

Aleksander Z. Wassilew

Szkoła Główna Handlowa w Warszawie  
Instytut Informatyki i Gospodarki Cyfrowej  
Zakład Gospodarki Cyfrowej  
e-mail: alex@sgh.waw.pl

## Wybrane skutki niedoboru uwagi i nadużywania ICT

**Kody JEL:** I120, I310

**Słowa kluczowe:** czas, uwaga, sieć, kultura

**Streszczenie.** Celem artykułu jest próba uporządkowania i zarysowania mapy problemów, powstających wskutek nieumiarkowanego korzystania z ICT oraz konsumowania nieograniczonych treści medialnych w sieci. Nadmierne zaangażowanie uwagi i czas spędzony w przestrzeni wirtualnej zmieniają styl życia, jak i kulturę.

### Wprowadzenie

Rozwój sieci (internet i komunikacja za pomocą nowoczesnych mobilnych ICT) umożliwia totalne podłączenie, korzystanie z elektronicznych urządzeń komunikacji i praktycznie nieograniczoną konsumpcję (nieprzerwanych i ciągle odnawianych) treści medialnych – gier, filmów, tekstów, obrazów, muzyki). Dla wielu ludzi przeglądarki internetowe i ekrany telefonów stają się głównym źródłem informacji oraz narzędziami do komunikacji.

Wykorzystanie technologii sieciowych do tworzenia nowych produktów cyfrowych, niski koszt tworzenia nowych form oraz szybki dostęp do nich prawie nic nie kosztuje. Z tego też względu Laurent Fournier (2014) określa jako zerowe koszty powielania i rozpowszechniania niematerialnych dóbr w sieci, natomiast Chris Anderson (2011), analizując problem „zerujących się” kosztów, konkluduje: „Nie ma darmowych obiadów”. Kosztami użytkowników sieci konsumujących treści medialne są m.in. ich energia psychiczna, czas i uwaga (por. Wassilew, 2016). Te czynniki są niemal nierozdzielnie powiązane. Im bardziej coś przyciąga i wciąga naszą uwagę, tym więcej czasu i emocji jesteśmy gotowi mu poświęcić. Nie tracilibyśmy czasu bezrefleksyjnie na coś, co nas nie interesuje.

Aktywności w sieci jednak nie zawsze są wyłącznie korzystne. Zaabsorbowanie uwagi, jako zasobu ograniczonego, powoduje różnego rodzaju niepożądane „efekty uboczne”. Dotyczy to również poważniejszych i bardziej ambitnych treści jak edukacja, porady praktyczne, nauka i sztuka, dlatego warto przyjrzeć się także tym „ciemnym” stronom korzystania z sieci – w trosce o jakość naszego życia i naszej pracy.

Celem artykułu jest próba uporządkowania i zarysowania mapy problemów, powstających wskutek zaangażowania naszej uwagi i czasu przy korzystaniu z elektronicznych urządzeń do podłączenia i komunikacji oraz konsumowaniu nieograniczonych treści medialnych.

## 1. Ekonomia uwagi

Obserwowane we współczesnych społeczeństwach totalne utowarowienie i niemal wszechstronna komercjalizacja naszego życia zmienia paradygmaty dotyczące funkcjonowania gospodarki i stylów zachowania jednostki. Dekontekstualizacja informacji powoduje to, że zaczyna się liczyć przede wszystkim jej atrakcyjność, a nie rzeczywista wartość.

Jeszcze w 1971 roku laureat Nagrody Nobla Herbert Simon przewidział związek między ciągle wzrastającą obfitością informacji a niedoborem uwagi oraz „potrzebę efektywnej alokacji tej uwagi między źródłami informacji, które mogą ją konsumować” (Simon, 1971, s. 41–42). Te idee zostały rozwinięte – w koncepcji **ekonomii uwagi** przez Goldhabera oraz Devenporta (Devenport, Beck, 2001). Ze względu na swoją rzadkość we współczesnej gospodarce cyfrowej, obserwujemy proces monetyzacji uwagi – zaczyna ona podważać rolę pieniądza i sama zaczyna odgrywać rolę waluty – jednostki wymiany (Goldhaber, 1997).

