

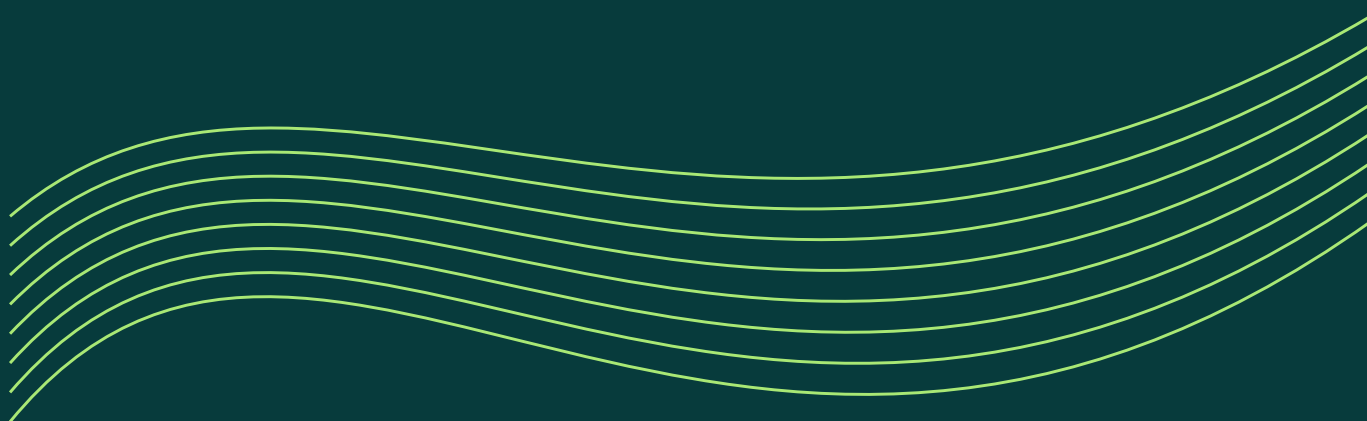


GYAKORLATI TUDÁS. MAGYARUL.

Balog Dániel

ChatGPT a mindennapokban

Az első jó kérdéstől a saját, működő rutinodig.



aiveled.hu

OLVASD. PRÓBÁLD KI. HASZNÁLD.

Szerkesztett kiadás • 2026. október

01

A te tanulási útvonalad

Az első jó kérdéstől a saját, működő rutinodig.

A fejezetek között kattintható tartalomjegyzék és PDF-könyvjelzők segítenek eligazodni. A zöld dobozokban másolható kéréseket, a világos mezőkben kipróbálható feladatokat találsz.

01 · Mi az a generatív AI - és mi nem?	4
02 · Első lépések a ChatGPT-vel	5
03 · A hat elemű jó prompt	6
04 · A beszélgetés mint közös szerkesztés	7
05 · E-mailek, üzenetek és nehéz beszélgetések	8
06 · Tanulás és nyelvgyakorlás AI-val	9
07 · Döntések és tervek - utazástól a hétköznapiakig	10
08 · Kutatás és tényellenőrzés	11
09 · Dokumentumok, PDF-ek, levelek értelmezése	12
10 · Táblázatok, számok és struktúra	13
11 · Képek, ötletek, vizuális kommunikáció	14
12 · Projektek, memória és személyre szabás	15
13 · Hang, keresés és összetettebb munkafolyamatok	16
14 · Biztonság, adatvédelem és felelős használat	17
15 · Saját AI-rutin: kevesebb kattintás, több eredmény	18
MELLÉKLET A · 30 azonnal használható prompt	19
MELLÉKLET B · 14 napos gyakorlóprogram	21
MELLÉKLET C · Tudáspróba és megoldások	21
MELLÉKLET D · Mini fogalomtár	22
Források és ellenőrzési útvonalak	22

Nem kell informatikusnak lenned ahhoz, hogy a mesterséges intelligencia segítsen. Elég megtanulnod, mikor érdemes használni, hogyan adj neki jó feladatot, és hogyan ellenőrizd a választ.

