

Max Paradox

PROBLEM? **WYLUZUJ. OGARNIESZ TO!** 

Seria poradników z przymrużeniem oka ;)

Wszyscy mówią o **AI**, a ja nie wiem, ➤ **od czego zacząć** <

Jak wykorzystać sztuczną inteligencję
do codziennych spraw, sprawdzać odpowiedzi
i nie oddawać jej własnego rozsądku



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

SPIS TREŚCI

INTRO	1
Rozdział 1 - Nie musisz wiedzieć, jak działa AI, żeby wiedzieć, do czego ci się przyda	8
Rozdział 2 - AI może brzmieć pewnie nawet wtedy, kiedy właśnie zmyśla	18
Rozdział 3 - Nie pytaj AI o wszystko. Daj jej konkretną robotę	28
Rozdział 4 - Nie istnieje magiczny prompt. Dobra rozmowa działa lepiej	37
Rozdział 5 - Nie wszystko trzeba oddać AI tylko dlatego, że można	46
Rozdział 6 - AI może pomóc ci szukać informacji, ale nie powinna być jedyną stroną internetu, którą odwiedzasz	55
Rozdział 7 - AI w codziennym ogarnianiu życia: mniej pamiętania, więcej miejsca w głowie.....	62
Rozdział 8 - AI w pracy: oszczędzaj czas, ale nie wysyłaj pierwszej odpowiedzi do wszystkich	70
Rozdział 9 - Prywatność, bezpieczeństwo i ten moment, kiedy orientujesz się, że właśnie wkleiłeś za dużo.....	78
Rozdział 10 - AI potrafi pisać prawie wszystko. Problem zaczyna się, kiedy wszystko zaczyna brzmieć tak samo ...	86
Rozdział 11 - AI nie ma twoich wartości, nawet jeśli bardzo przekonująco udaje, że rozumie sytuację	93
Rozdział 12 - Ucz się z AI tak, żeby po miesiącu wiedzieć więcej, a nie tylko szybciej dostawać odpowiedzi	100

Rozdział 13 - Szybka odpowiedź nie oznacza, że musisz szybko zdecydować.....	106
Rozdział 14 - Zbuduj własny kodeks używania AI, zanim nawyki zbudują go za ciebie	112
Rozdział 15 - AI nie musi dostawać tylko pytań. Może pracować na tym, co już masz	119
Rozdział 16 - AI działa też między ludźmi. I właśnie dlatego trzeba uważać trochę bardziej	126
Rozdział 17 - Największa korzyść zaczyna się wtedy, kiedy przestajesz eksperymentować i budujesz kilka prostych rutyn	133
Rozdział 18 - Kiedy AI daje złą odpowiedź, nie musisz od razu wyrzucać jej przez cyfrowe okno	140
Rozdział 19 - AI będzie się zmieniać szybciej niż ty. I to jest w porządku	147
Rozdział 20 - Nie musisz „wejść w AI”. Wystarczy, że zaczniesz używać jej tam, gdzie naprawdę pomaga	153

INTRO

AI już tu jest. Spokojnie, nie musisz od razu budować robota w garażu

Jeszcze niedawno sztuczna inteligencja kojarzyła się głównie z filmami, w których komputer najpierw grzecznie pomaga człowiekowi, a po mniej więcej dziewięćdziesięciu minutach dochodzi do wniosku, że człowiek jednak nie był najlepszym pomysłem. Dziś AI pisze maile, podsumowuje dokumenty, pomaga planować wakacje, tłumaczy instrukcję pralki i podpowiada, co ugotować z połowy cukinii, trzech jajek i składników, które kupiłeś dwa miesiące temu z ambitnym zamiarem zostania osobą jedzącą zdrowiej. Nagle wszyscy o niej mówią. Jedni twierdzą, że zmieni całe życie, drudzy, że zabierze wszystkim pracę, a trzeci pokazują w internecie siedemnaście aplikacji, bez których podobno od jutra nie da się już normalnie funkcjonować.