Firmy w pogoni za klientem zatrudniają rzesze profesjonalistów – marketerów, analityków, web-projektantów, autorów tekstów i treści, psychologów, socjologów, antropologów, neuroekonomistów. Problemem np. dla reklamy (internetowej) staje się nie tylko liczba otwarć danej strony (część jest zamykana od razu po załadowaniu), lecz przede wszystkim czas pozostania na tej stronie. Idealem docelowym byłoby przyzwyczajenie użytkownika, co niewiele różniłoby się od takich uzależnień jak hazard, narkotyki, palenie i alkohol.

Uwaga jest w centrum zainteresowania nie tylko profesjonalistów. Każdy człowiek potrzebuje jej, chociaż nie zawsze uświadamia swoje motywacje, żeby się poczuć ważny i atrakcyjny dla innych oraz nadać sens swojemu życiu. Służy temu cała nasza aktywność na forach, portalach społecznościowych, blogach, crowdfunding, e-mail – w kontaktach fizycznych i wirtualnych. Zasada osiemnastowiecznego filozofa George’a Berkeleya „Esse est percipi – Istnieć to być postrzeganym”, znalazła współczesną wersję *Blogo ergo sum*.

### Ślepotą pozauwagowa

Z rozpowszechnianiem się nowoczesnych technologii nasz mózg nie jest w stanie sprostać natłokowi bodźców (Chabris, Simons, 2011, s. 58). Normalny proces skupiania uwagi i percepcji jako gra o sumie zerowej (Chabris, Simons, 2011, s. 60) skutkuje tzw. ślepotą pozauwagową. Gdy podczas prowadzenia samochodu, kierowca rozmawia przez telefon komórkowy (nawet z zestawem głośnomówiącym), stan jego umysłu porównywalny jest do bycia pod wpływem małej ilości alkoholu lub transu. 90% takich kierowców nie zauważyło pojawienia się nieoczekiwanego obiektu na drodze (Chabris, Simons, 2011, s. 44).

Okazuje się, że problem nie dotyczy oczu czy rąk, lecz ograniczonej pojemności uwagi. Rozmowa z osobą siedzącą obok kierowcy ma zupełnie inny charakter – łatwiej jest słuchać i rozumieć go, nie ma obowiązku utrzymywania uwagi i ciągłego mówienia, krótsze lub dłuższe chwile milczenia nie są powodem do niepokoju, natomiast przy rozmowie przez telefon musimy ciągle dbać o kontakt – np. chwile milczenia mogą świadczyć o przerwaniu łączności. Wymowny jest tytuł rozdziału omawiającego ten problem *Tylko się nie rozłączaj* (Chabris, Simons, 2011, s. 39–45).

**Wybory a nadmiar informacji.** W zadaniach optymalizacyjnych dysponujemy dokładnie określonymi ograniczonymi zbiorami opcji, kryteriów, uporządkowanych preferencji oraz celów. W życiu codziennym nie można ustalić czy wszystkie możliwości zostały rozważone przy wyborze, a z kolei preferencje mogą nie być tranzytywne. Problem się zaczyna dopiero przy rozważaniu konsekwencji – nie jest możliwe objąć i ocenić wszystko za wyjątkiem ograniczonego zbioru krótkoterminowych opcji. Natłok informacji i przymusowy pośpiech uniemożliwiają dojrzewanie decyzji, nie pozwalają na refleksje w czasie rzeczywistym i wpływają negatywnie na jakość życia i pracy (Gleick, 2003).

