



HIRDETÉS


MŰEGYETEMI
ÁLLÁSBÖRZE
október 14-15.
A jövőd itt kezdődik
Ne maradj le!
BME K és
Q épület
Műegyetem rakpart 3.
Magyar Tudósok Körútja 2.



Fotó: Műhely

Mesterséges intimitás • Lehet-e egy chatbot a lelki társunk? És mi történik, ha jobban kötődünk hozzá, mint a körülöttünk élő emberekhez? **Oroszi Péter**, a BME Hallgatói Szolgáltató Központ pszichológusa mesél arról, hogyan válhat az AI egyszerre vigasszá és veszéllyé az emberi kapcsolatok világában.
Cikkünk a 6. oldalon

Közös álmodozás - három út a jövő felé?

Sorozatunk következő részében arra keressük a választ, hogy miképp viszonyulnak egyetemista társaink a jövőjükhöz, például a család, karrier és lakhatás kérdéséhez. Szonja a műszaki menedzser, Gábor pedig a gépészmérnöki

szakról érkezett, harmadik vendégünk viszont a ChatGPT volt, aki - utasítás szerint - átlagos egyetemista véleményt képviselt. Ti kivel értetek egyet?

Cikkünk a 14. oldalon

Miből és hogyan?

Egyetemistának lenni nem könnyű. A kihívást jelentő tanulmányok mellett a hallgatóknak így vagy úgy, de meg kell tanulniuk gondoskodni magukról. Szerencsére idehaza nem kell a külföldihez hasonló

mértékű tandíjakkal foglalkozni, ám különösen akkor, ha a szülők nem támogatják gyermeküket az első egyetemi évek során igenis problémás lehet anyagilag boldogulni.

Cikkünk a 4. oldalon

Közösséget építünk



Fotó: Szabó Rita

Egyedülálló módon a BME az egyetlen olyan magyarországi egyetem, amelyben egy független színház is található. Az immár 55 éves Szkéné Színház idén tavasszal új vezetőséget kapott **Langár Ákos** ügyvezető igazgató és **Szabó Attila** művészeti vezető személyében. Velük beszélgettünk.

Cikkünk a 20. oldalon

A 100 legjobb oktató 2024/25 2. félév

Az előző félévben ismét értékelhettük az oktatóinkat. A Műegyetem legjobb 100

oktatójának nevét megtalálhatjátok az újság 2. oldalán közzétett táblázatban.

HIRDETÉS


MŰEGYETEMI
ÁLLÁSBÖRZE
muegyetemiallasborze.hu
muegyetemiallasborze
Műegyetemi Állásbörze
Műegyetemi Hallgatói Kft.
A legnagyobb állásbörze.
A legjobb lehetőségek
október 14-15.
BME K épület | Műegyetem rakpart 3.
BME Q épület | Magyar Tudósok Körútja 2.

A 100 legjobb oktató

2024/25 2. félév

Helyezés	Név	Szervezet
1	Döbrentei Sándor	BME-GPK
2	Svantnerné Dr. Sebestyén Gabriella	BME-TTK
2	Dr. Kozsurek Márk	BME-GPK
4	Horváthné Dr. Tóth Brigitta Krisztina	BME-ÉMK
5	Dr. Stépán Gábor	BME-GPK
5	Manojlovic Helena	BME-GTK
7	Varga Kitti Katalin	BME-VIK
8	Dr. Farkas Csaba	BME-VIK
8	Csonka Bence	BME-VIK
10	Dr. Katteín-Pornói Rita	BME-GTK
10	Farkas Ádám	BME-GPK
12	Hartmann Ábel Miklós	BME-VIK
12	Braun Márton Szabolcs	BME-VIK
12	Dr. Keglevich Péter János	BME-VBK
12	Dr. Ekler Péter	BME-VIK
16	Dr. Kanczné Dr. Nagy Katalin	BME-GTK
16	Pulai Sándor	BME-ÉPK
18	Fehér Anna Éva	BME-GPK
18	Stranyóczy László	BME-VIK
18	Gincsainé Dr. Szádeczky-Kardoss Emese	BME-VIK
21	Lukács Eszter	BME-GPK
21	Ács Ágnes Mária	BME-ÉMK
23	Dr. Székely Márton Pál	BME-ÉPK
23	Lőrincz Balázs	BME-VBK
23	Agócs Norbert Gábor	BME-GPK
23	Schulcz Róbert	BME-VIK
27	Dr. Répás Ferenc	BME-ÉPK
27	Dr. Heszberger Zalán Tamás	BME-VIK
27	Kabódi László	BME-VIK
27	Póra András	BME-GTK
31	Németh Márton Bence	BME-GPK
31	Balázs Barbara Anna	BME-VIK
31	Gál Dalma	BME-VBK
31	Lakatos András Rudolf	BME-KJK
31	Paróczy Zsombor	BME-VIK
31	Dr. Grób Péter	BME-GPK
37	Bátorfi Réka Erzsébet	BME-VIK
37	Dr. Vokony István	BME-VIK
37	Sebestyén Marcell	BME-GTK
37	Milkovszki Tamás	BME-TTK
37	Kemény Alexandra	BME-GPK
42	Dr. Ladányi József	BME-VIK
42	Nyerges László Ádám	BME-KJK
42	Dr. Bokor László	BME-VIK
45	Dr. Dunai László	BME-ÉMK
45	Klapcsik Kálmán	BME-GPK
45	Pekár Adrián	BME-VIK
48	Daku Gábor	BME-GPK
48	Bertók Zsanett	BME-GPK
48	Makai István	BME-ÉPK
48	Dr. Bell Evelin	BME-VBK

Helyezés	Név	Szervezet
48	Dr. Stumpf Péter Pál	BME-VIK
48	Ferencz Péter	BME-KJK
54	Dr. Kun Ágota	BME-GTK
54	Weiskopf András	BME-ÉPK
54	Kertész Erik	BME-VBK
54	Dr. Tóbiás András József	BME-VIK
54	Papp Soma	BME-VBK
54	Karádi Dániel Tamás	BME-ÉPK
54	Vajnáné Dr. Horn Valéria	BME-ÉMK
61	Both Balázs	BME-GPK
61	Dr. Kiss Gábor	BME-VIK
61	Dr. Gerhátné Udvary Eszter	BME-VIK
64	Németh Csaba	BME-ÉPK
64	Dr. Hórvölgyi Zoltán Dezső	BME-VBK
64	Dr. Aszódi Attila	BME-TTK
64	Dr. Géczy Attila	BME-VIK
64	Dr. Pék Johanna	BME-ÉPK
64	Héder-Nádasi Eszter	BME-GTK
64	Boda Livia	BME-TTK
64	Bereczki Norman Zoltán	BME-VIK
72	Toto Andrea	BME-GTK
72	Barabás Zoltán	BME-TTK
72	Dr. Böcskei Elvira	BME-GTK
72	Dr. Rucz Péter	BME-VIK
72	Csippa Benjamin Dávid	BME-GPK
72	Dr. Kossa Attila	BME-GPK
72	Dr. Bokor Nándor	BME-TTK
79	Dr. Szeszlér Dávid	BME-VIK
79	Kovács Krisztián Péter	BME-GPK
79	Dr. Takács Gábor	BME-TTK
79	Csesztregi Tamás	BME-VBK
79	Medve Dániel Attila	BME-GPK
84	Brátán János	BME-VBK
84	Boros Ildikó	BME-TTK
84	Dr. Takács Lajos	BME-ÉPK
84	Dr. Krammer Olivér	BME-VIK
84	Dr. Csizmadia Péter	BME-GPK
84	Szakály Norbert	BME-GPK
84	Dr. Farkas Károly	BME-VIK
91	Dr. Sarkadi Tamás	BME-TTK
91	Dr. Vad János Gábor	BME-GPK
91	Kiss Jenő	BME-GPK
91	Berezvai Szabolcs	BME-GPK
95	Dr. Fülöp Otília	BME-TTK
95	Dr. Török János	BME-TTK
95	Máté László	BME-GPK
95	Dr. Czmerk András	BME-GPK
95	Dr. Wiener Gábor	BME-VIK
95	Halmschlager Andrea	BME-TTK
95	Kovács Stefan	BME-GTK
95	Gróza Márton György	BME-GPK



**A Boschnál a munkád
igazodik az
életstílusodhoz.**

Legyen szó akár egy új
szakmai kihívásról,
fejlődésről, vagy a
munka és a magánélet
közötti nagyobb
harmóniáról, mi
támogatunk abban,
hogy elérd a céljaidat!

