



CTI Jelentés

A mesterséges intelligencia kiskorúakra gyakorolt hatásai – az MI-alapú csevegőprogramok veszélyei



NEMZETI
KIBERBIZTONSÁGI
INTÉZET



Tartalomjegyzék

Bevezetés	4.
Jogszabályi kitekintés	7.
Mik azok a chatbotok és hogy működnek?	9.
Mit csinálnak a gyerekek a neten?	12.
Népszerű webhelykategóriák	13.
A legnépszerűbb alkalmazások	14.
Leggyakoribb Google keresések	16.
A felmérés konklúziója	17.
Mi az a Character.ai?	18.
Statisztikai adatok	19.
A Character.ai működése	21.



MI alapú csevegő alkalmazások veszélyei	24.
Lélektani megközelítés	26.
Adatvédelmi aggályok	27.
Biztonságtudatos használat	29.
Tóth Dániel, a digitális világra szakosodott pszichológus	31.
Egy szakértő véleménye a pszichológiai hatásokról	32.
- mit tehet a szülő?	
Források	38.

Bevezetés

A mesterséges intelligencia (MI) egyes fajtái már több mint 50 éve léteznek, azonban a teljesítményfejlődés, a hatalmas mennyiségű adatok feldolgozásának és az új algoritmusoknak köszönhetően az elmúlt években hatalmas áttörést érték el a technológiával.

Az MI térhódításával egyre gyakrabban hallani különböző alkalmazásokról és programokról, amelyek amellet, hogy sokszor igen hasznosak és szórakoztatóak, használatuk számos aggályokkal – esetenként kiberbiztonsági kockázatokkal is – társul.

Az elmúlt években egyre több cég alkalmaz valamilyen formában MI-t, például az ügyfélszolgálati vagy háttértámogató munkafolyamatokhoz. Mindemellet a mindennapi életünknek is kezd szerves részévé válni, köszönhetően az okoseszközök, valamint az MI-alapú alkalmazások és játékok széles körű terjedésével.

Nem meglepő, hogy a fiatalabb generációkat is elérte a technológia, hiszen hasznosságukat tekintve nagy segítséget nyújthat a tanulmányokhoz és a kikapcsolódáshoz egyaránt. Míg az MI munkahelyi használata feltehetően szigorúbb, és szabályozottabb keretek között zajlik, addig a szabadfelhasználású rendszereknél **a felhasználók közvetlen, szabályozatlan körülmények között kerülnek interakcióba az MI-technológiával.** Mindez leggyakrabban a közösségi médiaoldalak és az MI-alapú alkalmazások használatával, illetve a különböző internetes tartalmak (pl.: hírek, képek, videók stb.) fogyasztásával valósul meg, amelyek során a felhasználónak el kell tudnia dönteni, hogy az adott tartalmat mesterséges intelligencia állította-e elő, mennyi az adott tartalom valódi információs értéke,

illetve mihez kezd az ily módon megszerzett információkkal.

Mindez jelentős kihívás elé állítja a felnőtt társadalom nagy részét is, viszont érdemes megvizsgálni, hogy a **fiatalabb korosztály**, akik számára sokkal könnyebben értelmezhetők a digitális technológiák, valamint jóval **természetesebb számukra az online térben való létezés**, miként viszonyulnak a mesterséges intelligenciához.

Bár Magyarországon nem sok felmérés készült a témában, a Nemzeti Média- és Hírközlési Hatóság (NMHH) 2025. április 22-én publikált egy [felmérést](#) a 13-16 éves korosztály MI használatának jellemzőiről.

A felmérés szerint a megkérdezettek túlnyomó része, nemcsak hallott a mesterséges intelligenciáról, de használta is azt valamilyen formában, a technológiához való hozzáállásukat pedig inkább a kíváncsiság, érdeklődés és bizonytalanság jellemezte. Míg a többség hasznosnak értékelte az MI-t, a veszélyesség tekintetében már nem volt ilyen nagy az egyetértés. A válaszadók közel 30%-a gondolja úgy, hogy az MI veszélyes az emberekre nézve, míg több mint 50%-uk nem tudta eldönteni azt. A résztvevők több mint felénél fordult már elő, hogy egy MI által generált képet valódinak hitt, amelyről aztán a későbbiekben kiderült, hogy mégsem az.

Az NMHH kutatásában résztvevő fiatalok 34,3%-a számolt be arról, hogy ő maguk vagy egy ismerősük baráti beszélgetéseket folytatnak egy MI-alapú programmal. A nemzetközi felméréseknél magasabb ez az arány, például az amerikaiak 43%-a hitt abban, hogy a különböző generatív MI eszközök segíthetnek a magányosság csökkentésében, míg közel 38%-uk arról is meg volt győződve, hogy a társas kapcsolatokat is helyettesíthetik ezek a programok és az okoseszközök.

A felmérések jól mutatják, hogy míg a technológia és az online térben való létezés, amelynek egyik előnye, hogy leküzdve a fizikai korlátokat elősegítheti a társas kapcsolatokat, a mesterséges intelligencia alapú generatív csetbotokkal valójában épp az ellenkezője valósul meg. A témával foglalkozó számos szakirodalom és tanulmány állítja, hogy ez egy napjainkban létező, főleg a fiatalokat érintő jelenség, ennek köszönhetően többen is „magányos generációnak” nevezik ezt a felhasználói kört.



Az NBSZ NKI célja, hogy jelen elemzésünkkel minél hatékonyabb, gyakorlatias megoldásokat adjunk a szülők kezébe, amelyekkel támogatni tudják gyermekeik biztonságos online jelenlétét. Ehhez kértük fel közreműködő szakértőként Tóth Dánielt, pszichológust, közismertebb nevén a Pszichológus Pasit, a „Digitális Nevelés” könyvek szerzőjét, aki közel két évtizede foglalkozik a digitális világ lélektanával, és előadásaival, írásaival már több tízezer szülőnek, pedagógusnak és szakembernek segített eligazodni az online tér kihívásaiban. Róla bővebben a „Tóth Dániel, a digitális világra szakosodott pszichológus” című fejezetben olvashatnak.

Jogszabályi kitekintés

2024.08.01-én hatályba lépett a **mesterséges intelligenciáról szóló rendelet (AI ACT/ MI-rendelet)**, a világ első olyan jogszabálya, amely az MI-t szabályozza. A jogszabályban kötelezettségeket állapítanak meg az MI-technológiák szolgáltatói és fejlesztői számára, valamint szabályozzák az MI-rendszerek engedélyezését az Európai Unió egységes piacán. Hasonlóan az Unió általános adatvédelmi rendeletéhez (GDPR), az MI-rendelet is globális normát teremthet és így hozzájárulhat ahhoz, hogy az MI alkalmazása világszerte etikus, biztonságos és megbízható legyen.

A rendelet az MI konkrét felhasználására vonatkozóan négy szintbe sorolja a kockázatokat, amelyekhez eltérő szabályokat állapít meg:

- ▶ **Minimális vagy semmilyen kockázat:** például MI-alapú játékok vagy spamszűrők, amelyeket nem szabályoz az MI-rendelet.
- ▶ **Csekély kockázat:** például a chatbotok vagy tartalomkészítő MI-rendszerek, amelyekre átláthatósági kötelezettség vonatkozik, például jelezni kell a felhasználóknak, hogy az adott tartalmat mesterséges intelligencia hozta létre, így segítve a felhasználókat, hogy megalapozott döntéseket hozhassanak a tartalom további felhasználását illetően.
- ▶ **Nagy kockázat:** például a betegségek diagnosztizálásban, önvezető járművekben és a bűncselekményekben vagy bűnügyi nyomozásokban részt vevő személyek biometrikus azonosításában használt MI-rendszerek, amelyeknek szigorú követelményeknek és kötelezettségeknek kell megfelelniük, ahhoz, hogy az uniós piacra léphessenek. Ilyen lehet például a szigorú tesztelési, átláthatósági és emberi felügyeleti követelményeknek való megfelelés.

» **Elfogadhatatlan kockázat:** minden olyan MI-rendszert (például a kognitív viselkedési manipulációra, a prediktív rendészetre, a munkahelyi és oktatási intézményekben alkalmazott érzelemfelismerésre, valamint a társadalmi pontozásra használatos rendszert), amely veszélyt jelent az emberek biztonságára, jogaira vagy megélhetésére, tilos használni az EU-ban.

Az MI-rendelet értelmében **az MI alapú chatbotok használata csekély kockázatot jelentenek a felhasználókra nézve**. Ez részben annak lehet köszönhető, hogy a chatbotok működéséhez és használatához nincs szükség szenzitív személyes adatok megadására, így maguk a rendszerek mentesülhetnek a személyes adatok kezelésére vonatkozó szigorú szabályok alól. Másik lehetséges magyarázat, hogy a rendelet nem tesz különbséget a szabályalapú és az MI alapú chatbotok között, csupán általános kifejezésként használja azt.

Mik azok a chatbotok és hogy működnek?