Jeśli patrzysz na to wszystko i myślisz: „Dobrze, ale co ja właściwie mam z tym zrobić?”, jesteś w bardzo rozsądnym miejscu. Problem nie polega na tym, że za mało wiesz o sztucznej inteligencji. Problem polega raczej na tym, że ilość rozmów o AI znacznie przekroczyła ilość prostych odpowiedzi na pytanie, do czego zwykły człowiek może jej użyć we wtorek o osiemnastej trzydzieści. Nie musisz znać architektury modeli językowych, żeby poprosić AI o uporządkowanie notatek ze spotkania. Tak samo jak nie musisz rozumieć konstrukcji silnika spalinowego, żeby pojechać samochodem po zakupy.

Ta książka nie ma zrobić z ciebie eksperta od sztucznej inteligencji. Ma zrobić coś znacznie bardziej praktycznego: pomóc ci korzystać z niej bez uczucia, że przegapiłeś

trzyletni kurs wprowadzający, o którym wszyscy inni zostali tajemniczo poinformowani. Nauczysz się rozpoznawać zadania, w których AI naprawdę oszczędza czas, formułować polecenia bez pisania manifestu na cztery strony oraz sprawdzać odpowiedzi wtedy, kiedy pomyłka może mieć znaczenie. Najważniejsze jest jednak coś innego. Nauczysz się używać AI jako narzędzia, a nie jako zastępczego mózgu do wynajęcia.

To rozróżnienie będzie wracało przez całą książkę, ponieważ sztuczna inteligencja potrafi być niezwykle przekonująca również wtedy, kiedy się myli. Może napisać odpowiedź płynną, logiczną i brzmiącą tak profesjonalnie, że człowiek ma ochotę postawić jej pieczęć „sprawdzone” jeszcze przed przeczytaniem drugiego akapitu. To trochę jak rozmowa z osobą, która zawsze odpowiada bez chwili zawahania. Pewność siebie robi wrażenie, ale sama w sobie nie jest dowodem, że ktoś wie, o czym mówi.

Dlatego ta książka nie będzie instrukcją pod tytułem „Jak zapytać AI o wszystko i już nigdy samemu nie myśleć”. Byłaby krótka, wygodna i fatalna. Zamiast tego potraktujemy AI jak bardzo szybkiego współpracownika, który potrafi przeczytać dużo tekstu, stworzyć dziesięć wersji czegoś w kilka sekund i nie obraża się, kiedy poprosisz go o jedenastą. Jednocześnie jest to współpracownik, który czasem coś dopowie, źle zrozumie kontekst albo przedstawi przypuszczenie z miną księgowego odczytującego wynik audytu.

Największą korzyść z AI mają zwykle nie ci, którzy znają najwięcej technicznych terminów, ale ci, którzy potrafią dobrze rozpoznać własny problem. „Potrzebuję napisać krótszego maila.” „Nie rozumiem tego dokumentu.” „Mam piętnaście rzeczy do zrobienia i nie wiem, od której zacząć.”

„Chcę porównać trzy opcje.” „Muszę przygotować pytania przed spotkaniem.” To są świetne punkty startowe, ponieważ nie zaczynasz od pytania „Co potrafi sztuczna inteligencja?”, tylko od znacznie użyteczniejszego pytania: „Co dzisiaj zabiera mi czas albo niepotrzebnie komplikuje życie?”.

Nie musisz też od razu zmieniać całego sposobu pracy. Jeśli ktoś mówi ci, że AI powinna od dziś obsługiwać twoją pocztę, kalendarz, zakupy, prezentacje, plan treningowy, rozwój zawodowy i prawdopodobnie relację z ciotką Krysią, możesz grzecznie wrócić do rzeczywistości. Zacznij od jednego małego zadania. Jeśli okaże się przydatne, znajdziesz drugie. Rewolucja może chwilę poczekać, szczególnie jeśli właśnie próbujesz ustalić, kto miał kupić papier toaletowy.

Będziemy również dużo mówić o sprawdzaniu odpowiedzi. Nie dlatego, że AI jest bezużyteczna, lecz dokładnie z odwrotnego powodu. Im bardziej przydatne staje się narzędzie, tym łatwiej zacząć korzystać z niego automatycznie. Jeśli kalkulator pokaże ci $2 + 2 = 7$, natychmiast wiesz, że coś poszło nie tak. Jeśli AI napisze cztery akapity eleganckiego wyjaśnienia dotyczącego podatków, prawa, zdrowia albo warunków umowy, błąd może być znacznie trudniejszy do zauważenia.

