

Har du husket at motionere din hjerne?

Af: *Susanne Teglkamp, Ledelsesrådgiver i Teglkamp & Co. www.tegkamp.dk*



Mennesket er det klogeste væsen på jorden – lige nu. Snart bliver vi måske overhalet af teknologien. Vi kigger ind i en fremtid, hvor der lægges mange kræfter i at udvikle AI eller kunstig intelligens, som det hedder på dansk. Der arbejdes på at udvikle robotter, som vi kan overlade de mere rutineprægede analyser og afgørelser til.

Det lyder jo umiddelbart dejligt at slippe for alt det trælse rutinearbejde og blot beskæftige os med de meget specielle sager og i øvrigt indimellem lige kontrollere robotternes arbejde! Tænk på al de fritid vi får, som vi f.eks. kan bruge på familien, at rejse og kulturoplevelser! Det lyder næsten for godt til at være sandt og er det måske også.

Din hjerne er en muskel

Hvis vi overlader det meste af rugbrøds tankearbejdet til robotter, er det ikke sikkert, at vores hjerne får nok udfordringer at arbejde med. Hjernen opfører sig nemlig lige som almindelige muskler – hvis den bliver trænet vokser den og hvis den ikke bliver brugt, skrumper den og bliver dårligere til det, den tidligere kunne.



Vi risikerer, at mange menneskers hjerner fremover får alt for lidt 'motion', fordi robotterne har overtaget det helt almindelige tankearbejde. Med andre ord risikerer vi, at robotterne gør os dummere, med mindre vi sørger for at lave hjernegymnastik.

Vores smartphone er vores hukommelse

Nu er der ingen af os der ved, hvor hurtigt tingene kommer til at udvikle sig. Måske har vi har god tid - 20-30 år, før vi reelt ser kloge selvtænkende robotter. Men med det udviklingsmønster, vi har set inden for teknologiens verden de senere år, kan det også gå meget hurtigere.

Selv om vi først får selvtænkende robotter om mange år, er vi allerede nu godt på vej til at overlade meget almindeligt tanke- og huskearbejde til teknologien. Tidligere kunne de fleste af os huske mindst 10 forskellige telefonnumre. Hvor mange telefonnumre kan du huske i dag? Kan du huske dine aftaler i næste uge? Hvor god er du til regner procenter ud i hovedet? Lad mig gætte - det kniber lidt. Hvis du er som de fleste af os andre, vender du dig mod smartphonen efter hjælp. Det er ikke noget, vi bryder vores hoved med. I det hele taget er der mange ting, vi overlader til teknologien.

Start med lidt hjernegymnastik

I dag bruger mange meget tid på at dyrke fysisk motion, skal de nu også bruge tid på at motionere hjernen? Ja, det er en god idé. Og den gode nyhed er, at man ikke behøver at bruge så meget tid på hjernegymnastikken for at få effekt.

Der kan være mange små ting, du kan gøre i dagligdagen for at give din hjerne lidt motion. Du kan f.eks. løse en Soduko, spille huskespil med dine børn, bruge hovedet i stedet for lomme-regneren. Du kan også gå ind via nettet og finde massere af små hjernegymnastikøvelser. Du kan sågar downloade forskellige apps med hjernegymnastik.

God fornøjelse!

Susanne Teglkamp er konsulent og direktør i Teglkamp & Co. Hun er uddannet jurist og reserveofficer og har suppleret med flere lederuddannelser senest Executive Board Programme på INSEAD. Susanne Teglkamp fik Ildsjælsprisen 2012 af DJØFs Brancheforening Selvstændige.

Susanne Teglkamp har tung ledelsesmæssig erfaring og har bl.a. været kommunaldirektør, HR-direktør i to forskellige it-virksomheder og udviklingschef. Hun har i mange år arbejdet som managementkonsulent, karriererådgiver og facilitator. Susanne Teglkamp sluttede sin karriere som reserveofficer som oberstløjtnant. Susanne Teglkamp er i 2015 blevet tilknyttet Forsvarsakademiets Censorkorps som censor i faget ledelse. Derudover har Susanne Teglkamp udgivet flere bøger, hvoraf den seneste 'Fusioner og forandringsledelse i praksis' udkom oktober 2016.

Se mere på www.tegkamp.dk

Skal du rykke på karrieren i 2018?

Er du på den rigtige hylde og hvordan ser din hylde ud? Vil du gerne blive mere klar på, hvad du vil med din karriere? Så kan det være en god idé at sparre med en person, som ikke er en del af din hverdag.

Teglkamp & Co. tilbyder karriererådgivning på timebasis eller et på forhånd tilrettelagt forløb på i alt 5 timer.

Læs mere her: <http://www.tegkamp.dk/Karriereudvikling.pdf>