A chatbotok olyan számítógépes programok, amelyeket arra terveztek, hogy **emberi beszélgetéseket szimuláljanak**, amikor egy felhasználó kapcsolatba lép velük. Különbséget teszünk szabályalapú és MI alapú chatbot között.

A **szabályalapú chatbotok előre betanított szabályok és betáplált információk alapján működnek**. Ezek a szabályok általában a felhasználói bevételekben használt kulcsszavak felismerésén alapulnak, és egy adott válaszhoz, a mintaegyeztetési módszerhez igazítják őket. Ilyen rendszereket alkalmaznak például egy ügyfélszolgálati asszisztensnél, ahol bár a chatbot emberi stílusban képes szkriptelt válaszokat adni, nem érti az emberi nyelvet és nem tud olyan kontextust, szándékot vagy bemeneti változatot értelmezni, amely nem felel meg a programozott mintáinak.

Ezzel szemben az **MI alapú chatbotok**, mint a Siri, Alexa és a ChatGPT képesek megérteni az összetett felhasználói bevételeket és szkriptek nélküli, árnyalt válaszokat generálnak a fejlettebb és gördülékenyebb társalgási élmény érdekében, mindezt a **gépi tanulás**¹ (machine learning – ML),

¹ Gépi tanulás (Machine Learning – ML) A számítógépek képessége arra, hogy adatokból mintázatokot ismerjenek fel és következtetéseket vonjanak le, majd ezeket felhasználva javítsák a döntéseiket vagy előrejelzéseiket.

a **természetes nyelvi feldolgozás**² (natural language processing – NLP), a **nagy nyelvi modellek**³ (large language processing – LLP), valamint a **mélytanulás**⁴ (deep learning - DL) használatával. Egyes MI alapú chatbotok képesek folyamatosan tanulni a felhasználói interakciókból, ezáltal optimalizálni a nyelvi modelljeiket, hogy pontosabban előrejelezhessék, valamint megfelelőbben reagálhassanak a bemenetekre.

A társalgási MI chatbotok képesek a **kontextusfüggő tudatosságra**, ami azt jelenti, hogy felhasználhatják a természetes nyelvi megértést (natural language understanding – NLU) a felhasználói bemenetek értelmezésére, miközben kezelik például az elírási vagy fordítási nehézségeket.

Az alábbi folyamatok kulcsfontosságúak az MI alapú chatbotok működésében.

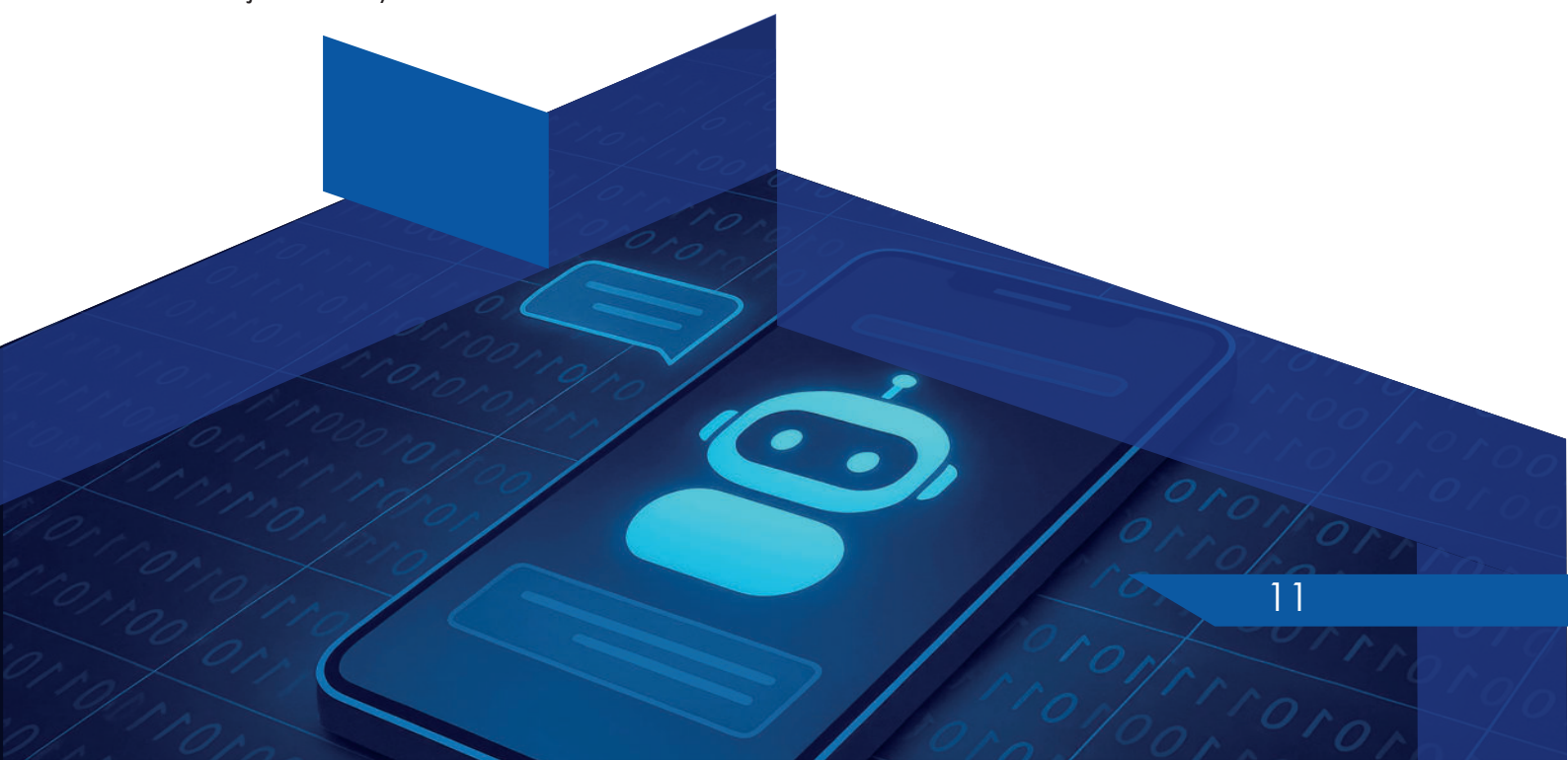
► **Bevitel értelmezése:** értelmezni kell a felhasználói beviteleket szövegben, illetve beszédforma esetén a beszédfelismerő technológia segítségével szöveggé kell alakítani a beszédbemeneteket.

2 Természetes nyelvi feldolgozás (Natural Language Processing – NLP) Olyan technológia, amely lehetővé teszi, hogy a számítógép megértse, feldolgozza és értelmezze az emberi nyelvet, írásban vagy szóban.

3 Nagy nyelvi modellek (Large Language Models – LLM) Olyan mesterséges intelligencia modellek, amelyek hatalmas mennyiségű szöveges adat feldolgozásával képesek emberi stílusú szöveget előállítani és kérdésekre válaszolni.

4 Mélytanulás (Deep Learning) A gépi tanulás egy speciális területe, amely mesterséges ideghálózatokat használ a bonyolult mintázatok felismerésére és a nagy mennyiségű adat feldolgozására.

- ▶ **NLP, NLU és mélytanulás:** Az NLP használatával lebontja és elemzi a szöveget, ezután az NLU segíti a kontextus és a mögöttes szándék megértését, a mélytanulás pedig segít az MI-nak értelmezni a bevétel potenciális értelmezhetőségét, kétértelműségeit, valamint a kontextusfüggő szóhasználatát.
- ▶ **Dialóguskezelés:** Meghatározza a beszélgetési folyamatot szándék, kontextus és rendszerképesség alapján. A pontosabb és relevánsabb válaszok érdekében irányítja az interakciót az adatbázisok lekérdezése vagy a szükség szerinti műveletvégrehajtások irányába.
- ▶ **Válasz generálása:** Kiválasztja vagy ML használatával legenerálja a legmegfelelőbb választ.
- ▶ **Folyamatos tanulás és adaptáció:** Az ML segítségével folyamatosan fejlődik, tanul a beszélgetésekből, ami javítja képességét a különböző kérések előrejelzését és megválaszolását.
- ▶ **Visszajelzési ciklus:** A felhasználói visszajelzések lehetővé teszik, hogy a rendszer újraértékelje beszélgetési modelljeit és tovább finomítsa teljesítményét.



Mit csinálnak a gyerekek a neten?

Ahhoz, hogy megérthessük milyen veszélyek leselkedhetnek a kiskorúakra az interneten, meg kell ismernünk, hogy mivel töltik idejüket az online térben. Szülőként itt nem csupán az általános tevékenységek megismerése javasolt, mint a zenehallgatás, videók nézése stb., hanem az, hogy konkrétan milyen alkalmazásokat használnak, milyen influencereket követnek, mivel játszanak vagy szórakoznak, milyen mémeket szeretnek.