Work #LikeABosch



Audi Hungaria Gyakornoki Program



Szerezz szakmai
tapasztalatot az elméleti
tudás mellé!

Miből és hogyan? – az anyagi függetlenség kihívásai hallgatóként

Egyetemistának lenni nem könnyű. A kihívást jelentő tanulmányok mellett a hallgatóknak így vagy úgy, de meg kell tanulniuk gondoskodni magukról. Szerencsére idehaza nem kell a külföldihez hasonló mértékű tandíjakkal foglalkozni, ám különösen akkor, ha a szülők nem támogatják gyermeküket az első egyetemi évek során igenis problémás lehet anyagilag boldogulni. De pontosan mennyi az annyi? A Műhelynél megpróbáltuk kiszámolni, hogy havi szinten mennyi pénzre van szüksége egy átlagos hallgatónak és arra is megpróbáltunk tippeket adni, hogy ezt az összeget hogyan lehet szülői segítség nélkül előteremteni.

TÓTH KRISZTIÁN

Ilyenek vagyunk mi!

Milyen egy átlagos BME-s hallgató? Van 30-32 felvett kreditje, ami azt jelenti, hogy átlagosan heti négy napot az egyetemen tölt, emellett tagja valamilyen öntevékeny körnek, ami legalább hetente egy délután kötelezettségekkel jár. Ez alatt nem tud sem a tanulmányaival foglalkozni, sem dolgozni, viszont valószínűleg kap némi ösztöndíjat a fáradozásaiért cserébe. Ismerve az egyetem által nyújtott lakhatási lehetőségeket, feltételezhetjük, hogy az illető kollégista, aki havi két hétvégén haza utazik vidékre. Ez anyagi szempontból mindenképpen spórolást jelent, ugyanis végig ingyen étkezhet, hogy aztán telehassal és finomságokkal teli dobozokkal utazhasson vissza Budapestre. A havi két hazalátogatással körülbelül 25 darab Budapesten töltött nappal lehet kalkulálni, ami alatt a hallgatónak teljes mértékben önmagáról kell gondoskodnia. Kényszerűségből vagy kedvtelésből, de rendszeresen felkeresi a kollégiumi konyhát, hogy a gyorséttermek és kávézók áraihoz képest lényegesen olcsóbban ehessen meleg ételt. Hősünk tisztában van vele, hogy az egész napos ülés után szükség van némi testmozgásra, így legtöbb ismerőiséhez hasonlóan ő is rendszeresen eltölt némi időt valamelyik XI. kerületi konditeremben. Szabadidejében próbál minél többször kimozdulni, hisz a főváros végsősoron bővelkedik a lehetőségekben. Legyen szó aktív kikapcsolódásról, kulturális programról vagy csak egy laza sörözésről, nem kérdés, hogy a pénztárcájára szükség lesz.

Mindez számszerűsítve a következőképpen néz ki:

Kollégiumi lakhatás: 11 650 Ft
Utazás: 1 890 Ft
Étel, heti két vendéglátóhelyen történő étkezést feltételezve: 4 000 Ft/nap
Konditerem bérlet: 15 000 Ft
Szórakozás: 6 000 Ft/hét
Tanulmányokhoz köthető kiadások (pl.: nyomtatás, kölcsönzés, tanszerek stb.): 5 000 Ft
Mindennapi élethez szükséges kiadások (pl.: mosogatószer, fogkrém, dezodor stb.): 3 000 Ft
Egyéb (pl.: ruhavásárlás, könyvvásárlás stb.): 10 000 Ft
Ösztöndíj: -30 000 Ft

Ha a fenti költségelemeket összesítjük, akkor azt kapjuk, hogy egy átlagos hallgatónak havi szinten körülbelül 140 000 forintnyi munkabérre van szüksége ahhoz, hogy túlzásba vitt spórolás nélkül tudjon boldogulni. Mindez persze életviteltől és habitustól függően változó lehet, az viszont kétségtelen, hogy a szükséges pénzt valahogyan elő kell teremteni.

Mi legyek amíg nagy leszek?

Mind mérnökök vagyunk, így nem is lehet kérdés, hogy hosszútávon valamilyen rész munkaidős gyakornoki pozíció tűnik az észszerű választásnak. Sajnos az igazság az, hogy a cégek leghamarabb a mintatanterv szerint esedékes szakmai gyakorlatkor állnak szóba a hallgatókkal, viszont ez nem jelenti azt, hogy az első években ne lehetne – esetenként a gyakornokinál jobb fizetéssel – munkát vállalni. A kőkemény első félévek alatt azért érdemes valami olyat keresni, ahol többnyire önmagatok dönthetitek el, hogy mikor szeretnétek dolgozni. Kollégistaként még az is előfordulhat, hogy az épületet sem kell elhagyni, ugyanis a kolis kocsmák gyakran keresnek új arcokat, egyes helyeken akár 2 200 Ft-os nettó órabért kínálva. Az egyetemi közeget hátra hagyva is számos lehetőség kínálkozik. Szabadidő és megállapodás kérdése, de bármelyik

valaki mindenfajta kötelezettségtől mentesen szeretne pénzt keresni, akkor nincs jobb opció a futárkodásnál. Ennél rugalmasabb és személyre szabottabb lehetőség biztosan nem létezik, hisz akár egy váratlanul elmaradó előadás miatt felszabadult időben is ki lehet vinni pár címet. Természetesen ennek a munkavégzésnek is megvannak a hátrányai. A kötelezően kiváltandó egyéni vállalkozói jogviszony mellett a bizonytalan bérezéssel és a saját jármű meglétével is számolni kell. A fővárosban megrendezésre kerülő időszakos rendezvények is bővelkednek munkalehetőségekkel. Legyen szó útba igazításról, jegyellenőrzésről vagy értékmegőrzésről, a dolgozni vágyó fiatalok könnyen megtalálhatják a számításaikat elsősorban olyan hostess cégeken keresztül, mint amilyen az Apple Party Service is. Kijelenthető, hogy a város bővelkedik lehetőségekben, így végsősoron csakis a hallgató preferenciáin múlik, hogy



gyorsétterem vagy üzlet opció lehet és akkor még nem beszéltünk a környékbeli kocsmákról, éttermekről. A pincérkedéssel kacérkodók számára kiváló lehetőség lehet például a Crew Agency. A toborzóirodán keresztül – teljes mértékben az illető időbeosztásához igazítva – gyakorlatilag bármelyik budapesti étteremben lehet dolgozni, sőt, amennyiben az ember jó munkakerőnek bizonyul, idővel folyami vagy tengeri hajóutakra is el lehet jutni. Ha

milyen munkakörben szeretne dolgozni. A bérezésben persze lehetnek nagyobb eltérések, de azt lehet mondani, hogy egy jogosan elvárt nettó 2000-2500 Ft-os órabér mellett havi szinten körülbelül 70 órát kéne dolgozni, hogy a hallgató el tudja magát tartani. A BSc-s tanulmányok mellett ez egyáltalán nem kevés, és kiválóan megmutatja mennyi terhet le tud venni a szülő gyermeke válláról azzal, ha akár csak a felmerülő összeg egy részét biztosítani tudja.



DAY1.

GROWING

KIHÍVÁSOKKAL TELI, HOSSZÚTÁVÚ KARRIERLEHETŐSÉGET KERESSEL? KEZDD A KARRIERED A P&G-NÉL!

Gyártástámogató műszaki, mérnöki és logisztikai csapatainkba új munkatársakat keresünk!