Schwartz (2013), w książce *Paradoks wyboru*, opisuje wiele przykładów z życia, ilustrujących w jaki sposób wzrost możliwości wyborów we współczesnym świecie utrudnia podjęcie racjonalnej decyzji w czasie realnym, a tym samym i satysfakcji z jej podjęcia. Możemy nawet wybierać kim chcemy być (por. Gergen, 2009).

Harris (2016) oraz Edelman (2014) udowadniają, że technologia nie jest neutralna oraz opisują niektóre (z tysięcy) sposobów, w jakich technologie (poprzez menu), organizację strony internetowej, portale społecznościowe, Youtube potrafią zmanipulować i zaangażować naszą uwagę, maksymalizować czas konsumowania ich treści i wpływają na nasze wybory.

## 2. Koszty personalne

W dobie internetu praktycznie jest coraz trudniej przeanalizować wszystkie dostępne informacje. Nie negując korzyści z korzystania z nowych technologii, należy także zauważyć, że nie rozwiązują one problemów życia (Postman, 1995, s. 79), a zbyt długie bezrefleksyjne korzystanie z ICT wręcz stwarza problemy.

**Uzależnienia** – według Kim (2013) uzależnienie od smartfonów (fonoholizm) jest większe niż od internetu (infoholizm). Przyczyną jest potrzeba ciągłego podłączenia, albo gry związane z łatwymi, drobnymi nagrodami (powodujące wzrost dopaminy). Podobny mechanizm działa przy korzystaniu z portali społecznościowych i przy surfowaniu w internecie oraz odkrywaniu coraz nowszych ciekawostek. Obserwowane jest przykucie uwagi do samego przechodzenia ze strony na stronę – bezrefleksyjne – może stać się przyczyną prokrastynacji, niezauważania sygnałów z otoczenia, utraty poczucia rzeczywistości. Niewiele to się różni od kompulsywnego rozmawiania przez telefon – dla samego kontaktu, nie mając nic istotnego do powiedzenia, nie dbając o jakość i bez konkretnego celu. Liczy się natychmiastowość, a sama informacja się dewaluje. Nie sprzyja to spójności kulturowej, wartościom moralnym, transcendentalnemu poczuciu celu, ani sensowi (Postman. 1995, s. 82).

**Stres** – jak zauważa Loreau (2011, s. 23) przymus ciągłego podejmowania „trafnych” decyzji wraz z akceptacją obfitości obiektów do konsumpcji powoduje niepewność, troski i zmęczenie. Przymusowi konsumpcji towarzyszy coraz dotkliwsze odczuwanie braku „czasu wolnego”. Niebieskie i fioletowe światło ekranów może powodować trudności z zasypianiem oraz bezsenność.

Przyczynami stresu, jak podaje Harris (2016), mogą być różnego rodzaju niepokoje związane np. z ciągłym lękiem, że coś przegapisz (FOMO – *fear of missing out*) lub że coś ważnego nas omija (FOMSI – *fear of missing something important*). Z kolei ciągle porównanie się z innymi na portalach społecznościowych, uświadamiając możliwości nowych nierealizowalnych wyborów, może doprowadzić do frustracji i depresji.

**Mit multitasking** – wymuszona szybkość życia powoduje stres (wskutek czego popełniane są pomyłki i błędy), niemożliwość skupienia się (przy wykonaniu jednego zadania jednocześnie myślimy o przełączeniu się), obniża jakość i wydajność pracy oraz IQ. Multitasking wpływa negatywnie na pamięć krótko- i długoterminową (Sławska, Sławski, 2015).

Z badań neuronaukowców za pomocą rezonansu magnetycznego wynika, że multitasking ma szkodliwy wpływ – wręcz wywołuje trwałe zmiany i uszkadza mózg (Bradberry, 2017; Kim, 2015).

**„Cyfrowa demencja”** – w związku ze wzrostem zapotrzebowania uwagi przeciętnego dorosłego w ciągu całego dnia, w ostatnich 15 latach okres koncentracji i skupienia uwagi spadł z 12 do 8 sek. (MacMaster, 2016). Wiele badań potwierdza negatywny wpływ ICT na koncentrację, pamięć i kompetencje społeczne (Sławska, Sławski 2015; Szpunar, 2015).