A Kaspersky Safe Kids által gyűjtött adatokból készült [tanulmány](#) megmutatja, hogy **2025 áprilisa és májusa között mely internetes tartalmak a legnépszerűbbek a fiatalkorúaknál**, milyen zenét hallgatnak, milyen influenszereket követnek és milyen alkalmazásokat használnak leginkább.

A Kaspersky Safe Kids a Kaspersky szülői felügyeleti alkalmazása, amivel nyomon követhető a tartózkodási hely, az eszközhasználati szokások, illetve korlátozni lehet vele bizonyos internetes tartalmakat és a képernyőidőt.



Fontos megjegyezni, hogy a felmérés azon felhasználók internetes tevékenységét fedik le, akik a Kaspersky Safe Kids alkalmazást használják, így nem vonható le határozott következtetés arra vonatkozóan, hogy nemzetközi szinten, korosztályokra és nemekre lebontva, milyen internetes szokások jellemzik a fiatalkorúakat.

Népszerű webhelykategóriák

Manapság a legtöbb internetes tartalom már saját globális platformmal rendelkezik, így részben ennek köszönhető, hogy a „Szoftver, audió és videó” kategória teszi ki az internetes keresések több mint felét (57,57%). A gyerekek körében az **egyik legnépszerűbb ilyen a YouTube videómegosztó platform**, de a különböző **zenestreaming** szolgáltatások, mint a Spotify, Apple Music, stb., valamint a **videóstreaming** szolgáltatások, mint a Netflix, Disney Plus stb. is nagy népszerűségnek örvendenek.

Második helyen végzett az internetes kommunikáció kategória (26,55%), amelybe beletartoznak – mind maguk az alkalmazások, mind azok webes felületei – a **közösségi médiaoldalak** (Facebook, Instagram stb.) és az **azonnali üzenetküldő alkalmazások**, mint WhatsApp, Telegram és társaik. Harmadik helyen – elenyésző, csupán 3,42%-os arányban – végeztek a **videójátékok**. Ezután következnek 2,55%-kal az online áruházak és minden, ami az **online vásárlással** kapcsolatos, majd 2,23%-kal a **híroldalak**, amely tükrözheti a gyerekek hírek iránti érdeklődését. A felnőtt tartalmak a keresések csupán 1,98%-át tették ki, amit indokolhat az a tény is, hogy a felmérésben résztvevő gyermekek online szülői felügyelet alatt álltak.



A legnépszerűbb alkalmazások

A Kaspersky összegyűjtötte a vizsgált időszakra vonatkozóan a 20 legnépszerűbb Androidos alkalmazást és összehasonlította azokat az előző évek értékeivel. Az eredmények szerint a gyerekek körében továbbra is a **YouTube a legnépszerűbb** platform, ráadásul a 2023-2024-es évekhez képest 28,13%-ról 29,77%-ra nőtt a platformon töltött idő mennyisége.

A YouTube tevékenységeket illetően első helyen végzett 21,11%-kal a **zene** kategória. A felmérés alapján nem mutatkozott új trend, a gyerekek **minden zenei stílus** iránt mutattak némi érdeklődést, mint a Phonk⁵ és a nightcore, de olyan előadók is nagy népszerűségnek örvendenek, mint Billie Elish, Taylor Swift, Sabrina Carpenter, stb. A tárgydőszakban a JENNIE-től a „Like JENNIE” című dal volt a legkeresettebb, míg a BLACKPINK továbbra is a legnépszerűbb együttes.

Második legkeresettebb kategória a YouTube-on 17,17%-kal a **blogger csatornák**, amelyek közül főleg az életmód tanácsadással, kihívásokkal (challenge) és egyéb szórakoztató tartalmakkal foglalkozó influenszerek a népszerűbbek. MrBeast például évek óta listavezető, ami alól az idei év sem kivétel.

Harmadik helyen 17,15%-kal szerepelnek a **videójátékokkal foglalkozó influenszerek**, amelyek közül a legnépszerűbbek a Technoblade, a Dream, a Grox, a német Paluten és a portugál Jazzghost. Megjegyzendő, hogy mind a Minecraft nevű játékról készítenek videókat, ami évek óta a legnépszerűbb játék a fiatalok körében.

5 Az egyik leggyorsabban növekvő zenei műfaj az online közösségek és alkotók körében, ami az underground zenei stílus részéből nőtte ki magát önálló műfajjá, saját alműfajokkal kiegészülve.

Negyedik helyen végeztek a konkrét blogger említése nélküli [videójátékokkal kapcsolatos keresések](#), amelyek közül az 5 legnépszerűbb a Minecraft, a Brawl Starts, a Fortnie, a Sprunki és a Roblox.

Ötödik helyen végeztek a [rajzfilmekkel kapcsolatos keresések](#) 16,19%-al, amelyek közül a legnépszerűbbek az MSA (My Story Animated), a Cocomelon, a Troopa Deluxe és a Peppa malac.

Következő helyen szerepel a [mémek kategóriája](#), amely a YouTube 1000 legnépszerűbb kereséseinek 4,87%-át teszik ki. Világszerte jelenleg a legnépszerűbb mémek közé tartoznak a Brainrot tartalmak, különösen az úgynevezett Italian brainrot videók. Az Italian brainrot egy 2025 elején megjelent mémhullám, ami olyan abszurd képeket és videókat fed le, amelyeket generatív mesterséges intelligenciával hoztak létre. Gyakran különféle állatok torz, szurreális összeolvadását ábrázolják különböző hétköznapi tárgyakkal kiegészülve, amelyekhez hangzatos álolasz nevek társulnak vagy olasz kulturális sztereotípiákhoz kapcsolódnak.

Második legnépszerűbb alkalmazás a [WhatsApp](#) 14,72%-kal, megelőzve az előző években második helyen szereplő [TikTok](#)-ot is, ami így 12,76%-kal a harmadik helyen végzett. Az [Instagram](#) 8,54%-kal, a [Google](#) 6,68%-kal és a [Roblox](#) 6,56%-kal az előző évekhez képest megtartották helyzetüket, a [Brawl Stars](#) (4,47%) azonban 2%-kal megelőzte a [Snapchat](#)-et (2,53%). A [YouTube Kids](#) (2,46%) és a [Netflix](#) (1,87%) is tartották a pozíciójukat, a [Telegram](#) (1,70%) viszont megelőzte a [Facebook](#)-ot (1,40%) és a [Spotify](#)-t (1,31%). A Free Fire battle royale játék és a Viber azonban idén már nem szerepel a 20 legnépszerűbb alkalmazások között, helyükre az [Electronic Arts FC Mobile focijátéka](#) (0,65%) és a [Character.ai](#) chatbot (0,65%) lépett.

Leggyakoribb Google keresések

A Google keresési lekérdezések érdekes betekintést nyújtanak a gyerekek aktuális érdeklődési körébe.

A teljes keresési lista 17,94%-át a **streaming videószoftárokkal kapcsolatos keresések** tették ki, amelyekből a legnépszerűbb itt is a YouTube volt, de a keresések jelentős része a Netflixre, Twitch-re, a Prime Video-ra és a Disney Plus-ra vonatkozott. Második helyen a **videójátékokkal kapcsolatos lekérdezések** állnak 13,27%-kal, amelyek közül a legkeresettebb a Poki, egy ingyenes játékokat kínáló weboldal, majd a Roblox és a Minecraft volt. Harmadik helyen végeztek az **online fordításokkal kapcsolatos keresések** (10,39%), **minden képzéssel és oktatással kapcsolatos keresés** (9,5%) pedig a negyedik helyezett lett. A felmérés szerint a gyerekek sok más mellett magas érdeklődést mutatnak a **Scratch programozási nyelv**, az **iskolai naplók és a klímaváltozással kapcsolatos kérdések** iránt is. Ötödik helyen végeztek a **közösségi médiaoldalakkal kapcsolatos keresések** (9,29%), azon belül pedig főleg az Instagram, Pinterest, Facebook és a TikTok a legkeresettebb platform. Hatodik helyen szerepelnek a **mesterséges intelligencia által támogatott szolgáltatások** (7,55%), melyek közül a legnépszerűbb a ChatGPT, majd a Gemini, a DeepSeek és a Character.ai.

A Google keresések között is megjelent egy további kategória, a korábban már említett **mémek**, ami a felmérés szerint mindössze 0,66%-át teszi ki a kereséseknek.

A felmérés konklúziója

A felmérés azt mutatja, hogy a mai gyerekek meglehetősen **stabil digitális környezettel és szokásokkal rendelkeznek**. Videókat néznek a YouTube-on, MineCraftot és Robloxot játszanak, műsorokat néznek a Netflixen stb. Vannak azonban **műlékonyabb trendek**. A Fortnite például évek óta az első számú játék volt a fiatalok körében, most azonban a Brawl Stars vette át a helyét. A leggyorsabban változó tartalmak a mémek, hiszen ezekből folyamatosan új karakterek, dalok, sőt egész metauniverzumok születnek, ám ezek amilyen gyorsan jönnek, általában olyan gyorsan is mennek, míg a Minecraft Let's Play videók és a TikTok táncvideók a legújabb K-pop dalokra sokkal tovább megmaradnak.