A P&G-nél a jövő vezetőit keressük, akik egy dinamikusan növekvő multinacionális nagyvállalat fejlődésében szeretnének részt venni.

Készen állsz a kihívásra?

A legfontosabb küldetésünk minden dolgozónk számára, hogy az innovatív megoldásaink által és a kiváló minőségű termékeinknek köszönhetően megkönnyítsük a fogyasztóink életét.

A vezetői képesség, tulajdonosi szemlélet, tisztesség, győzni akarás és a bizalom különös szerepet játszanak mindennapjainkban. Olyan munkahelyet teremtünk, ahol az emberek szeretnek dolgozni, büszkék a munkájukra és a munkahelyükre. Szeretnénk, ha Te is inspirálnál minket páratlan ötleteiddel.

Szeretnél részese lenni csapatunknak?

Nézd meg aktuális álláshirdetéseinket a pgcareers.com oldalán.

ÉLJ A LEHETŐSÉGGEL, ALAKÍTSD TE A JÖVŐDET!

Aktuális álláslehetőségeink:








Ha szakmai gyakorlati helyet keresel, ha hosszútávú munkalehetőségre vágysz, vagy ha alkalmi munkát vállalnál.

Nálunk a helyed!

Találjuk meg együtt a hozzád illő munkát!

Látogass el honlapunkra az aktuális ajánlatainkért vagy találkozz velünk a **Műegyetemi Állásbörzén** a 133-as standnál!

Indítsd be velünk a karriered!

**SZÁMOS ÉRDEKES TERÜLET
SZAKMAI KIHÍVÁSOK
FEJLŐDÉSI LEHETŐSÉGEK
GYAKORLATI TUDÁS**





Mesterséges intimitás — AI: barát, szerető vagy mérgező kapcsolat?

Lehet-e egy chatbot a lelki társunk? És mi történik, ha jobban kötődünk hozzá, mint a körülöttünk élő emberekhez?

Oroszi Péter, a BME Hallgatói Szolgáltató Központ pszichológusa mesél arról, hogyan válhat az AI egyszerre vigasszá és veszéllyé az emberi kapcsolatok világában.



TRIFONOV JOHANNA

Az AI nem olyan rég vált széles körben elérhetővé. Pszichológusként milyen hatásait látod ennek nagy vonalakban?

A mesterséges intelligencia pszichológiai alkalmazásait jelenleg is intenzíven kutatják, különböző nézőpontokból értékelve annak előnyeit és kockázatait. A vizsgálatok egyik ilyen iránya a pszichológiai intervenciók és a mentálhigiénés szolgáltatások területe, vagyis hogy miként használható az MI információ- és segítségnyújtásra a lelki egészség támogatásában. A másik jelentős kutatási fókusz az emberi kapcsolatokra gyakorolt hatás feltárása, hiszen az MI egyre inkább a társas interakciók részesévé válik.

Ebben az összefüggésben fontos megemlíteni az ún. ELIZA-jelenséget. Az 1960-as években az MIT-n kifejlesztett, akkoriban úttörőnek számító, de valójában nagyon kezdetleges és egyszerű ELIZA nevű beszélgetőprogram volt az első, amivel kapcsolatban kimutatták, hogy a felhasználók – annak ellenére, hogy tisztában voltak vele, egy géppel kommunikálnak – hajlamosak voltak a programnak emberi szándékot és empátiát tulajdonítani. Ezt a jelenséget nevezzük Eliza-effektusnak, vagyis az a tendencia, amikor élettelen technológiákat emberi tulajdonságokkal ruházunk fel.

Az ELIZA-jelenség azért bír különös jelentőséggel a mai mesterséges intelligencia kapcsán, mert rávilágít arra, hogy az emberek érzelmileg és kognitív szinten is könnyen bevonódnak a gépekkel való interakciókba. Ez

egyszerre kínál lehetőségeket – például a már fentebb említett kutatási irányra visszatérve, terápiás támogatásban vagy a magány csökkentésében – és hordoz etikai, pszichológiai kockázatokat, mivel a felhasználók könnyen félreértelmezhetik az MI képességeit, és túlzott bizalmat helyezhetnek bele.

Az Eliza effektus most hatványozottan igaz az AI-al kapcsolatban?

Én azt gondolom: igen. Én is kipróbáltam, hallgatóktól és barátoktól is hallom: „ó, milyen jó vele beszélgetni!” Valóban vonzó, mert nagyon reszponzív – már emojik alapján is gyorsan, könnyen fel tudja mérni, vagy legalábbis feltételezni az érzelmi állapotunkat, és ennek megfelelő stílusban reagál, az adott kérdéskört, amivel kapcsolatban véleményt vagy segítséget kérünk, ebben a hangnemben tematizálja. Erre különösen azok lehetnek fogékonyak, akik magányosak, szociálisan gátoltak, éppen nincs elérhető baráti/családi körük: ők akár órákig is elbeszélgetnek vele, ahogy azt a hozzám forduló hallgatók esetében is többször tapasztalom.

Ez önmagában nem feltétlenül rossz: az AI képes enyhíteni a magányból fakadó nyomasztó érzéseket – van kihez szólni. Régebben sokan papagájt vagy más kisállatot vettek és hozzá beszéltek; ma hasonló, úgynevezett pszeudó kötődés alakulhat ki az AI felé. Pszeudó, mert nem valódi emberi kapcsolat: nem egy valódi partnerrel állunk szemben, aki a maga egyedi és csak rá jellemző személyiségstruktúrával (ez tartalmazza az ő

aktuális érzelmi és kognitív állapotát, a világról és az abban létező fogalmakról alkotott véleményét és viszonyulásait) reagál a monitor előtt ülő emberre, hanem egy beszélgetőprogram, ami minket monitoroz és tulajdonképpen csak tükrözi, megismétli a mi reakciónkat, nem saját véleményt alkot.

Tehát a kapcsolódás létrejön és segíthet a magányon, de éppen ezért veszélyes is lehet: sokan érzik úgy a mesterséges intelligenciával kapcsolatban, hogy „ő a lelkitársam, pont úgy gondolkodik, mint én” – holott az adott program nem „gondolkodik”, csak tükröz. Fontos itt megemlítenem: most nem arról beszélünk, amikor valaki információért, könyvlistáért vagy technikai segítségért fordul az AI-hoz, hanem amikor barátként vagy partnerként tekint rá.

Az aktív AI-használat hogyan hat a fiatalok szociális készségeire, például a gyerekek barátkozási képességére?

Biztos, hogy van hatása – ezt a pszichológiában is sokat sokféle megközelítéssel vizsgálják, az eddigi eredmények meglehetősen ellentmondóak: fontos kiindulási kérdés, hogy többet használ-e, vagy többet árt? Kétségtelenül fontos előnye az, hogy fejlesztheti a szociális és kommunikációs készségeket. Mivel az AI a válaszok mentén gondolkodásra késztet, arra ösztönöz, hogy részletesebben kifejtjük a gondolatainkat, barátságosabban fogalmazzunk, és jobban megértessük magunkat. Persze ez csak a gép „legjobb beprogramozott tudása” szerint történik – azaz ért minket, de nem úgy, mint egy másik ember.

Kutatások szintén kimutatták, hogy több más értelemben is pozitív hatást tud kifejteni: könnyen elérhető, jelen van, és ha valakinek rossz napja van, vagy átmenetileg bezárkózik – mert mondjuk egy rövidebb nehéz időszaka van (semmiképpen sem a klinikai szintet elérő mondjuk depresszióról vagy hasonló, aktív pszichológiai és pszichiátriai ellátást igénylő jelenségről beszélünk) –, az AI ott van, lehet vele beszélni. Ez egy érv lehet a szociális célú használata mellett. Ráadásul a legtöbb chatprogram nem ítélkezik; ez az ítélkezésmentes tér biztonságot ad, és segíti a megnyílást, önfeltárást – így gyakorolhatóak bizonyos társas készségek is, például a small talk, vagy a beszélgetésekben való magabiztos jelenlét.