Mechaniczne, bezkrytyczne i bezrefleksyjne czytanie nie sprzyja zapamiętywaniu (Carr, 2013, s. 219). Ericksen (2003) oraz Postman (1995, s. 30) zaobserwowali też trudność czytania ze zrozumieniem, skupienia się na słuchaniu dłuższych wykładów, bądź na czytaniu dłuższych tekstów (książek), zorganizowania myśli w strukturę logiczną.

Z własnego doświadczenia zauważyłem, że łatwa dostępność informacji osłabia pamięć zarówno krótko- jak i długotrwałą. Studenci (na I roku studiów) mają problem z pisaniem, z ortografią, niektórzy nie pamiętają tabliczki mnożenia, mają problemy ze zrozumieniem słów, nie pamiętają co przed chwilą zanotowali. Prowadzenie notatek zastępują zdjęcia ekranu wykonywane własnymi smartfonami – „telefon zapamiętał”.

Uczenie się jest procesem aktywnym. Łatwa i szybka dostępność informacji spłyca jej przetwarzanie. Gotowe do wykorzystania informacje z internetu zachęcają natomiast do korzystania z zasady *kopiuj – wklej*. Sam dostęp do informacji nie jest równoznaczny z nauczeniem się nowych treści. Ucznieniu się sprzyja krytyczna analiza informacji, próba praktycznych zastosowań, poszukiwanie syntezy oraz dziwienie się i stawianie pytań (Żylińska, 2013). Bodźce ruchowe (notowanie) pobudzają pracę mózgu i pamięci oraz czytanie ze zrozumieniem.

### 3. Technologia niszczy kulturę

Nowe technologie zmieniają wszystko – zmiana technologiczna jest zarazem zmianą ekologiczną. Życie społeczne przenosi się do sieci. Nicholas Carr (2013) i Neil Postman (1995) są zgodni co do tego, że kultura słowa pisanego zostaje wyparta przez kulturę multimedialną. Logika, kolejność, historia, wykład, dyscyplina, dystans i obiektywność zostają zastąpione przez obraz, jednoczesność (multitasking), narrację, natychmiastową gratyfikację, szybką reakcję emocjonalną, obecność i bliskość (Postman, 1995, s. 29). Myślenie sekwencyjno-linearne wraz z przekazem liniowym (mowa, pismo, czytanie) ustępuje miejsca myśleniu hiper- i intertekstualnemu, wymuszonemu przez interaktywność i intermedialność sieci – „umysłowi żonglera” (Carr 2013, s. 145).

**Postrzeganie rzeczywistości i iluzja wiedzy.** Technologia zmienia rozumienie „wiedzy” i „prawdy”. Zmienia pojęcie inteligencji (Postman, 1995, s. 85). Zmienia sposób postrzegania (wręcz zatracanie) rzeczywistości, wymusza „wymierność” tam gdzie nie pasuje, np. myśli ludzkiej – nasze umysły zostały uwarunkowane przez liczby (Postman, 1995, s. 25–26).

Technologia tworzy nowe definicje starych terminów (Postman, 1995, s. 20). Technika myśli za nas i narzuca swoje wartości (Postman, 1995, s. 59). Atakuje godność i integralność kultury. Uzurpuje świat społeczny i symboliczny. Sama staje się kulturą (Postman, 1995, s. 43). Nadmierne zaufanie do techniki, która działa jako „zbyt gęsty filtr dla informacji”, zdaniem Postmana (1995, s. 147), może mieć działanie anty-intuicyjne i zahamowało twórczość naukową. Obniżanie poziomu edukacji i wysiłku intelektualnego zauważył również Furedi (2008). Zautomatyzowanie niektórych operacji może doprowadzić do utraty umiejętności twórczego reagowania na zakłócenia zewnętrzne (Postman 1995, s. 148).