W tej książce będziemy więc korzystać z bardzo prostej zasady: im większe konsekwencje decyzji, tym mniej wystarcza samo „AI tak powiedziało”. Przepis na makaron możesz potraktować dość swobodnie. Informację dotyczącą dawkowania leku już zdecydowanie mniej. Pomysł na wiadomość do znajomego nie wymaga dochodzenia śledczego, ale decyzja finansowa, prawna lub zdrowotna powinna opierać się na źródłach, profesjonalnej wiedzy i twojej ocenie sytuacji. Rozsądek nie staje się przestarzały

tylko dlatego, że pojawiło się nowe okienko do wpisywania pytań.

Nie będziemy również ściagać się o najbardziej skomplikowane polecenie dla AI. W internecie można znaleźć instrukcje wyglądające tak, jakby przed zadaniem pytania trzeba było mianować model dyrektorem departamentu, określić jego dwadzieścia siedem kompetencji, opisać filozofię życiową i poprosić, żeby „oddychał głęboko i pracował krok po kroku”. Czasem szczegółowe polecenie rzeczywiście pomaga. Często jednak wystarczy jasno napisać, co chcesz osiągnąć, podać potrzebny kontekst, określić ograniczenia i powiedzieć, w jakiej formie chcesz dostać wynik.

Sztuczna inteligencja nie wymaga od ciebie specjalnego języka. Możesz pisać normalnie. Możesz poprawić polecenie po pierwszej odpowiedzi. Możesz powiedzieć: „To jest za długie”, „Wyjaśnij prościej”, „Podaj trzy opcje”, „Nie zakładaj, że znam ten temat” albo „Których informacji nie jesteś pewien?”. To nie egzamin z formułowania promptów. Jeśli pierwsza odpowiedź nie jest dobra, nie oznacza to, że oblałeś rozmowę z komputerem.

Najważniejsza zmiana zaczyna się wtedy, kiedy przestajesz myśleć o AI jak o magicznej skrzynce z odpowiedziami, a zaczynasz traktować ją jak narzędzie do wykonywania konkretnych etapów pracy. Może pomóc ci zacząć, uporządkować, skrócić, rozwinąć, porównać, wyjaśnić, przeformułować, znaleźć luki w pomyśle albo przygotować zestaw pytań. Czasem najlepsze zastosowanie AI nie polega na otrzymaniu gotowego rozwiązania. Polega na tym, że szybciej docierasz do momentu, w którym sam możesz podjąć lepszą decyzję.

I właśnie od tego zaczniemy. Nie od historii sztucznej inteligencji, nie od matematyki stojącej za modelami i nie od rankingu trzydziestu siedmiu aplikacji, który będzie nieaktualny, zanim skończysz tę książkę. Zaczniemy od najważniejszej rzeczy: jak spojrzeć na swoje codzienne zadania i zauważyć, gdzie AI może naprawdę pomóc. Bez fanfar, bez paniki i bez oddawania jej kluczy do własnej głowy.

Rozdział 1 - Nie musisz wiedzieć, jak działa AI, żeby wiedzieć, do czego ci się przyda

Pierwszym błędem wielu osób jest założenie, że przed rozpoczęciem korzystania z AI trzeba ją najpierw „zrozumieć”. W efekcie oglądają filmy, czytają artykuły, poznają kolejne pojęcia i po tygodniu wiedzą już, że temat jest jeszcze większy, niż wydawał się na początku. To trochę jak przygotowywanie się do ugotowania jajecznicy przez analizę konstrukcji nowoczesnych płyt indukcyjnych. Wiedza może być ciekawa, ale śniadanie nadal nie jest gotowe.

Do codziennego korzystania wystarczy ci na początku bardzo prosty model myślenia. AI, z którą rozmawiasz tekstowo, jest narzędziem potrafiącym analizować przekazany materiał i tworzyć odpowiedzi na podstawie wzorców, informacji oraz kontekstu, który otrzymuje. Nie jest człowiekiem, nie ma zdrowego rozsądku działającego dokładnie tak jak twój i nie powinna automatycznie dostawać statusu eksperta tylko dlatego, że pisze płynnie. Jednocześnie potrafi bardzo szybko wykonywać wiele zadań związanych z tekstem, pomysłami, porządkowaniem informacji i analizowaniem wariantów.