Hogyan használd ezt a könyvet?

Ez a könyv nem funkciók végtelen felsorolása. Egy gyakorlati tanulási útvonal: minden fejezet egy érthető magyarázattal kezdődik, valódi élethelyzeteket mutat, majd kipróbálható feladatot ad. A minták a ChatGPT-re épülnek, de a gondolkodásmód más generatív AI-eszközöknél is hasznos.

Az „AI VELED” elnevezés önálló oktatási munkamárka; a kötet nem az OpenAI hivatalos kiadványa, és az OpenAI nem támogatja vagy tanúsítja. A ChatGPT az OpenAI védjegye. A példák oktatási célúak, a képernyők és a szolgáltatások idővel változhatnak.

FONTOS

Szerkesztett kiadás: 2026. október 11. A konkrét funkciók, előfizetési csomagok, hozzáférések és menüpontok eltérhetnek. A könyv az időtálló módszereket tanítja, és külön jelzi a változékony termékfunkciókat.

Olvasói tanulási térkép

1. Az első három fejezet után tudni fogod, mi az AI, és hogyan indíts eredményes beszélgetést.
2. A negyedik-hatodik fejezetben megtanulod a jól működő promptok logikáját és javítását.
3. A hetedik-tizenegyedik fejezet konkrét hétköznapi helyzetekben mutatja meg a lehetőségeket.
4. A tizenkettedik-tizennegyedik fejezet a rendszerezést, a biztonságot és a személyes munkafolyamatot építi fel.
5. A könyv végén mintapromptok, 14 napos gyakorlóterv és ellenőrző teszt vár.

01 · Mi az a generatív AI - és mi nem?

Egy segítőképző rendszer, nem tévedhetetlen szakértő

Amikor megkérdezed a ChatGPT-t, hogy „Segítesz megírni egy udvarias panaszlevelet?“, a rendszer a megadott szöveg és a korábban tanult nyelvi minták alapján választ állít elő. Nem úgy gondolkodik, mint egy ember, és nem garantálja, hogy minden állítása igaz. Gyorsan tud fogalmazni, magyarázni, ötletelni és sok esetben rendszerezni - de a felelősség azé marad, aki a választ használja.

A generatív AI olyan eszköz, amely új szöveget, képet, hangot vagy egyéb tartalmat készíthet. A ChatGPT beszélgetéssel felületén kérdezhetsz, visszakérdezhetsz, mintákat adhatsz, fájlokat elemezhetsz és - a hozzáféréseedtől függően - további funkciókat használhatsz. Az, hogy valamit gördülékenyen fogalmaz meg, nem jelenti azt, hogy igaz is.

A hagyományos kereső elsődlegesen találatokat ad, az AI-asszisztens pedig gyakran összefüggő választ szerkeszt. Amikor friss híreket, árakat vagy hatályos szabályokat keresel, kérj ellenőrizhető forrásokat, és nézd meg őket. Az AI-val való beszélgetés nem automatikusan azonos egy naprakész internetes kereséssel.

Három dologban különösen jó

Átfogalmazás: egy nyers gondolatból érthető szöveget készíthetsz. Szerkezet: hosszú információhalmazt táblázatba vagy teendőlistába rendezhetsz. Gyakorlás: úgy tanulhatsz, hogy az asszisztens kérdéseket tesz fel és visszajelzést ad. A siker kulcsa, hogy te add meg a célt és az elfogadható eredmény feltételeit.

MUNKAMÓDSZER

Így gondolkodj: ahelyett, hogy „Okosabb nálam?“, kérdezd ezt: „Melyik ismétlődő feladatomon segíthet, és hogyan ellenőrzöm a munkáját?“

PRÓBÁLD KI!

Írj le három napi feladatot, amely több mint tíz percet vesz igénybe: például e-mail, menütervezés, nyelvtanulás. Mindegyik mellé írd oda, hogy az AI-nak ötletelnie, fogalmaznia vagy ellenőrzési szempontokat adnia kellene.