Okazuje się też, że więcej informacji nie zawsze jest korzystne (Chabris, Simons, 2011, s. 83–84). Dotyczyć to może np. długoterminowych inwestycji giełdowych (Thaler, Tversky, Kahneman, Schwartz, 1997; Barber, Odean, 2000). Stwarzać to może

iluzję wiedzy, co z kolei może doprowadzać do powstania baniek spekulacyjnych oraz do niestabilności rynku. Kosztem związanym z przetwarzaniem otrzymywanych informacji może być duży stres, problem ze snem oraz złe samopoczucie. Postman (1995, s. 78) również jest zdania, że nadmiar informacji powoduje „chaos informacyjny”.

**Czas (dobrze) spędzony.** Jak podaje Holmen (2016), przeciętny nastolatek spędza obecnie więcej niż 40 godz. tygodniowo przed ekranem. Jest to 3 razy więcej niż 10 lat temu i stanowi to prawie 30% czasu aktywnego życia (poza snem). Odbywa się to kosztem relacji rodzinnych, kontaktów *face-to-face* z innymi ludźmi, aktywności społeczno-politycznej i co najważniejsze – czasu na zrozumienie i refleksję nad sobą i nad własnym życiem.

Według Harrisa (2016), przeciętny człowiek sprawdza swój telefon 150 razy dziennie. Częste przerywanie i rozpraszenie powoduje większą podatność na perswazję. Zdaniem Harrisa, przerywanie jest dobre dla biznesu, lecz jest przeszkodą dla „czasu dobrze spędzonego” (por. Harris, 2015). W celu ochrony prywatności, od 2017 roku we Francji pracownicy mają prawo odłączenia (*right to disconnect*) – mogą nie odbierać komunikatów służbowych po godzinach urzędowania (The Guardian, 2016).

**Brak zaufania – atomizacja społeczeństwa.** Pamiętamy czasy, gdy prawie każdego można było znaleźć w książce telefonicznej, albo odszukać na liście lokatorów. Obecnie każda próba kontaktu jest przyjmowana z obawą czy to przed natrętnymi akwizytorami, czy przed oszustami. Nasze dane osobowe stały się bardziej wrażliwe na nadużycie.

Parafrazując Postmana (1995, s. 131), technologia uzurpuje władzę i wymusza postawy. Instytucje straciły swoją rolę kontroli i interpretacji informacji oraz zracjonalizowania jej przepływu (Postman, 1995, s. 105). Ich osłabienie destabilizuje życie, powoduje zamieszanie a nie spójność. Informacja traci użyteczność – osłabia siłę teorii, która (jako model) polega na upraszczaniu (Postman, 1995, s. 93, 98).

Aktywność w sieci zorientowana jest na przyciąganie uwagi i na zbieranie „lajków”. Wirtualizacja kontaktów sprawia, że zaczynamy postrzegać siebie jako abstrakcje – dane – numery telefonów, e-maile, awatary. Anonimowe działania w sieci są związane z mniejszą odpowiedzialnością. Zdaniem Andrew Keena (2016), internet zrobił bardziej indywidualistycznymi takie ruchy, jak Arabska Wiosna i Occupy, pozwalając każdemu opowiedzieć swoją historię niż stworzyć organizację społeczną, nowy ruch polityczny czy partię łączące ludzi. Aby je zrealizować, jest potrzebne coś więcej niż emocje.

## Podsumowanie

Łatwość powielania i rozpowszechniania produktów cyfrowych w sieci powoduje niedobór uwagi potrzebnej do selekcji nadmiaru informacji. Z tego względu uwaga staje się jednostką wymiany – kategorią ekonomiczną.

Jako gra o sumie zerowej – uwaga może powodować ślepotę pozauwagową. Przymusowy pośpiech i natłok informacji nie zostawiają czasu na refleksję i pogarszają jakość życia i pracy. Nowe technologie umożliwiają łatwe przełączanie się między wykonywanymi zadaniami (*multitasking*), co może być szkodliwe dla mózgu.