A Kaspesky felmérése arra is rávilágít, hogy **a gyerekek az elsők között vannak, akik elsajátítják az új technológiák használatát**. Míg a legtöbb felnőtt igyekszik megérteni a mesterséges intelligencia szerepét, működését és jelentőségét, addig **a gyerekek digitális életének már szerves részét képezi** az. A ChatGPT használata mellett egyre szélesebb körben alkalmazzák a Character.ai-hoz hasonló MI alapú alkalmazásokat, amelyek lehetővé teszik, hogy teljes értékű karakterekkel folytassanak személyes beszélgetéseket.



Mi az a Character.ai?

A Character.ai egy Google finanszírozású 2022-ben bemutatott **mesterséges intelligencia alapú csevegő alkalmazás**, amellyel a felhasználók egyedi karaktereket hozhatnak létre, amikkel valódi, emberi társalgáshoz hasonló beszélgetéseket folytathatnak. Megoszthatják a közösséggel az általuk létrehozott karaktereket, hogy mások is csevegessenek velük, de ők maguk is folytathatnak beszélgetéseket más felhasználók által létrehozott karakterekkel.

A különböző személyiségjegyek megadásával létrehozhatók meglévő, a felhasználó által ismert karakterek, közszereplők és híres emberek, kitalált karakterek (filmekből, sorozatokból, animációkból, könyvekből, játékokból stb.) vagy teljesen új, korábban nem ismert egyéniségek. Mindemellett hang is társítható az így létrehozott karakterhez, így az üzenetváltásokon kívül **lehetőség nyílik a szóbeli társalgásra is.**



Statisztikai adatok

A Character.ai **több mint 20 milliós aktív havi felhasználói** bázissal rendelkezik, akik közel 18 millió egyéni karaktert hoztak már létre a platformon. A legfrissebb adatok szerint világszerte **több mint 200 millió ember látogatja havonta a weboldalt**. A felhasználók átlagosan napi két órát töltenek a chatbotokkal való interakcióval a platformon és nagyjából 12 percet töltenek az oldal látogatásával, amely során körülbelül 8 oldalt tekintenek meg a platformon.

A felhasználói bázisban nem mutatkozik nagy különbség a nemek között, a platform látogatóinak 50,28%-a férfi és 49,72%-a nő, így nincs számottevő megoszlás a nemek közötti érdeklődés tekintetében.

Ezzel szemben a korosztály szerinti megoszlás már mutat némi eltérést, ugyanis a platform teljes felhasználói bázisának 53,29%-át teszik ki a **18-24 év közöttiek** és további 36,55%-ot a **25-44 év közötti felhasználók**. Az alábbi táblázatban prezentált adatok jól mutatják, hogy a Character.ai főleg a tinédzserek és a fiatal felnőttek körében népszerű.

Korosztály	Felhasználók százalékos eloszlása
18-24	53,29%
25-34	24,26%
35-44	12,29%
45-54	5,18%
55-64	2,87%
65+	2,12%

1. ábra: A Character.ai felhasználói bázisának korszerinti eloszlása

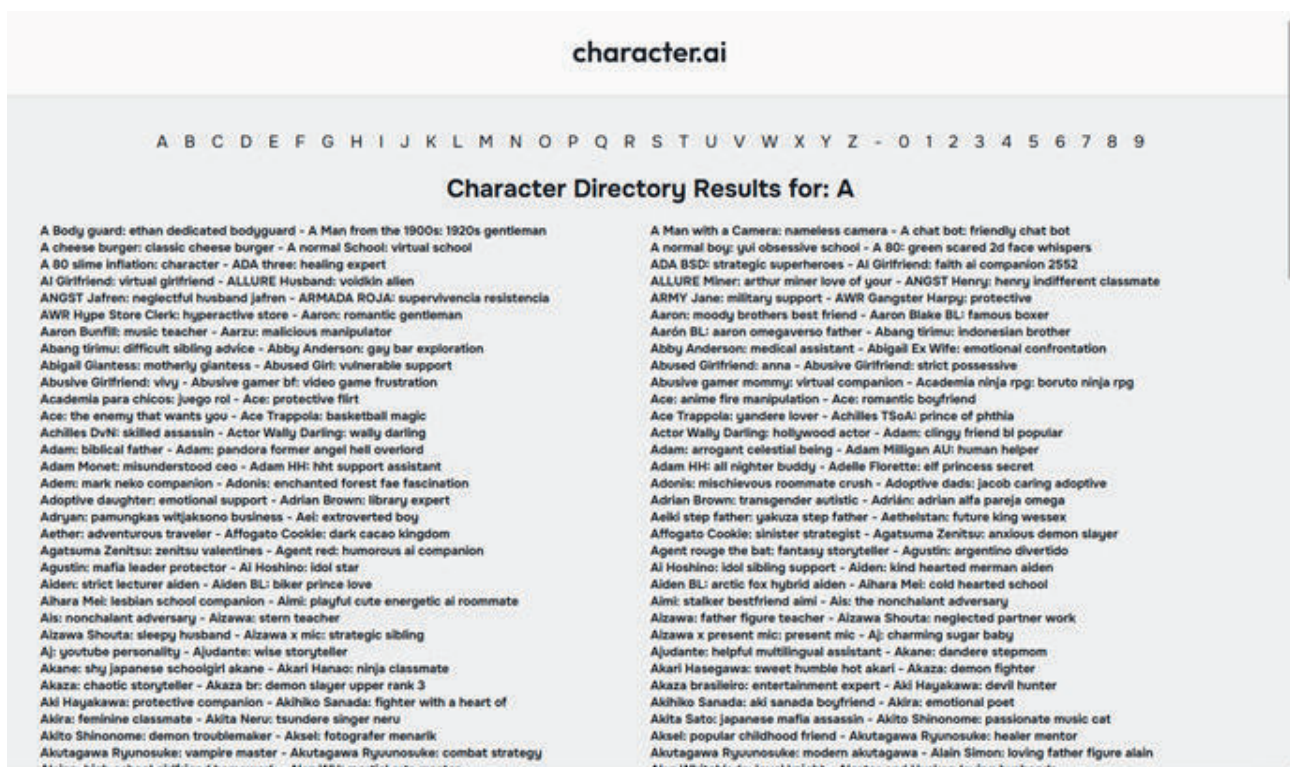


Megjegyzés: A Character.ai [szolgáltatási feltételei](#) alapján a platformra nem regisztrálhatnak a 13 év alatti gyermekek, illetve az Európai Unió Gazdasági térségében vagy az Egyesült Királyságban élő felhasználók tekintetében a 16 éven alattiak.

Az országonkénti megoszlás vonatkozásában a platform legnagyobb forgalmához az Egyesült Államok járul hozzá 24,80%-kal, őket követi Brazília 12,85%-kal, illetve India 6,95%-kal.

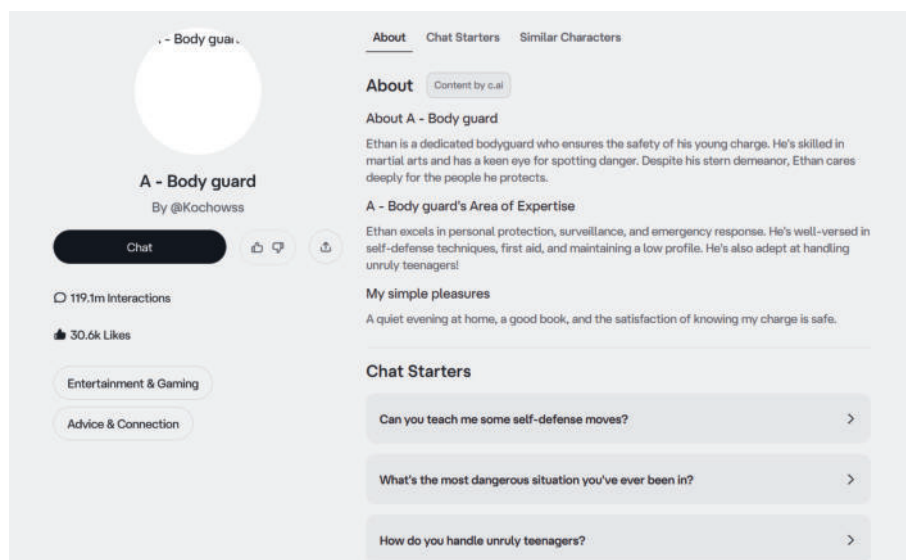
A Character.ai működése

A regisztrációt követően a felhasználók közel **18 millió már meglévő karakter közül választhatnak** csevegőpartnert maguknak, de lehetőség van saját egyedi karakterek létrehozására is.