Najłatwiej zacząć nie od pytania „Co umie AI?”, lecz od przejrzenia typowego dnia. Pomyśl o rzeczach, przy których wzdychasz, odkładasz je na później albo wykonujesz mechanicznie po raz setny. Może regularnie pisziesz podobne maile. Może dostajesz długie dokumenty, z których potrzebujesz tylko pięciu najważniejszych informacji. Może przed każdym wyjazdem tworzysz od zera listę rzeczy do

zabrania, chociaż od lat zabierasz mniej więcej te same spodnie i dokładnie ten sam kabel do ładowarki.

To są dobre miejsca do eksperymentowania, ponieważ ryzyko jest niewielkie, a wynik możesz łatwo ocenić. Jeśli AI przygotuje kieszonkową listę rzeczy na weekend, najwyżej dopiszesz szczoteczkę do zębów i przypomnisz sobie, dlaczego człowiek nadal jest potrzebny w procesie. Jeśli skróci maila z czterystu słów do stu dwudziestu, od razu widzisz, czy zachowała sens. Jeśli uporządkuje twoje notatki ze spotkania, możesz porównać podsumowanie z tym, co sam zapisałeś.

Zacznij od zadań, a nie od technologii

Wyobraź sobie Martę, która słyszy o AI praktycznie codziennie, ale nadal nie bardzo wie, co miałaby z nią robić. Marta nie programuje, nie projektuje rakiet i nie zamierza zakładać startupu z przyjaciółmi z garażu, którego zresztą nie ma. Za to każdego poniedziałku spędza czterdzieści minut na porządkowaniu notatek po spotkaniu zespołu. To właśnie jest jej punkt startowy.

Zamiast pytać AI: „Jak możesz mi pomóc w pracy?”, Marta może wkleić własne notatki i napisać: „Uporządkuj te notatki w krótkie podsumowanie. Oddziel decyzje, zadania, osoby odpowiedzialne i terminy. Nie dodawaj informacji, których nie ma w tekście. Jeśli czegoś brakuje, zaznacz to jako nieustalone”. Nagle AI nie jest abstrakcyjną rewolucją technologiczną. Jest sposobem na skrócenie czterdziestu minut nudnej pracy do kilku minut sprawdzenia wyniku.

To prowadzi do jednej z najważniejszych zasad tej książki: najlepsze pierwsze zastosowania AI są zwykle banalne. Nie próbuj od razu stworzyć automatycznego systemu zarządzania całym życiem. Znajdź zadanie, które jest

powtarzalne, tekstowe, czasochłonne albo irytujące, a jednocześnie na tyle proste, że potrafisz ocenić jakość odpowiedzi. Jeśli masz do wyboru „pomóż mi skrócić ten mail” i „zdecyduj, czy powinienem zmienić pracę”, na pierwszy eksperyment zdecydowanie wybierz mail.

Możesz przyjąć prosty podział na trzy grupy. Pierwsza to zadania, przy których AI może swobodnie pomagać, bo ewentualny błąd łatwo zauważysz i naprawisz. Druga to zadania, w których odpowiedź ma znaczenie i wymaga sprawdzenia. Trzecia to sytuacje, w których konsekwencje są na tyle poważne, że AI może najwyżej pomóc ci przygotować pytania albo uporządkować informacje, ale nie powinna być jedyną podstawą decyzji.

Do pierwszej grupy należą na przykład propozycje tytułów, skracanie własnego tekstu, przygotowanie listy zakupów, wymyślanie pytań na zebranie czy ułożenie planu sprzątnięcia mieszkania. Do drugiej mogą należeć porównania produktów, informacje dotyczące podróży, interpretacja warunków oferty czy podsumowanie dokumentu. Do trzeciej zaliczają się kwestie zdrowotne, prawne, poważne decyzje finansowe i inne sytuacje, w których pomyłka może kosztować znacznie więcej niż zapomniany szampon.

Nie chodzi o stworzenie regulaminu na każdą rozmowę z AI. Chodzi o wyrobienie prostego odruchu: zanim użyjesz odpowiedzi, zastanów się, co się stanie, jeśli jest błędna. Jeśli odpowiedź brzmi „nic wielkiego, poprawię”, możesz działać dość swobodnie. Jeśli odpowiedź brzmi „mogę stracić pieniądze, narazić zdrowie albo podjąć ważną decyzję na podstawie nieprawdy”, poziom sprawdzania musi natychmiast wzrosnąć.