Tehát, jó gyakorlóterep lehet azoknak, akik szociálisan gátoltak vagy bizonytalanok társas interakciókban. Ugyanakkor nem szabad elfelejteni, hogy ez csupán egy gyakorlóter, nem helyettesítője a valódi emberi kapcsolatoknak – ezért a hatás összetett és nem egyértelműen csak jó vagy csak rossz.

Milyen hatással lehet a társas kapcsolatainkra, ha hozzászokunk, hogy az AI mindig figyelmes, kedves, bókol és sosem beszél magáról?

Én azt gondolom, ez erőteljes kontra érv az AI mellett. Ez egy egyoldalú kommunikáció. Valós ugyan a beszélgetés, de maga a kapcsolat, mint már említettem pszeudó jellegű: mi, vagyis a felhasználók róla nem tudunk meg semmit, és ha ilyen irányban kérdezzük,

semmitmondó, kommunikációs értelemben véve „üres” választ kapunk – nincs benne tartalom és nem mélyíti, nem teszi tartalmasabbá a párbeszédet. Egyoldalú, kiszolgálja a mi igényünket, „alánk kérdez”, de ő magáról nem osz meg semmit. Hiszen nincs is mit.

Ez hosszútávon könnyen torzíthatja a kapcsolódási készségünket: hozzá szokunk, hogy mindig rólunk van szó, a beszélgetőpartnerünkénél nem kell visszakérdezni, nem igényli a figyelmünket, nem kell lekövetnünk az ő aktuális állapotát. A való életben viszont nem így van, ezért ez az egysíkú kapcsolódás veszélyes lehet, ha valaki nagymértékben az AI mentén „szocializálódik”. Éppen ezért azt javaslom, ezt a fajta kapcsolódást semmiképpen se vigyük át a valódi emberi kapcsolatainkba. A valós, hús-vér emberek közti kapcsolat egyik egyedülálló és gép által utánozhatatlan értéke pont az, hogy a másik fél másként gondolkodik, mint mi... ilyen módon tanulhatunk egymástól, taníthatjuk egymást, valamint az interakció közben létrejövő érzelmek mentén még több szállal összekapcsolódunk a másik féllel. Az AI-al ez erősen korlátozott, mert egyoldalú, és nem adja vissza ezt a fajta komplexitást.

Milyen következményekkel járhat, ha valaki főként egy chatprogramon szocializálódik, megszokja az AI-beszélgetés „hozzaállását”, és ezt viszi át a valós emberi kapcsolataiba?

Ha valaki szélsőséges mértékben kizárólag mesterséges intelligenciával folytat társas interakciókat, az valódi emberi kapcsolatokban könnyen csalódásokhoz vezethet. Az MI által nyújtott kommunikáció sajátossága, hogy gyorsan reagál, folyamatos figyelmet mutat, és rugalmasan a felhasználó igényeihez igazítja a beszélgetést. A valós interperszonális kapcsolatok azonban másképp működnek: a visszajelzések nem mindig azonnaliak, és szükséges a másik fél érzelmi állapotának, gondolatainak folyamatos monitorozása, figyelembevétele is a hatékony és kétoldalú kommunikációhoz. Azok számára, akik hozzászoktak az MI kiszámítható, a felhasználót középpontba állító kommunikációs stílusához, ez frusztrációt, csalódást válthat ki. Ennek következményeként önhibáztatás, düh vagy a meglévő, egyébként normál mértékű narcisztikus vonások felerősödése mind előfordulhat, ami torzíthatja az emberi kapcsolódásokhoz való hozzáállást.

Egy másik kritikus tényező az ellenvélemények kezelése. A mesterséges intelligencia jellemzően nem konfrontálódik, inkább kiegészítéseket, további gondolatokat kínál anélkül, hogy élesen ütköztetné az álláspontokat. Az emberi kapcsolatokban viszont természetes, hogy időnként nézetkülönbségek alakulnak ki. Azok, akik nem tanulják meg megfelelően kezelni ezeket a helyzeteket, könnyen elutasításként élhetik meg a másik véleményét, ami hosszabb távon eltávolodáshoz, elszigetelődéshez vezethet. Pedig az ellenvélemény nem feltétlenül az értetlenség vagy az elutasítás jele, hanem a különböző perspektívák természetes

megnyilvánulása. Aki nem képes konstruktívan viszonyulni ezekhez a helyzetekhez, annak nehezebbé válhat az együttműködés és a mindennapi életben elkerülhetetlen konfliktusok kezelése.

Vannak már példák arra, hogy valaki AI-n szocializálódott, és utána nehézségei adódtak a való életbeli kapcsolatok teremtésében?

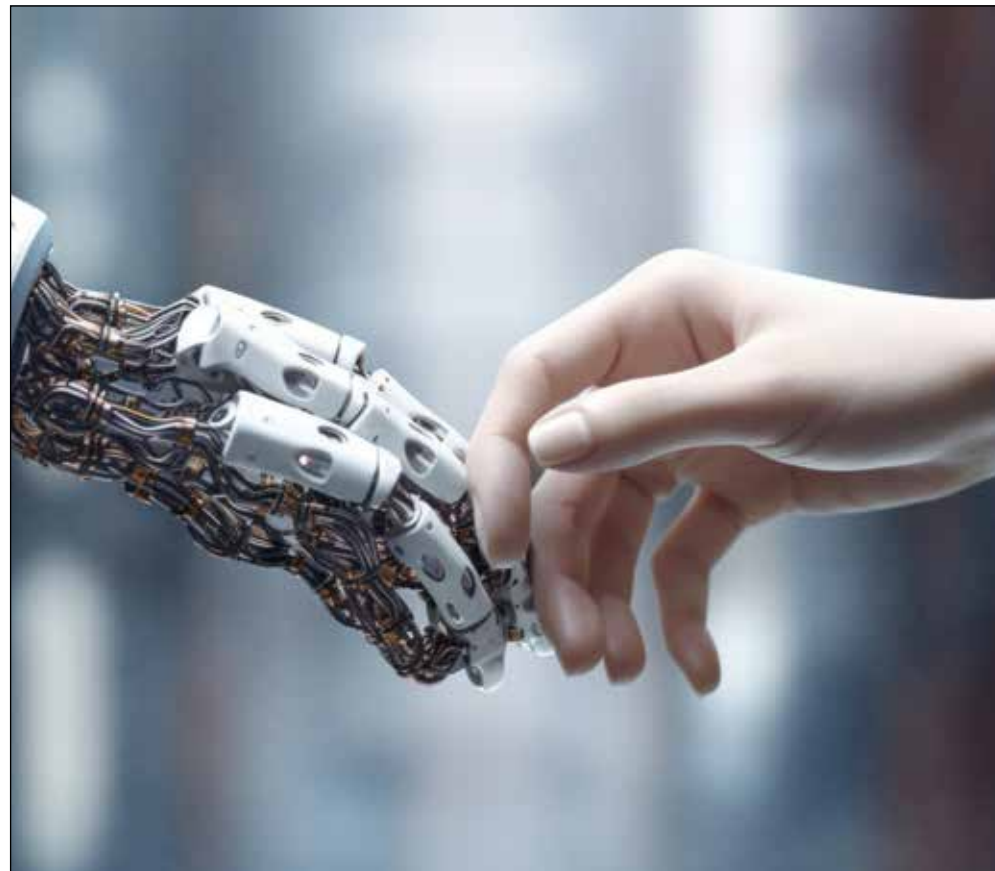
Még nem találkoztam konkrétan ilyen esettel, aminek az oka szerintem az, hogy még nem telt el annyi idő az AI mindennapi felhasználásának berobbanása óta, hogy bárkinek is lehetősége lett volna csak ezen szocializálódni. Hasonló jelenségek azonban már az AI előtt is előfordultak: akik sok időt töltöttek online MMORPG-kkel vagy más multiplayer játékokkal, ott is gyakran tapasztalható, hogy például egyes játékosok a játékokban magabiztosak, akár vezető pozícióban vannak, míg a való életben szociálisan gátoltak, ügyetlennek érzik magukat és a társaik számára láthatatlanok maradnak.