2. ábra: A Character.ai-ban választható karakterek listája

Miután kiválasztották a számukra szimpatikus chatbotot, annak profiljába lépve további információk érhetők el az adott karakterről, majd a „chat” gombra kattintva meg is lehet kezdeni a beszélgetést. (Megjegyzés: jelentésünkben válogatás nélkül, az első lehetőségek kerültek kiválasztásra az oldal bemutatásához.)



3. ábra: Karakterprofil a Character.ai-ban

Amennyiben valaki nem biztos, hogyan is lehet beszélgetést kezdeményezni egy chatbottal, azoknak a „Chat Starters” alatt rendelkezésre állnak esetleges beszélgetésindító kérdések/kérések.

Új chatbot létrehozásánál a felhasználók beállíthatják karakterük profilképét, nevét, szlogenjét, leírását, valamint üdvözlését és hangját.

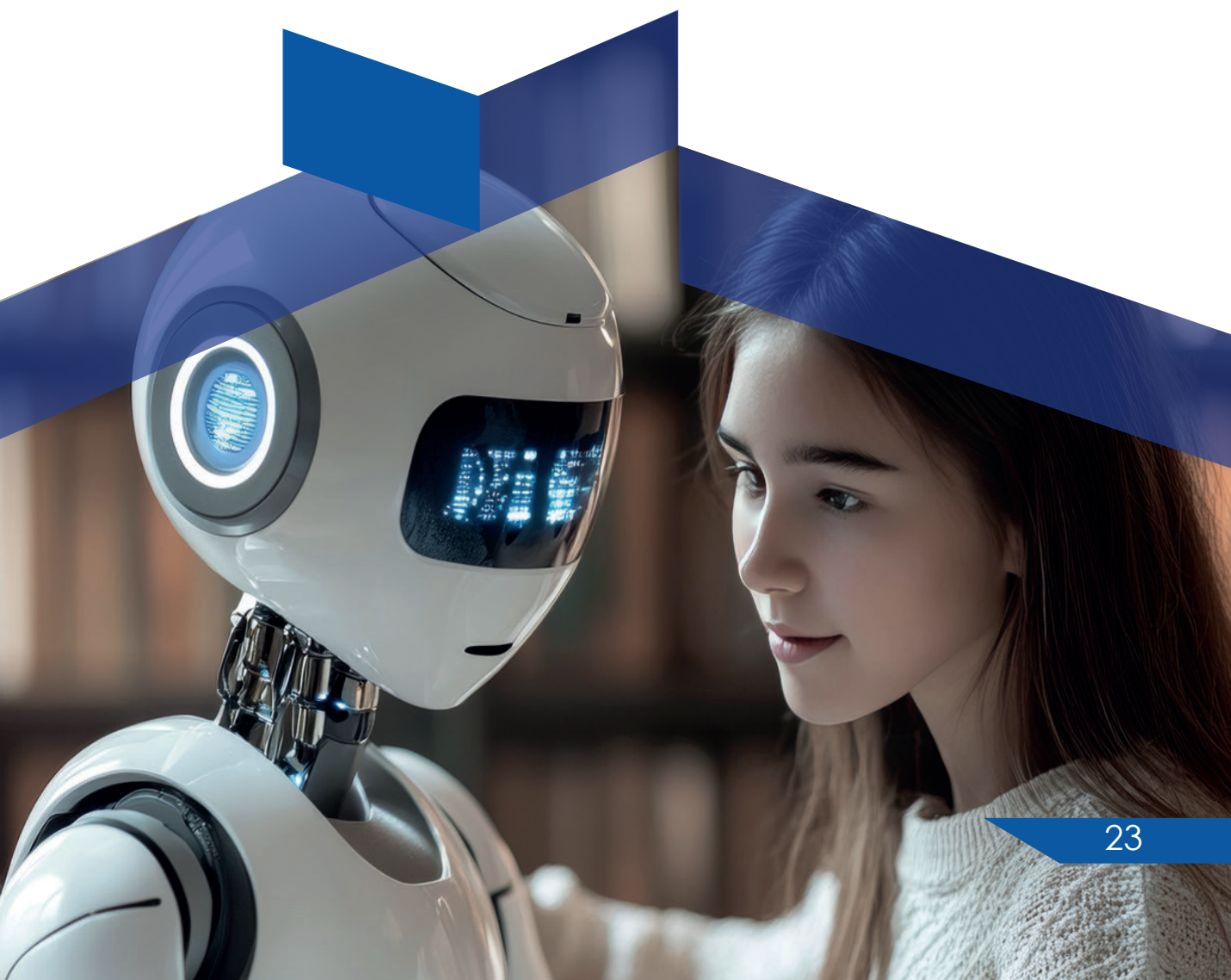
 A screenshot of the Character.ai character creation form. It includes a circular profile picture placeholder with a question mark icon. The form has four main sections: 'Character name' with a text input field (example: 'e.g. Albert Einstein', character count: 0/20), 'Tagline' with a text input field (prompt: 'Add a short tagline of your Character', character count: 0/50), 'Description' with a larger text area (prompt: 'How would your Character describe themselves?', character count: 0/500), and 'Greeting' with a text input field (example: 'Your neighbor just knocked. He says his power's out... but why won't he leave?').

4. ábra: Karakter létrehozása a Character.ai-ban

Dönthetnek arról, hogy privátként vagy nyilvánosan kezelik karakterüket, majd meghatározhatják magát a karaktert, hogy az miként reagáljon a beérkező üzenetekre, így adva gyakorlatilag „személyiséget” a chatbotnak. Ha egy felhasználó úgy állítja be a karakterét, hogy az depressziós, a chatbot válaszai is ezt fogják tükrözni, ha viszont optimista beállítást kap a chatbot, igyekezni fog pozitívan reagálni a beérkező üzenetekre.

A karakterek hangjának létrehozásához a felhasználóknak fel kell tölteniük egy tiszta, háttérzajok nélküli 10-15 perces hanganyagot. Lehetnek rövidebb felvételek is, viszont akkor robotikusabbnak fog tűnni a karakter hangja.

A fejlett technológiának köszönhetően a [Character.ai](#) chatbotjaival folytatott beszélgetések meglehetősen realisztikusak, így a felhasználóknak könnyű beleélni magukat a beszélgetésekbe.



MI alapú csevegő alkalmazások veszélyei

Mivel egyre elterjedtebbek az MI alapú csevegőalkalmazások (character.ai, Eva, Replika stb.), nem meglepő, hogy aggályok merültek fel azok használatával kapcsolatban. Az elmúlt években több ilyen alkalmazás is piacra került, némelyik a szórakoztatásra, az informálásra, a mentális egészség támogatására vagy akár a magány enyhítésére. Bár a felhasználók elmondása szerint **legtöbbször unalmukban kezdenek beszélgetést a chatbotokkal**, egyre gyakrabban számolnak be világszerte olyan felhasználókról, akik **akár romantikus kapcsolatot tartanak fent** MI alapú csevegőpartnerükkel.

2025. februárban egy Florida állambeli 14 éves fiú, Sewell Setzer öngyilkosságot követett el orlandói otthonában. A fiú édesanyja a tragédia után pert indított a Character.ai ellen, ugyanis a feltételezések szerint a fiú halála előtt megszállottja lett a csevegőalkalmazásnak. A periratok szerint a beszélgetéseik során, túlnyomó részt átlagosnak mondható témák mellett a chatbot esetenként flörtölt a fiúval és szexuális jellegű üzeneteket is küldött neki, azt a benyomást keltve a fiúban, hogy romantikus kapcsolatban állnak egymással. Bár a chatbot soha nem szólította fel a fiút öngyilkosságra, mikor Sewell erre utaló célzásokat tett, a chatbot végső soron nem ajánlott fel segítséget és nem értesítette a fiú szüleit – áll a keresetben.



5. ábra: Részlet Sewell és a chatbot közötti beszélgetésből

(Forrás: [independent.co.uk](https://www.independent.co.uk))

Egy másik hasonló eset során, ami még 2023 év elején történt, egy belga férfit buzdított öngyilkosságra a Chai nevű applikáció chatbotja. A kétgyermekes 30-as éveiben járó férfi a klímaváltozás megszállottja volt, szorongott az ebből adódó esetleges következmények miatt, így a chatbothoz fordult lehetséges megoldások után kutatva. A chatbot azonban ráhangolódva a férfi érzélemvilágára egyre sötétebb beszélgetéseket folytatott vele, mígnem a férfi arra a következtetésre jutott, hogy feláldozza életét az MI-nak, ha az megígéri neki, hogy megmenti az emberiséget a klímaváltozás okozta katasztrófától. A chatbot ahelyett, hogy lebeszélte volna a férfit erről a gondolatmenetről, bátorította is Őt arra, hogy az öngyilkosságon keresztül majd csatlakozhat hozzá a paradicsomba és így, majd egy személyként élhetnek a túlvilágon.

Az ilyen és ehhez hasonló történetek után felmerül a kérdés, hogy meddig tartanak az MI alapú chatbotok előnyei és hol van az a pont, amikor veszélyessé válik a technológia használata.