Pośpiech, uzależnienie i lęki powodują stres oraz pogarszają kondycję psychiczną. Łatwa dostępność oraz mechaniczne wykonywanie intelektualnych aktywności zaburzają pamięć krótko- i długoterminową.

Więcej czasu spędzonego w przestrzeni wirtualnej ogranicza czas na kontakty interpersonalne – twarzą w twarz. Zaczynamy postrzegać siebie jako abstrakcje (dane). Następuje fragmentaryzacja społeczeństwa, a w ślad za anonimowością – spada poziom zaufania. Natłok informacji, przerywanie i rozpraszenie zwiększają podatność na manipulacje i perswazji. Spada również ogólny poziom intelektualny oraz edukacji.

Technologie narzucają sposób postrzegania rzeczywistości, sposób myślenia i rozumienia, i stwarzają iluzję wiedzy. Czasami więcej informacji nie jest tak korzystne jakby się wydawało. Technologia niszczy kulturę – sprzyja powstaniu społeczeństwa zatimizowanego, w którym trudno jest zorganizować ludzi do trwałych wspólnych działań politycznych.

## Bibliografia

- Anderson, C. (2011). *Za darmo*. Kraków: Znak.
- Barber, B.M., Odean, T. (2000). Trading is hazardous to your wealth: The common stock investment performance of individual investors. *The Journal of Finance*, 55 (2), 773–806.  
Pobrano z: [http://www.traderslaboratory.com/forums/attachments/30/26024-what-new-trader-needs-know-about-individual\\_investor\\_performance\\_final.pdf](http://www.traderslaboratory.com/forums/attachments/30/26024-what-new-trader-needs-know-about-individual_investor_performance_final.pdf) (3.01.2017).
- Bradberry, T. (2017). *Multitasking Damages Your Brain and Your Career, New Studies Suggest*.  
Pobrano z: <http://www.talentsmart.com/articles/Multitasking-Damages-Your-Brain-and-Your-Career,-New-Studies-Suggest-2102500909-p-1.html> (1.01.2017).
- Carr, N. (2013). *Płytki umysł. Jak Internet wpływa na nasz mózg*. Gliwice: Helion.
- Chabris, C., Simons, D. (2011). *Niewidzialny goryl. Dlaczego intuicja nas zwodzi?* Warszawa: MT Biznes.
- Devenport, T. H., Beck, J.C. (2001). *The Attention Economy: Understanding the New Currency of Business*. Harvard Business School Press.
- Edelman, J. (2014). *Choicemaking and the Interface*. Pobrano z: <http://nxhx.org/Choicemaking/> (4.01.2017).