Azt gondolom, hogy hasonló lehet az AI-val való szocializáció: például volt

nálója volt ilyen virtuális párt ajánló appoknak?

Én úgy gondolom, nagy az esély rá. Szakmai ellátásban (kiemelten említeném a szexuálpszichológiai ellátást) számtalan olyan kliens jelenik meg, akiknek a hozott problémájuk visszavezethető arra, hogy irreális elvárásokkal mennek bele a kapcsolataikba, amely irreális elvárások hátterében kifejezetten a virtuális világ, az online tér helytelen felhasználása áll. Gondoljuk csak a problémás pornóhasználatra vagy a randiappok és csetprogramok kóros mértékű használatára. A párkapcsolati, szexuális témák mentén is elmondható a korábbi állítás, miszerint az AI mindig válaszol, mindig elérhető, mindig „akcióra kész”, kiszolgálja a felhasználó igényeit, és az adott érzelmi állapotra hangolódik. Nincsenek, vagy (programozástól függően) csak nagyon csekély mértékben vannak saját igényei.

Ezzel szemben a valódi párkapcsolat szépsége pont az, hogy megismerjük a másik felet: megismerjük a gondolatait, érzéseit, hogy mi fontos neki, mi okoz



hallgató, aki szociálisan gátolt volt, és sokat gyakorolt a ChatGPT-vel. Ott képes volt belehelyezkedni a beszélgetésbe, megnyugodott, jó beszélgetőpartnernek érezte magát. A való életben viszont, például itt az egyetemen nem mert kezdeményezni, nehezen teremtett kapcsolatot - az online 'partnerrel' megélt szociális sikerességét nem tudta átvinni a valóságba.

Szerintem ehhez még idő kell, hogy pontosabban lássuk, milyen nehézségeket okozhat az AI-n való szocializáció. De őszintén remélem, hogy ez az idő nem jön el, és nem válik jelentős problémává a felvetésem.

Rengeteg féle AI-partnert kínálnak már a cégek. Kiépíthet az AI-val való flört vagy barátkozás irreális elvárásokat a valódi kapcsolatainkban? És milyen hatással lehet ez valakinek a randizási elvárásaira, ha előtte aktív felhasználó volt ilyen virtuális párt ajánló appoknak?

örömet vagy éppen dühöt neki például, és az ezek mentén kialakuló apró kapcsolódásokból épül ki, marad fenn és fejlődik, gazdagodik a két ember közti szoros kötelék. Ha valaki egy speciális szükségletre létrehoz egy avatárt, és vele chatel, például szexting alkalmazásokban, ott a kapcsolódás ugyan adott, de csak a megjelölt célra. Azaz a „partner” nem több, mint egy igény egy adott pillanatban történő készséges kielégítője.

A valódi emberekkel való ismerkedés, randizás során ez azt eredményezheti, hogy valaki azt várja, hogy a másik mindig ugyanúgy (ugyanolyan gyorsasággal, ugyanannyira feltétel nélkül és saját igények megfogalmazása nélkül) kiszolgálja az igényeit, mint az AI. Vérmérséklettől függ az erre adott reakció: leggyakoribb talán a „nem olyan.....” gondolatra adott azonnali elkerülés vagy ghosting, de az is

előfordul, hogy az illető benne marad a szituációban, de gyötrődik, mert nem érti, mi a baj a másikkal, vagy mi a baj saját magával. Nem tud mit kezdeni a másik gondolataival, érzéseivel, vágyaival, nem ilyen helyzetekben szocializálódott, szerezte meg a tapasztalatot: az AI-val beszélgetve nem kellett visszajelzéseket adni, nem kellett figyelni a másik igényeire. Ez pedig torzíthatja a valódi kapcsolódási stílusokat.

Hogyan befolyásolhatja a férfi-női kapcsolatok alakulását, hogy egyre több AI-girlfriend szolgáltatás létezik, ahol a mesterséges intelligencia könnyen és bármikor elérhető, szolgálatra kész partnerként van jelen?

A mesterséges intelligenciával támogatott virtuális partnerek elterjedése két, egymástól jelentősen eltérő irányba vezethet. Optimista szemléletű ember vagyok és ebből az optimizmusomból kiindulva azt feltételezem, hogy ha az emberek széles körben kipróbálják ezeket az alkalmazásokat, akkor hosszútávon a valódi, hús-vér személyvel kialakított érzelmi kapcsolat értéke felértékelődik. Az MI-alapú interakciók ugyanis alapvetően kiszámíthatók: a felhasználó állítja be a paramétereket, így a válaszok előre jelezhetőek, és hiányoznak a meglepetések. Ez könnyen ellaposíthatja a kommunikációt. Éppen ezért a valódi kapcsolatokban különösen értékesé válhat ez a fajta kiszámíthatatlanság: hogy nem tudjuk előre, miként reagál a másik fél, hogyan alakulnak a találkozások, a mindennapok, vagy akár az, hogy milyen közös stratégiákat dolgozunk ki a kihívások megoldására. A pesszimistább forgatókönyv szerint ugyanakkor fennáll annak a veszélye, hogy a kapcsolatok egyre inkább tárgyiasulnak. Ebben az esetben a másik ember pusztán saját szükségleteink kielégítőjeként jelenik majd meg, ami hosszú távon ellehetetleníti az autentikus, kölcsönösségen alapuló párkapcsolatok kialakítását. Ezt a kockázatot egy személyes tapasztalatommal is alá tudom támasztani: szexuálpszichológiai képzés keretében kipróbált, virtuális partnert létrehozó applikációval végzett próba során már néhány percnyi, ártalmatlannak tűnő interakció is rendkívül addiktív élményt okozott (noha szakemberként, bőséges háttérismeret birtokában próbáltuk ki az egyik aktuálisan legnépszerűbb applikációt). Az avatár megtévesztően emberszerű reakciói felkeltették a kíváncsiságot és erőteljesen ösztönözték a további kommunikációt, ami szintén elég jól szemlélteti az ilyen alkalmazások addiktív hatását.

Azt mondtad, hogy az AI lehet gyakorló terep a félénkebbeknek, ugyanakkor az egysíkúsága miatt hamar unalmassá válhat. Mit eredményezhet ez a kettősség?

Szerintem ehhez idő kell, hogy igazán lássuk a hatásait. El kell telnie annyi időnek, hogy azoknál, akik tényleg huzamosan, napi több órában használják az AI-t, láthatóvá váljon, hogy hová vezet ez a folyamat.

Ami nagyon fontos és veszélyes következmény — és itt ismét a problémás

pornóhasználatra utalok –, hogy kitolódnak a határok. Amikor valami megszokottá, unalmassá válik, akkor egyre több kell belőle, vagy egyre extrémebb, szokatlanabb formában igényli a felhasználó ugyanannak a hatásnak az eléréséhez. Az AI-nál is hasonló történhet: lehet, hogy valaki egyre többet használja, vagy amikor „barátot, barátnőt” generál, akkor egyre extrémebb paraméterek szerint állítja azt be. Ez pedig már nemcsak pszichológiai, hanem komoly etikai, sőt jogi kérdéseket is felvet.

Ez odáig fajulhat, hogy olyan témákba, szituációkba megy bele az AI-val, amikkel élőben, a valóságban talán soha nem ismerkedne. És pont ez az, ami miatt egyszerre tűnhet ártalmat-

az AI-t, vagy legalábbis olyannak akarja megélni.

És persze az is előfordul, hogy a jelenség mögött az áll, hogy az érintett személy a valós emberi kapcsolódást veszélyesnek, kiszámíthatatlannak, kockázatosnak látja. Éppen ezért pedig inkább bele sem megy. Az AI-t viszont ismeri jól érzi magát vele, és inkább ezt a biztosnak megélt kapcsolatot választja. Tehát alapvetően ez a biztonság iránti vágy tartja össze.

Milyen pszichopatológiai háttér lehet az AI-val való „párkapcsolatok” mögött?

Az ember és a mesterséges intelligencia közötti érzelmi kötődés megjelenése mögött sokféle pszichológiai mechanizmus és kockázat állhat.