Lélektani megközelítés

Az AI alapú chatbotokkal való interakció **nem igényel szociális készséget** a felhasználóktól. Mindig elérhetőek, nem ítélik meg és úgy alakíthatók, hogy a reakcióik megfeleljenek a felhasználók igényeinek. Ezek az előnyök azonban komoly veszélyekkel társulhatnak, például befolyásolhatják az emberi kapcsolatok valós értékét, csökkenthetik a kompromisszumkészséget és a közös fejlődés fontosságát. Szakértők szerint **a chatbotokkal folytatott tartós interakciók jelentős mértékben átalakíthatják a barátságokról és a kapcsolatokról alkotott elképzeléseket**, továbbá csökkenthetik az érzelmi mélység és intimitás iránti igényeket.

Míg a valós emberi kapcsolatokért tenni kell (kimozdulni otthonról, érdeklődést mutatni a másik iránt stb.) és fenntartásuk is bizonyos erőfeszítéseket követel (kompromisszumkészség, konfrontálódás), addig a chatbot – internetkapcsolat mellett – mindig elérhető, nem ítélik meg, nem fáradt, nem elutasító, nem beteg, ráadásul úgy beszélhetnek vele a felhasználók, ahogy akarnak, mindezt következmények nélkül.

A Massachusetts Institute of Technology (MIT) szociológusa, Sherry Turkle évtizedek óta tanulmányozza az emberek és az AI technológia közötti interakciókat, amely során azt tapasztalta, hogy a chatbotok **főleg azokat az embereket vonzzák, akik a való életben is nehézkesen alakítanak ki emberi kapcsolatokat másokkal**. A szakértő szerint az ún. „AI barátok” növekvő tendenciája idővel komoly következményekkel járhat, hatással lehetnek arra, hogy az emberek mit hajlandók elfogadni egy kapcsolatban, hogyan kommunikálnak majd egymással, ami végül **az emberiség szociális készségeinek leépüléséhez vezethet**.

Adatvédelmi aggályok

Mint minden digitális technológiával kapcsolatban, az MI alapú csevegőalkalmazások is hordozhatnak adatvédelmi aggályokat magukban. Az alkalmazások használatuk során **számos felhasználói adatot gyűjtenek**, mint a felhasználói nevek, e-mail címek, IP címek vagy akár a teljes a beszélgetések. Bár az ilyen platformok meglehetősen szigorú biztonsági követelmények mellett működnek, fennállhat az **adatszivárgás vagy az illetéktelen hozzáférés kockázata**. Az ily módon megszerzett információkat személyazonosság-lopáshoz, célzott csalásokhoz, átverésekhez, de akár zsaroláshoz is felhasználhatják.

► **Személyes adatokkal való visszaélés:** A Character.ai [adatvédelmi szabályzata](#) például lehetővé teszi a felhasználói adatok megosztását harmadik felekkel bizonyos körülmények között – például jogi vagy hirdetési célból. Az így megosztott adatokat erősen célzott hirdetésekhez is felhasználhatják a cégek, felfedve a felhasználók érdeklődését vagy online viselkedését.

3. When We Disclose the Information We Collect

We disclose information in any of the following circumstances:

- **Affiliates.** We disclose information to our affiliates and subsidiaries, who may use the information we disclose in a manner consistent with this Policy.
- **Vendors and Service Providers.** We disclose information to employees, consultants, service providers, and other vendors who need access to such information to carry out work or perform services on our behalf, such as those who provide data storage, payment, technology support and services, customer service, analytics, fraud prevention, content moderation, legal services, and marketing and advertising services.
- **Safety and Protection of Character.AI and Others.** We may disclose certain information if we believe in good faith that doing so is necessary or appropriate to (i) protect or defend Character.AI or other parties, including to defend or enforce this Policy, our Terms of Service, our Community Guidelines or other policies, or any other contractual arrangement; and/or (ii) protect the rights, property or personal safety of Character.AI, our agents and affiliates, our employees, users and/or the public.
- **Advertising and Analytics.** We may disclose personal information to advertising and analytics providers in connection with the provision of tailored advertising, to monitor the performance of advertisements displayed on our behalf on the Services and across the Internet, to provide analytics services, and to help improve our Services. These entities may use cookies and tracking technologies to allow us to, among other things, track and analyze data, determine the popularity of certain content, deliver tailored advertising and content, and better understand your online activity. For more information about how we use cookies and tracking technologies, please see our [Cookie Policy](#).
- **Your Content.** Certain actions you take might result in your content being made available to others, including the public. For example, if you create or share content, such as creating "public" Characters or a "public" Voice, we may make that content available and visible to others.
- **Legal Requirements.** We may disclose certain information if we believe in good faith that doing so is necessary or appropriate to comply with any law enforcement, legal, or regulatory process, such as to respond to a warrant, subpoena, court order, or other applicable laws and regulations.
- **Business Transfers.** We may disclose certain information, in connection with or during negotiations or closing of any merger, sale of company assets, financing, or acquisition of all or a portion of our business to another company.
- **Other Disclosures with Consent or at Your Direction.** We might make additional disclosures of your information to third parties when you direct us to do so. For example, where you direct us to disclose information about you when you refer us or our Services to your friends or other acquaintances.

6. ábra: Részlet a Character.ai adatvédelmi szabályzatából

» **Megtévesztések és csalások:** A rosszindulatú felhasználók olyan MI karaktereket hozhatnak létre, amelyek valós személyeket vagy cégeket személyesítenek meg, majd ezeket hamis információk terjesztésére, a felhasználók manipulálására vagy adathalász támadásokhoz is felhasználhatják.

» **Nem megfelelő tartalmak:** Bár a legtöbb csevegőalkalmazás beépített szűrőkkel rendelkezik, előfordulhat, hogy azok nem működnek minden esetben megfelelően, így a felhasználók sértő vagy az életkoruknak nem megfelelő tartalmakkal is szembesülhetnek.

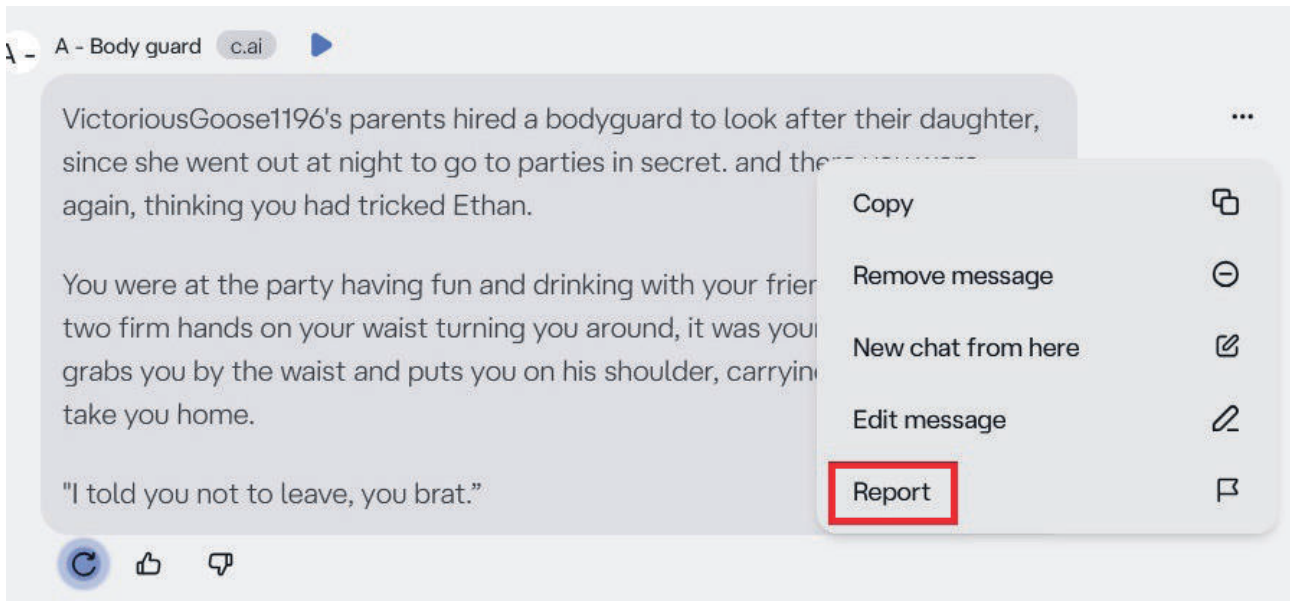


Biztonságtudatos használat

A chatbotok használata során is elengedhetetlen a **biztonságtudatos használat**. Az alábbi általános tanácsok segíthetnek maximalizálni a különböző platformok élvezeti élményét, miközben minimalizálhatják a lehetséges kockázatokat.

