanie

Kinderstuba były czymś
snobistycznym. Trochę jest, bo
jak sobie patrzę na
to, na co stawiają w szkołach
prywatnych, tych szkołach
za które płacie się ciężkie pieniądze
to tam jest to
element wychowania, jest to element
edukacji.

A dla mnie dobre maniere albo Kinderstuba
to jest takie
stworzenie dobrego
komfortu w współistnieniu
ludzi.

Stworzenie takich zasad, które
dają ci poczucie bezpieczeństwa
i dają ci po prostu komfort.

Ale też życzliwość, która
jest częścią tych manier
dobrych, mówienie proszę, dziękuję,
miło cię widzieć
sprawia, że życie

jest fajniejsze. Czy z tymi
metodami, o których dzisiaj wszystkich
porozmawialiśmy, można manipulować
mi?

Jednym z największych killerów
manipulacyjnych,
o czym każdy mężczyzna wie
takim
absolutnie
niedoprzejścia manipulacyjnym
potworem.

Dwa kobieta

w mniej więcej 4-5 letnia, które mówi
tatusiu na rebelizmi lalecka, te psesko
mozezdusy jesteś.

To są manipulatorki
najbardziej niebezpieczne na świecie,
małe córeczki, małe dziewczynki. A tak
zupełnie poważnie
my nie jesteśmy

się w stanie ustrzec manipulację
i jesteśmy manipulowani,
czyli wpływają na nas ludzie
i sami też manipulujemy.

Manipulujemy panem policjantem,
ja jechałam za szybko naprawdę.
Manipulujemy, uśmiechając się
do pani we warzywniogu,
żeby nam dała lepsze błęgo pomidorka,
nie

zyskujemy
i chcemy zapracować na
czyjeś uznanie i sympacje
no też czasami manipulując.

A podrywanie to co?

Jak jest jeden z najbardziej skutecznych
sposobów na podrywanie?

Słuchanie.

Mamy to. Dowiedziałem się to o tym
z twojego wykładu.

A nie z życia?

Z twojego wykładu.

Dzisiaj akurat odświeżałem.

Więc tak, wszystkie te rzeczy

i bycie miłym, i słuchanie,

i uważność, i mówienie

komplementów, i

stawianie komuś lajków, i komentowanie
może być manipulacją.

To jest narzędzie. Te techniki,

bycia, ludzi wpływania na ludzi

są narzędziem. Narzędziem, jak już wiemy,

można użyć tak, żeby sobie balnąć

w kolankę i wybić kolankę, albo można

za pomocą tego samego narzędzia

[Transcript] Żurnalista - Rozmowy bez kompromisów / Aneta Wrona. Jak ludzi zmienia show biznes?

zbudować dom.

Dziękuję ci za dzisiaj, Aneta.

Cała przyjemność po mojej stronie.

Do zobaczenia.

Do zobaczenia.