Egy másik releváns terület a szexualitás és a parafilák kérdése: ha valaki az AI-t kizárólag egyedi, társadalmi normákkal nehezen vagy egyáltalán nem összeegyeztethető fantáziák kifejezésére használja, az az érintett személy számára lehetővé teszi a vágyak biztonságos, de elszigetelt kielégítését. Ez csökkentheti annak motivációját, hogy a vágyakkal való szembesülés vagy feldolgozás felé lépjen.

Összességében: az AI-val való „párkapcsolat” választásának háttérében gyakran gyermekkorból hozott kötődési sérülések, elhanyagolás, traumák, illetve a szociális készségek hiányosságai állnak. Ezek a tényezők egyszerre magyarázzák a virtuális partnerek iránti vonzódást és járulnak hozzá

erre támaszkodik, az mindenképpen melegágya lesz valamilyen személyiségtorzulásnak. Tisztában van vele: „itt nincs testiség, azt majd máshogy oldom meg” – például önkielégítéssel, egy szextingre programozott avatárnál –, és számára így is jobb, mint a semmi. Ez tovább fokozza az izolációt és megakadályozza, hogy az érintett ‘kimenjen’ a valós térbe és valódi emberekkel építsen ki kapcsolatokat.

Nagyon kíváncsi vagyok a legújabb kutatásokra. Például van egy egészen friss, 2025 augusztusi Sentio-kutatás, ami az AI-jal kapcsolatos felhasználási mintázatokat vizsgálta: miért olyan addiktív a mesterséges intelligencia az érzelmek kiöntésére, megosztására. A legerősebb faktornak az alábbi állítás bizonyult: „elmondhatok neki mindent”. Eszerint úgy tűnik, hogy a bizalom az, ami miatt a legtöbben mesterséges intelligenciához fordulnak és azzal osztják meg a gondolataikat és érzéseiket. Mindig ott van, mindig meghallgat, azonnal reagál, kérdez, támogatja, amit mondok. Ez bennem azonnal felveti annak a kérdését, hogy miért érzi úgy, hogy a környezetében lévő embereknek (családtagok, barátok stb..) ezt miért nem teheti meg? A környezet maga vagy az ő környezetéről alkotott elképzelései, korábbi fájdalmas tapasztalatai állnak ennek a háttérében? Vagy esetleg ‘csak’ az az egyszerű magyarázata, hogy nincsenek ilyen kapcsolatai a valós életben?

Nemrég történt egy tragikus eset, amikor egy fiatal fiú AI-al beszélgetett, és az nem értette meg a metaforáit, ami közvetve hozzájárult az öngyilkosságához. Miért lehet veszélyes, ha egy mentálisan rossz állapotban lévő ember AI-hoz fordul, és mit tehetnek a fejlesztők, hogy ilyesmit elkerüljünk?

Kognitív szempontból az emberi kommunikációs hierarchia csúcsa a humor, a metaforák és szimbólumok használata és ezek megértése – erre az AI nem, vagy csak nagyon-nagyon korlátozott mértékben képes. Ha valaki például azt mondja: „szívesen hazamennék”, az AI szó szerint értelmezi, és azt válaszolja, hogy „persze, menj haza, otthon jó neked”. Ez teljesen logikus és valid válasz a részéről. De az általad is említett fiú ezzel arra gondolt, hogy „hogyan a hazatérés számára az ebből a világból való eltávozás szinonimája”, az AI reakcióját biztatásnak vehette. A metaforák, a finom érzelmi utalások egyszerűen kikerülnek a rendszerből.

A fejlesztők viszont tudnak lépéseket tenni ezügyben. Magyarországon is van már kezdeményezés arra, hogy úgynevezett stop-pontokat építsenek az AI-ba: ha önbántalmazó témák, öngyilkosság kerül szóba, az AI automatikusan nem bátorít, hanem megjeleníti a rendelkezésre álló segélyforrásokat – például elérhető telefonos segítségeket, kríziskezelő útmutatót. Emellett lehet programozni a perspektíva-keresést, hogy ne csak a szavak primer jelentését ismételve vissza, hanem alternatív, biztonságos tevékenységeket javasoljon, például sétát, beszélgetést.



lannak, de közben számtalan nagyon veszélyes (akár az adott felhasználóra, akár másokra nézve) spirált is elindíthat.

Mi lehet a kapcsolódás alapja egy ember és egy AI közötti „párkapcsolatban”?

Hogy biztonságban érezzük magunkat vele, hogy megértve érezzük magunkat, vagy akár csupán az, hogy van, akihez szólhatunk. Időről időre látni ilyen videókat, főleg távol-keleti országokból, ahol már hologram formájában is kivetítik azt az avatárt, azt a karaktert, akivel valaki együtt él és „párkapcsolatban” van. Ez azért működhet, mert a társaság jelenléte, a valakihez tartozás iránti igény az egyik legalapvetőbb emberi igényünk és ezt egy mesterséges intelligencia-alapú avatár, aki ráadásul már látható formát is kap, bizonyos embereknek nagyon könnyen ki tudja elégíteni. Én azt gondolom, hogy ezeknek a kapcsolatoknak az alapja ez: a biztonságérzet. Persze hozzá kell tennem, hogy bár nem vagyok klinikus, de szerintem sok esetben ott van a háttérben valamilyen komoly pszichopatológiai tényező is. Valamilyen kóros működésmód, ami hozzájárul ahhoz, hogy az illető gyakorlatilag ugyanolyan valódi kapcsolódásként éli meg

Elsősorban előfordulhatnak olyan személyiségstruktúrák vagy patológiák, amelyek a korai fejlődési periódusok zavaraiából erednek. Gyermekkorban elszenvedett bántalmazás – fizikai erőszak, szexuális kizsákmányolás vagy súlyos érzelmi elhanyagolás – gyakran gátolja a biztonságos kötődés és az alapvető szociális készségek kialakulását. Az ilyen korai sérülések következtében az érintett személyek nem, vagy csak nehezen képesek a hétköznapi emberi interakciókban biztonságosan mozogni: elkerülő magatartás, tartós szorongás vagy fokozott belső feszültség alakulhat ki. Az ilyen hiányosságok miatt a virtuális partnerek vonzó alternatívának tűnhetnek. Az AI-alapú avatárok biztonságosnak, kiszámíthatónak és nem ítélezőnek hatnak: rövid távon megkönnyebbülést, megértettség-érzést vagy társas támaszt adhatnak azoknak, akik valódi emberi kapcsolatokban bizonytalanok. Ugyanakkor ez a „megoldás” fenntartja – vagy akár súlyosbíthatja – a kiváltó problémát: a gyökérszinten létező kötődési vagy szorongásos zavarok nem oldódnak meg pusztán a virtuális interakció által, sőt a virtuális komfort növelheti a segítségnyújtás lehetőségét is kizáró elzárkózás mértékét (például agorafóbia esetén).

ahoz a kockázathoz, hogy az érintettek elkerülik a valódi emberi kapcsolatokkal járó kockázatokat és fejlődési lehetőségeket.

Az AI-avatárokkal kialakított „párkapcsolatok” hogyan tudnak fennmaradni úgy, hogy ezekben nincs testiség?

Ez tényleg nagyon érdekes, és én is szeretnék többet tudni arról, hogy egy AI hogyan tud annyira empatikus támogató jelenlét lenni, hogy bizonyos embereknek képes felülmúlni a testiség iránti igényt is. Mert az is egy alapvető emberi szükséglet, hogy a másik jelen legyen a testi valójában: hogy lássuk, halljuk, érezzük az illatát, egy intímebb kapcsolatban a testmelegét, az ölelését, az érintését. És egyre több példa alapján úgy tűnik, vannak, akiknél ezt a csetelés egy virtuálisan jelenlévő, ráadásul mesterségesen generált partnerrel teljesen ki tudja váltani.