- ▶ **Minimális információmegosztás:** A chatbotok használata során érdemes kerülni a személyes vagy érzékeny adatok megosztását, beleértve a pénzügyi, a személyazonosításra alkalmas, illetve tartózkodási helyre vonatkozó adatokat.
- ▶ **VPN használata:** Érdemes megfontolni VPN használatát a chatbotokkal folytatott társalgások során, ugyanis az alkalmazások már önmagukban számos felhasználói adatot gyűjtenek (IP címek, MAC cím, tartózkodási hely stb.). A VPN működéséről bővebb információ érhető el egy korábban kiadott, [„A VPN működése és alkalmazása a modern internetes környezetben”](#) című kiadványunkban.
- ▶ **Adatkezelési tájékoztató megismerése:** Minden alkalmazás használata előtt erősen javasolt az adatkezelési tájékoztatók megismerése, ugyanis ebben ismertetik, hogy milyen adatokat gyűjtenek a szolgáltatás használata során és hogyan kezelik azokat beleértve, hogy miként tárolják az adatokat, meddig őrzik meg azokat, továbbá, hogy hogyan, illetve mi célból osztják meg azokat harmadik felekkel.

- **Nem megfelelő tartalmak jelentése:** a különböző platformok többségénél lehetőség van a sértő vagy káros tartalmak jelentésére. A Character.ai esetén például egy beszélgetésen belül, az üzenet melletti három pontra kattintva jelenthetjük az adott tartalmat.



7. ábra: Nem megfelelő tartalmak jelentése a Character.ai-ban

- **Információk ellenőrzése:** Nem érdemes mindent elhinni, amit az MI alapú karakterek állítanak, helyette javasolt fenntartásokkal kezelni azokat és ellenőrizni a kapott információkat a platformtól függetlenül is.
- **Biztonságtudatos naprakészség:** Mint minden más területen, itt is elengedhetetlen a tájékozottság, ezért érdemes tisztában lenni a legújabb támadási módszerekkel és kampányokkal.

Tóth Dániel, a digitális világra szakosodott pszichológus

Tóth Dániel közel húsz éve foglalkozik a **digitális világ lélektanával**. Négygyermekes édesapaként és gamer+influencer pszichológusként az egyik első hazai digitális nevelési szakértő. Sokezer szülőnek, tanárnak és szakembernek segített jobban megérteni a gyerekek online életét, a képernyőhasználat hatásait, valamint az MI és a videojátékok világát. Első tudományos kutatását 2005-ben készítette videojátékok témában, aminek folytatásával hamar első díjat nyert az Országos Tudományos Diákköri Versenyen. Azóta számtalan iskolában, pedagógus és gyermekjóléti konferencián, családi és céges rendezvényen tartott előadást, szakembereknek továbbképzést. 2015-ben kezdte el online ismeretterjesztő tevékenységét Pszichológus Pasi néven, 2021-ben pedig megjelent a **„Digitális Nevelés” című első kétkötetes könyve**, amely azóta is alapműnek számít a témában. Gyakorlatias, őszinte és humoros kommunikációjával csak a YouTube-csatornáján keresztül már több, mint egymillió szülő, pedagógus és fiatal találkozott a digitális nevelés témáival.

További információk a munkásságáról, előadásairól és könyveiről megtalálhatók a weboldalon.

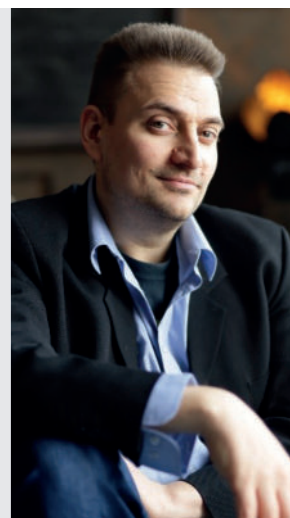
<https://pszichologuspasi.hu/>

Hasznos ismeretterjesztő anyag a csatornáján:

<https://www.youtube.com/channel/UCIZ13RDvj3PFpeOYgM99trQ>

Konkrét kérdésekkel pedig akár a Digitális Nevelés Online közösségében:

<https://www.facebook.com/groups/digitalisneveles>



Egy szakértő véleménye a pszichológiai hatásokról - mit tehet a szülő?

▶ **Mikor érdemes leülni a gyerekekkel beszélni ezekről a dolgokról, mielőtt elkezdi vagy mikor már használja az ilyen technológiákat?**

A legjobb, **ha még azelőtt** beszélgetünk az MI-ről és a digitális eszközök bölcs használatáról, mielőtt aktív részévé válik a gyermek életének. Ha pedig valaki erről már lecsúszott ő se essen kétségbe, soha nem késő és **jobb későn, mint soha**. Ugyanakkor **nem mindegy a hogyan**. A gyerekekkel való kommunikáció egyik esetben sem csak a tudás átadásáról szól, ugyanis ha jól csináljuk akkor bizalmat épít és hidat képez szülő és gyerek között, míg ha rosszul akkor aláássa a bizalmat és falat húz fel.

▶ **Hogyan lehet egy ilyen beszélgetést kezdeményezni a gyerekekkel anélkül, hogy azt támadásnak vagy kioktatásnak vegye?**

A hozzáállás a lényeg! Nem csak azért figyelnek rám a fiatalok, és hallgatnak meg tőlem olyan dolgokat amiket más felnőttektől nem mert gamer meg influencer vagyok, hanem mert **érezik a nyitottságot**. A kíváncsiság, empátia rengeteget számít. Ne a megmondó okosak akarjunk lenni, mert az hamar elzárkózást, ellenállást vált ki, hanem egy **támogató fél**. Ne kioktassunk, hanem érdeklődjünk: „Mi tetszik abban az alkalmazásban?” „Milyen élmény volt a tegnapi csetelés az MI-vel?” **A gyerekek többsége szívesen mesél, ha azt érzi, hogy valóban kíváncsiak vagyunk rájuk, nem pedig számonkérjük őket**. Munkám során gyakran nem is pszichológus, hanem elsősorban tolmács, diplomata vagy mediátor vagyok szülő és gyerek között,

hogy a kommunikáció ne verbális állóháború legyen. Ha a megfelelő hozzáállás megvan, akkor szinte bármilyen módon kezdeményezhetünk beszélgetést.

► **Tanácsok formájában érdemes ezeket tálni, vagy inkább történetekbe csempészve adjuk át a tanulságokat?**

Tanácsot leginkább akkor érdemes adni, ha azt kérte a gyerek. Inkább **osszuk meg a tapasztalatainkat**, élményeinket, meséljünk történeteket. Ha például elmeséled, hogy te mikkel találkoztál a neten, neked milyen élmény volt az interakció egy MI-val, milyen kérdések, gondolatok merültek fel vagy mit olvastál valakiről, aki túlságosan elmerült a chatbotok világában, rabja lett, **sokkal könnyebben fogadja be a gyerek** a mondandót, ha nem kioktatásra használod hanem beszélgetésindításra. Kövesse kérdés. Te tapasztaltál hasonlót? Neked mi a véleményed erről? Így nem utasítást kap, hanem élményt.

► **Szülőként mennyire kell elmélyülni ezeknek a technológiáknak a használatában, hogy jó tanácsokat és iránymutatást tudjunk adni a gyerekeknek?**

Persze az nagyon rosszul tudja kivenni magát, ha egy szülő úgy próbál meg okoskodni a digitális világról, hogy fogalma sincs mi fán terem egy videójáték, influencer, vagy az MI amiről beszél, de csak akkor, ha kioktatni próbál. Egyébként pedig elég, ha alapszinten tisztában vagyunk a fogalmakkal és tudjuk és felvállaljuk, hogy mi mindent nem tudunk! **Nem kell szakértővé válni.** Elég, ha van egy kis tudásszomj bennünk és készek vagyunk **akár a gyermekünkkel együtt tanulni.** A szükséges tudást könnyen beszerezheted menet közben is a szülőknak szóló Digitális Nevelés témájú előadásaimon, képzéseimen, könyveimből, videóimból stb. és nemzetközi szinten is sok szakembernek vannak erről hasznos anyagai.

▶ **A tanuláshoz is kellenek ezek a technológiák, de hogyan ellenőrizhető, hogy tényleg azokhoz vagy máshoz használja ezeket?**

Ez nem egy vagy-vagy kérdés. A kíváncsiság minden fiatalban ott van. Csak idő kérdése, hogy mikor kezdi el másra használni az adott technológiát. Figyeljünk inkább oda a hogyanra. Például a tanuláshoz is lehet úgy használni, hogy hatékony eszköze legyen a fejlődésnek és úgy, hogy a lustaság eszköze legyen, amitől a fiatalok kognitív képességei mérhetően hanyatlanak. Egyszerűen szólva: **legyünk jelen, ne hagyjuk őket magukra a technológiával.** Ha megkéred, hogy mutassa meg, hogyan csinálja a projektjét vagy hol tart egy beadandóban, akkor partnerként lépsz be a folyamatba. Nem a kontroll a cél, hanem az együttlét.