- Eriksen, T.H. (2003). *Tyrania chwili: szybko i wolno płynący czas w erze informacji*. Warszawa: PIW.
- Fournier, L. (2014). *Towards a Zero Marginal Cost Economy*. Pobrano z: <http://arxiv.org/pdf/1405.2051.pdf> (8.01.2016).
- Furedi, F. (2008). *Gdzie się podzieli wszyscy intelektualiści?* Warszawa: PIW.
- Gergen, K.J. (2009). *Nasycone Ja. Dylematy tożsamości w życiu współczesnym*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Gleick, J. (2003). *Szybciej. Przyspieszenie prawie wszystkiego*. Poznań: Zysk i S-ka.
- Goldhaber, M.H. (1997), The Attention Economy and the Net. *First Monday*, 2 (4). Pobrano z: <http://firstmonday.org/ojs/index.php/fm/article/view/519/440> (20.12.2016).
- Harris, T. (2015). Pobrano z: <http://www.tristanharris.com/tag/time-well-spent/> (23.12.2016).
- Harris, T. (2016). *How Technology Hijacks People's Minds – from a Magician and Google's Design Ethicist*. Pobrano z: <http://www.tristanharris.com/2016/05/how-technology-hijacks-peoples-minds-from-a-magician-and-googles-design-ethicist/> (23.12.2016).
- Holmen, M. (2016). *Stop Wasting Time in the Attention Economy*. Pobrano z: <http://www.digitalbookworld.com/2016/stop-wasting-time-in-the-attention-economy/> (22.12.2016).
- Keen, A. (2015). *The Internet is not the answer*. Atlantic Books Ltd.
- Kim, H. (2013). *Exercise rehabilitation for smartphone addiction*. Pobrano z: <http://e-jer.org/journal/view.php?viewtype=cited&number=2013600081> (21.12.2016).
- Kim, L. (2015). *Multitasking is killing your brain*. Pobrano z: <http://www.inc.com/larry-kim/why-multi-tasking-is-killing-your-brain.html> (1.01.2017).
- Loreau, D. (2011). *Sztuka prostoty*. Warszawa: Czarna Owca.
- MacMaster, K. (2016). *The Attention Economy: Why Marketers Are Killing, Not Capturing, Attention*. Pobrano z: <https://www.vidyard.com/blog/attention-economy-marketers-killing-not-capturing-attention/> (24.12.2016).
- Postman, N. (1995). *Technopol. Triumf techniki nad kulturą*. Warszawa: Muza SA.
- Schwartz, B. (2013). *Paradoks wyboru. Dlaczego więcej oznacza mniej*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Simon, H. (1971). Designing Organizations for an Information – Rich World. W: M. Greenberger (red.), *Computers, Communication, and the Public Interest*. Baltimore: The Johns Hopkins Press.
- Sławska, M., Sławski, M. (2015). Cyfrowe media-szansa czy ślepa uliczka edukacji? *Studia i Materiały Centrum Edukacji Przyrodniczo-Leśnej*, 17 (43/2).
- Szpunar, M. (2015). *Internet i jego wpływ na procesy pamięciowe*. Pobrano z: [http://www.magdalenaszpunar.com/\\_publikacje/2015/2015\\_70\\_10.pdf](http://www.magdalenaszpunar.com/_publikacje/2015/2015_70_10.pdf) (1.01.2017).
- Thaler, R.H., Tversky, A., Kahneman, D., Schwartz, A. (1997). The effect of myopia and loss aversion on risk taking: An experimental test. *The Quarterly Journal of Economics*, 647–661. Pobrano z: <https://faculty.chicagobooth.edu/Richard.Thaler/research/pdf/TheEffectofMyopiaandLossAversiononRiskTakingAnExperimentalTest.pdf> (2.01.2017).
- The Guardian. Pobrano z: <https://www.theguardian.com/money/2016/dec/31/french-workers-win-legal-right-to-avoid-checking-work-email-out-of-hours> (31.12.2016).



Wassilew, A.Z. (2016). Cena a wartość w gospodarce cyfrowej – wybrane problemy. *Ekonomiczne Problemy Usług*, 122, 167–175.

Żylińska, M. (2013). *Neurodydaktyka. Nauczanie i uczenie się przyjazne mózgowi*. Toruń: Wydawnictwo Naukowe Uniwersytetu Mikołaja Kopernika.

### SOME EFFECTS OF THE ATTENTION DEFICIENCY AND OVERUSING THE ICT

**Keywords:** time, attention, Web, culture

**Summary.** The article attempts to organize and outline a map of the problems, which are a result of overuse of ICT and unlimited consumption of media content on the Web. The excessive involvement of attention and time spent in the virtual space are changing lifestyle and culture.

*Translated by Aleksander Z. Wassilew*

### Cytowanie

Wassilew, A.Z. (2017). Wybrane skutki niedoboru uwagi i nadużywania ICT. *Ekonomiczne Problemy Usług*, 1 (126/2), 295–303. DOI: 10.18276/epu.2017.126/2-30.