Én úgy tippem, hogy ez leginkább olyan izolált életmódokban tud kialakulni, ahol egyedül az AI fedi le a szociális igényeket: gyengéd, empatikus, megértő, mindig van válasza, nem zárja le a beszélgetést, mindig hozzá tud tenni valamit – akár egy kis vigasztalást. Ez önmagában nem feltétlenül baj, de ha valaki erre ráfűgg, és kizárólag

Végezetül ne felejtsük el: az AI-t emberek fejlesztik, az adatok kezelése meglehetősen érzékeny kérdés. Minden chat mögött valamilyen emberi, vagy emberek által beállított adatkezelés áll, és bár a platformok ígérhetik a titoktartást, az adatok akár reklámokra, személyiségprofilozásra, vagy rosszabb esetben zsarolásra is könnyedén felhasználhatók. Az AI használata tehát nemcsak technikai és különböző szakmai, hanem etikai kérdéseket is implicál

Vannak olyan jelek, amik alapján észre tudjuk venni, ha a közelünkben valaki, például a barátaink, ráfűgött az AI-ra?

Emberfüggő, de fellelhetőek azért egyértelmű figyelmeztető jelek. Ha valaki szociálisan izolálódik, egyre kevesebbet jár programokra, sokat van otthon, és még mondogatja is, hogy „jó nekem itt, eltöltöm az időmet”, az már intő jel lehet. Ez önmagában még nem feltétlenül probléma, de érdemes felfigyelni rá.

Ugyanígy, mint minden függőség – gondoljunk a pornóra vagy más viselkedési függőségekre – szemmel látható jelei lehetnek: elhanyagolja magát, nem törődik az étkezéssel, öltözködéssel, egyetemre, munkára járással, a korábbi rutinjaihoz képest hanyag. Beszűkül a figyelme, minden energiáját egyetlen témára fókuszálja, és nehéz kirángatni a buborékjából.

Ilyenkor mindig azt szoktam mondani: nem az a cél, hogy azonnal

„helyrehozzuk” vagy „meggyógyítsuk”, mert ez általában hosszabb folyamat, és valószínű, hogy nincs meg hozzá a szükséges ismeretünk. Ha mi a családtagjai vagy barátai vagyunk az érintettnek, a szerepünk az, hogy odalépünk mellé, érdeklődünk, kérdezzük meg, hogy hogy van. Beszéljünk vele, legyen jelen a figyelmünk, és amikor eljön az a pillanat, hogy segítséget kér, vagy belátja, hogy elszaladt vele a ló, akkor lehet közbeavatkozni.

Apró dolgokkal lehet kezdeni: hívjuk el egy közös ebédre, sétára, kávézni, beszéljünk – ezek mind kis odafigyelést igénylő, de meglepően hatékony módok, hogy odafigyeljünk rá anélkül, hogy nyomást gyakorolnánk.

Mennyire veszélyes, ha valaki az AI-hoz fordul segítségért lelki nehézségekben, és milyen következményei lehetnek, ha az AI „diagnosztizál”, akár rosszul?

Kezdjük az előnyökkel: az AI mentálhigiénés szempontból alacsony küszöbű szolgáltatást képes lehet nyújtani. Tud pszichoeducációs szempontok mentén összegyűjteni és közérthető formában megjeleníteni egy adott jelenséget: például: milyen betegség tünetei lehetnek a felsorolt tényezők. Sőt, ebben akár egészen pontos leírást is adhat.

De itt jön a kritikus pont: a pszichodiagnosztikai munka, ami nélkülözhetetlen ahhoz, hogy tisztában legyünk

azzal, mi az a depresszió például, vagy milyen személyiségzavarok léteznek, sokkal összetettebb és többféle eljárást magában foglaló folyamat, mint amit az AI megvalósítani képes. Utóbbi csupán összegyűjti az információt és átadja, ha beírjuk a tüneteinket, – a híres-hírhedt Webbeteghez hasonlóan – ki tudja listázni, milyen betegség tünetei lehetnek az általunk megadott paraméterek. De a pszichodiagnosztika ennél jóval összetettebb folyamat: a szakember nemcsak hallja a panaszokat, hanem látja is a panasszal érkező embert, a reakcióit, a testbeszédét, a megjelenését – mindezek az úgynevezett szcénikus illetve nonverbális markerek úgyszintén fontos részét képezik egy pontos diagnózis felállításának. Ha csak beírom, hogy „így és így érzem magam”, az iránymutatás lehet, hogy merre érdemes szakembert keresni, de semmiképpen sem jelent valid diagnózist.

Ezért nagyon fontos: nem jó, ha valaki azt mondja, „az AI szerint depressziós vagyok”. Az AI abban jó, hogy felvázolja a lehetőségeket, listázza a szakértőket, ad iránymutatást, de a komplett diagnosztikát semmiképpen ne bizzuk rá. Ha az AI téves pszichiátriai diagnózist ad, az komoly terhet rak az érintett személyre – teljesen felesleges stresszt okoz, és ráadásul akadályozza, hogy a valós gyógyulás útjára lépjen. Összességében az AI szerepe az, hogy összegyűjtse a rendelkezésre álló

információkat, és segítsen eligazodni: „lehet, hogy erről van szó, ide érdemes fordulni”. De a diagnosztikai munkát és a tulajdonképpen gyógyító tevékenységet bizzuk szakemberre.

Végezetül, mit üzennél azoknak a fiataloknak, akik az AI-ban keresnek támogatást?

Én kicsit már más generációhoz tartozom, így biztosan más a viszonyulásom is a mesterséges intelligenciához (nevet), de azt üzenném a fiataloknak: az AI nem ördögtől való dolog, de legyünk tisztában azzal, hogy mire lehet és mire nem érdemes használni. Rengeteg hasznos funkciója van, de ne akarjuk ezzel helyettesíteni az emberi kapcsolódást – erre egyszerűen nem képes. Használják bátran az AI-t információgyűjtésre, szövegek formázására, kisegítő alkalmazásként, sőt még akár arra, hogy időnként csevegjenek vele. Tulajdonképpen olyan, mint egy szuper jó szövegszerkesztő – kifejezetten hasznos tanulmányokhoz vagy akár az általam is említett kommunikációs készségek kis gyakorlására is.

A szociális élet viszont nem helyettesíthető vele. Ne hagyják, hogy az AI legyen a fő társasági partnerük. Menjenek ki, ismerkedjenek, használják a valós lehetőségeket – csak itt a BME-n mintegy huszonnégyezer hallgató van, akivel lehet beszélgetni! A valódi kapcsolatokhoz a valódi ember kell.

HIRDETÉS

TAKE YOUR CODE TO NEW HORIZONS

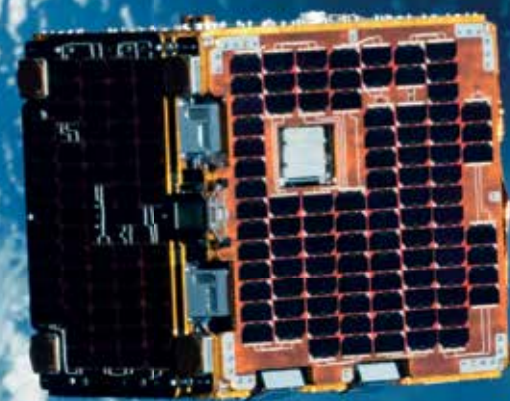
Data powers our phones, our cars, our homes – AI, space missions, and more. At Tuxera, we specialize in data storage management and networking software. Our purpose is protecting the integrity, accessibility, and longevity of data. With customers around the world and spanning multiple industries, we take your code across all lands, into the sea, up in the air, to The Moon and beyond the solar system!

Now hiring software engineers with a passion for:

- Embedded systems
- Networking technologies
- Operating system components

Stay tuned to tuxera.com/careers for our latest openings!

TUXERA



A több, mint 150 éves múltra visszatekintő, nemzetközi háttérrel rendelkező svájci Müssig cégcsoport frissen alapított magyar leányvállalata keres német nyelven beszélő pályakezdő mérnököket teljes munkaidős állásba budapesti irodájába.