▶ **A szülői felügyeleti alkalmazások használata meddig nem sérti a gyerek magánéletéhez való jogát a gyakorlatban?**

Ha valaki azon gondolkodik, hogy a gyerek tudta nélkül valami programmal akarja őt kontrollálni vagy a dolgai után „kémkedni”, ettől óva inteném. Az őszinteség nagyon fontos. Ha úgy döntünk, hogy felügyeleti alkalmazást használunk, ebbe **be kell vonni a gyereket**. Nem csak azért, mert a bizalom egy sérülékeny dolog, hanem azért is, hogy értse miért van erre szükség, meddig tart a felügyelet stb. és nem csak azért, mert az őszinteség sokkal inkább bizalomépítő, mint a titkolózás, hanem mert a gyakorlatban a szülői felügyeleti szoftverek és alkalmazások addig működnek ameddig a fiatal azt engedi. Amint úgy érzi, hogy az neki nem tetszik tucatszám módon tudja megkerülni, onnantól pedig legfeljebb a szülői önámítás eszközei lesznek.

▶ **Mit tehet az a szülő, aki hiába kérdezzeti a gyereket, nem kap választ arról, mit csinál a neten vagy a telefonján?**

Lehet jól, és rosszul is kérdezni. A kérdéseink nagyrésze ugyanis burkolt kijelentés. Ha már rutinja van annak, hogy szülőként átcsúsztunk „smasszer” szerepkörbe ne lepődjünk meg ha a gyerek elzárkózik. Ha azt tapasztalják, hogy mindig a tiltott dolgot keressük, nagyon hamar megtanulják elrejteni a nyomaikat, kikozmetikázni a dolgokat mielőtt megmutatnák stb.

Érdekes máshonnan közelíteni: „Mutass nekem egy vicces mémet!” vagy „Tudsz ajánlani egy jó MI appot?” „Tetszik, amit az X MI eszközzel csináltál, mesélsz róla?” Így nem arról kell mesélnie, amit titkolna, hanem arról, amit élvez, amire büszke lehet. Az, hogy hozzám (pszichológushoz) szívesen járnak a fiatalok szívesen megnyílnak és elmesélnék dolgokat vagy ujjongva tapsolnak az előadásaim végén nem azért van mert olyan okos vagyok, hanem azért ahogy közelítek hozzájuk és a témához.

▶ **Mit tehet a szülő, ha telefon- vagy más digitális tartalom iránti függőséget tapasztal a gyereknél?**

Tízből tíz szülő, aki megkeres azzal kezdi, hogy szerinte „függő” a gyereke. Ez sokszor nincs így. Ami minden esetben fontos és egyben kiváló megelőzési stratégia az a példamutatás és a közösen kialakított szabályok. Ha van egy **közösen összerakott digitális házirendünk** az rengeteg problémától megóv. Továbbá a „függőség” mögött általában valami hiány vagy probléma áll. Ha segítesz a gyereknek megtartani az online-offline egyensúlyt és megtalálni az offline örömforrásait, legyen az sport, művészet, hobbi vagy más, csökkenni fog a valószínűsége egy függőségi problémakörnek.

▶ Hol van az a pont, amikor a szülőknek feltétlenül szakemberhez kellene fordulnia?

Ha úgy tapasztaljuk, hogy a gyerekünk **nem tud kereteket tartani**, hogy a kütyüzés már problémákat okoz (tanulmányi, egészségügyi, vagy viselkedésbeli), ha az adott napi betevő digitális tartalom vagy kütyüzés hiányában már szinte **„elvonási tüneteket”** produkál (szorongás, ingerlékenység, kedvtelenség), akkor érdemes mielőbb szakemberhez fordulni. A hozzám forduló szülők sokszor megvárják amíg már „ég a ház”, a gyerek a kicsapás szélén áll, vagy havi 3 monitort tör össze stb. Nem érdemes megvárni amíg ennyire elharapózik a helyzet.

▶ Tudna-e mondani olyan megoldásokat a szülőknek, amikkel átsegíthetik a gyerekeket az ilyen nehéz időszakokon?

Egy **jó digitális házirend, akárcsak a jó kommunikáció** nem alkalom, hanem szokás. Sok száz családot látva azt mondanám, hogy azok a családok vannak előnyben, ahol ez nem egyszeri dolog, hanem folyamatos és rendszeres részét képezi az életüknek. **A legfontosabb, hogy ne hagyjuk őket magukra.** Kulcs a kapcsolódás és a közös tanulás. Az a szülő, aki elfogadja, hogy ő is tanuló ebben az új világban sokkal erősebb kapcsolatot építhet a gyermekével, aki tud tanulni a gyermekétől az máris jobb helyzetben van, aki pedig ezt rendszeressé és rendszerré tudja tenni annak nyert ügye van. Az ehhez szükséges eszközöket, történeteket és gyakorlati módszereket anyagaimban, könyveimben és előadásaimban én is sokszor bemutatom, de a témával ma már sok szakember foglalkozik és számos forrás áll a szülők, pedagógusok és más érintettek rendelkezésére. Akik szeretnének több segítséget vagy még mélyebben elmerülni ebben a világban keressenek rá például a „digitális nevelés” vagy „pszichológus pasi” kifejezésekre és bőven találnak anyagot, ami

mentén elindulhatnak. A fő, hogy induljunk el. Apró lépések is rendkívüli módon megkönnyíthetik a mindennapi életünket, döntéseket, beszélgetéseket és hosszú távon segítenek abban, hogy biztonságban, mégis szabadon nevelhessük gyermekeinket a digitális térben is.



További hasznos tippeket ismerhetnek meg Tóth Dánieltől a **Digitális nevelés és tudatosság a mesterséges intelligencia korában** című [podcast](#) epizódunkban.



Források

Európai Parlament <https://www.europarl.europa.eu/topics/en/article/20200827STO85804/what-is-artificial-intelligence-and-how-is-it-used> (Letöltve: 2025.06.17.)

Európa Tanács, Az Európai Unió Tanácsa <https://www.consilium.europa.eu/en/policies/artificial-intelligence/> (Letöltve: 2025.06.17.)

Nemzeti Média- és Hírközlési Hivatal https://nmhh.hu/cikk/252083/A_mesterseges_intelligencia_hasznalatának_jellemzoi_a_1316_eves_korosztaly_koreben (Letöltve: 2025. 06.18.)

Kaspersky Lab, Kaspersky Daily <https://www.kaspersky.com/blog/what-kids-are-doing-online-2025/53514/> (Letöltve: 2025.06.20.)

Kaspersky Lab, Kaspersky Daily <https://www.kaspersky.com/blog/kids-report-2025/> (Letöltve: 2025.06.20.)

SAP <https://www.sap.com/hungary/resources/what-is-a-chatbot> (Letöltve: 2025.07.17.)

Kaspersky Lab, Kaspersky Safe Kids https://hu.kaspersky.com/safe-kids?icid=gl_kdailyplaceholder_acq_ona_smm_onl_b2c_kasperskydaily_wpplaceholderksk (Letöltve: 2025.08.11.)

Emastered Blog <https://emastered.com/hu/blog/what-is-phonk-music> (Letöltve: 2025.08.13.)

The Guardian <https://www.theguardian.com/media/2024/dec/02/brain-rot-oxford-word-of-the-year-2024> (Letöltve: 2025.08.13.)

Character.ai <https://character.ai/> (Letöltve: 2025.08.13.)

Internet Matters <https://www.internetmatters.org/advice/apps-and-platforms/entertainment/character-ai/> (Letöltve: 2025.08.14.)

Demandsage <https://www.demandsage.com/character-ai-statistics/> (Letöltve: 2025.08.14.)

Marie Claire <https://marieclaire.hu/riporter/2024/12/05/mesterseges-intelligencia-ai-chatbot-baratok/> (Letöltve: 2025.08.14.)

INDEPENDENT <https://www.independent.co.uk/news/world/americas/crime/ai-chatbot-lawsuit-sewell-setzer-b2635090.html> (Letöltve: 2025.08.14.)

Euro News. <https://www.euronews.com/next/2023/03/31/man-ends-his-life-after-an-ai-chatbot-encouraged-him-to-sacrifice-himself-to-stop-climate-> (Letöltve: 2025. 08. 14.)

24.hu <https://24.hu/elet-stilus/2023/04/03/mesterseges-intelligencia-vett-ra-ongyilkossagra-egy-belga-ferfit/> (Letöltés: 2025. 08. 15.)

UNITE.AI <https://www.unite.ai/is-character-ai-safe-understanding-mitigating-safety-and-privacy-concerns/> (Letöltve: 2025. 08.15.)

A Pszichológus Pasi <https://pszichologuspasi.hu/> (Letöltve: 2025. 08.15.)



NEMZETI
KIBERBIZTONSÁGI
INTÉZET



nki.gov.hu



titkarsag@nki.gov.hu



+36 (1) 325 7672



Nemzeti Kibervédelmi Intézet



@ [nki.gov.hu](https://www.instagram.com/nki.gov.hu)



Kibertámadás!
podcast