Konstruktőr (Junior/Senior)

Feladatok

- Fém- és homlokzatépítési műszaki tervek elkészítése és szerkesztése HiCAD programban
- Részvétel szerelési rajzok és műszaki dokumentáció készítésében
- Kapcsolattartás német nyelven a svájci projektvezetőkkel
- Együttműködés a tervezőcsapattal, HELIOS adatbázis használata
- Közreműködés műszaki megoldások fejlesztésében komplex építési projektekhez

Elvárások

- Egyetemi/főiskolai gépészmérnöki vagy építészmérnöki végzettség (pályakezdők, diploma előtt állók is)
- Precíz munkavégzés, kreativitás, jó problémamegoldó képesség
- CAD-programok alapszintű ismerete (ideálisan: HiCAD)
- Csapatszellem és önálló munkavégzésre való nyitottság
- Kommunikatív hozzáállás, tanulási hajlandóság
- Német nyelvtudás

Előnyt jelent

- Szakmai tapasztalat
- Német nyelvterületen szerzett munkatapasztalat

Amit kínálunk

- Stabil, hosszú távú munkalehetőség egy megbízható, nemzetközileg is elismert vállalatnál
- Modern, digitalizált munkakörnyezet, strukturált betanulással
- Versenyképes juttatási csomag (kérjük, jelölje meg bérigényét)
- Fejlesztési és előrelépési lehetőség
- Nyitott és szakképzett, inspiráló csapat
- Budapest könnyen megközelíthető részén található iroda
- Nemzetközi tapasztalatszerzés a svájci központtal és a horvát leányvállalattal való együttműködés révén
- Ingyenes német nyelvtanfolyamok

Jelentkezés módja

A jelentkezéshez kérjük, csatolja német nyelvű önéletrajzát és motivációs levelét, valamint jelölje meg bérigényét! Ezek elmaradása esetén a jelentkezést sajnós nem tudjuk figyelembe venni.

Kapcsolat

Nikola Ivacic, n.ivacic@muessig.ch

build visionary. muessig.ch

MÜSSIG



MEGBÍZHATÓ ALAPOT
NYÚJTUNK A DIGITÁLIS
ÁLLAM MŰKÖDÉSÉHEZ.

SAP Hungary Sikertörténet, innováció és gyakornoki lehetőség

Hadd meséljünk kicsit magunkról!

Az SAP, 1972-ben, öt mérnök által alapított vállalat mára a világ egyik vezető üzleti szoftvergyártója, amelyet a 100 legnagyobb globális vállalat közül 99 használ. Magyarországi központunk, az SAP Hungary Kft., több mint két évtizede szolgálja ki ügyfeleit innovatív megoldásokkal és folyamatos technológiai fejlesztésekkel.

Mára már tudjuk, hogy együtt képesek vagyunk átalakítani iparágakat, automatizálni bonyolult feladatokat, növelni a vállalatok hatékonyságát, javítani az ügyfél- és munkavállalói élményt, mindezt úgy, hogy közben a bolygónk védelmére is a lehető legnagyobb hangsúlyt fektetjük. Vállalatirányítási megoldásaink kapcsán ismer minket a Világ, de valójában rengeteg izgalmas dologgal foglalkozunk, amelyek valódi hatást gyakorolnak a világra. Az SAP segít forradalmasítani minden céges folyamatot, a rákkezelésektől az árvíz megelőzésig, a beszerzési folyamatok egyszerűsítésétől a munkavállalói elégedettség-mérésén át egészen a marketing-automatizációs megoldásokig.

Szeretnél komplex problémákat megoldani, belelátni ügyfélmenedzsment-, értékesítési- vagy tanácsadási folyamatokba, és közben tapasztalt mentorok támogatását élvezni? Érdekel a mesterséges intelligencia, belső alkalmazásaink fejlesztése, vagy ügyfelek támogatása hasonló megoldásokkal? Netán kíváncsi vagy, hogyan működik az IT-biztonság egy ilyen globális vállalatnál?

Miért csatlakozz a STAR programhoz?

✓ Luxus irodai környezet a Graphisoft Parkban

✓ Elsőosztályú kompenzációs csomag

✓ Órarenddel összeegyeztethető gyakornoki munkavégzés:

- 3, vagy 4 szemeszteren át 6 havi váltásokban új projekteken dolgozhatsz
- szakmai gyakorlatot teljesíthetsz

Találkozz velünk a Műegyetemi Állásbörzén!

BME Q épület, Q3 stand
2025. október 14–15.

Légy részese
sikertörténetünknek!



Dél-Ázsia a Palotanegyedben

Metz Laura már három hónapja várja azokat a kíváncsi vendégeket, akik a megszokott ízek mellett valami igazán különlegeset szeretnének megtapasztalni: egy háromszögnyi Srí Lankát. Laura az ételek mellett a vendéglátáson keresztül is megidézi kinti élményeit. Vele beszélgettünk arról, hogyan fér el ez az egzotikus világ egy apró budapesti üzletben, és miként segítette a BME-s vegyészmérnöki múltja abban, hogy mindezt megvalósítsa.

FIAM NOÉMI NORINA

Mióta találkozhatunk a Rotigamival a Vas utcában?

Nagy szerencsével és elég gyorsan sikerült megnyitni a helyet, aminek köszönhetően május végétől vagyunk nyitva. 2025 február végén érkeztem haza Srí Lankáról, és alig három hónappal később, május végén már meg is nyitottuk az ajtót az első vendégek előtt. A Vas utcai üzlethelyiséget pont el akarta adni a tulajdonos, én pedig annyit tudtam, hogy közel szeretném tudni az otthonomhoz, ugyanakkor fontos, hogy legyen frekventált környéken. A nyolcadik kerületnek ez a része pont ilyen: tele van egyetemekkel, fiatalokkal, szóval minden szempontból ideálisnak tűnt. Fontolgattam ugyan

más helyszíneket is, de amikor beléptem ide, minden kétyelt lesöpört az asztalról a látvány, 5 perc után mondtam, hogy írhatjuk a szerződést.

Hogyan segítenek a BME-n szerzett tapasztalataid a mostani vállalkozásban?

Rengeteg mindent megtanultam magamról az egyetemen, sok dolgot megerősítettek bennem az egyetemi évek. Világossá vált számomra, hogy minél felelősségteljesebb feladat hárul rám, annál jobban teljesítek. A Martos Csocsó Klubban már gólyaként pultos lettem, majd klubvezető helyettes, valamint az Ars Presso kör vezetője. Hozzám tartoztak a marketing feladatok, az események ütemezései, a koncepciók kitalálása és megvalósítása. Az itt megszerzett tudást szinte minden munkahelyemen használtam. A munkán kívül is imádtam hostolni, rendezvényeket szervezni: nemcsak hivatalos bulikat, hanem például disznóvágást Békés megyében a baráti társaságomnak. A minden félévben megszervezett szobaavatókat 30 + emberrel töltöttük, a kis koliszobánk kapacitásait maximálisan kihasználva. Egyértelművé vált, hogy közösségben működöm igazán jól, és hogy a vezetés az egyik erősségem. Emlékszem, a gólyatáborunkban az akkori Hallgatói Képviselő elnöke azt mondta: „a BME-t sokféleképpen el lehet végezni, de egyedül nem.” Ez nagyon igaz. A közösségi élmények erősítettek meg bennem sok mindent, és ezek a készségek ma is visszaköszönnék.

Mi volt az a srí lankai szokás, amit mindenképpen szeretted volna átültetni Budapestre?

Az egyik legszembetűnőbb szokás talán az, hogy kint minden ételt kézzel esznek: tényleg mindent. Ezt a hagyományt itt, a Rotigamiban is szerettem volna megőrizni. Emellett Srí Lankán a kiszolgálás mindig nagyon lelkes, szívből jövő, még ha nem is annyira professzionális. Ezt a fajta közvetlenség, őszinte vendégszeretetet is közel áll hozzám.

Az indulás után sokáig teljesen egyedül vitted a helyet. Mi volt ebben a legnagyobb kihívás?

Az elejétől kezdve több barátom segített a hely megvalósításában, de az igaz, hogy mindennap bent voltam reggeltől estig. A legnagyobb kihívás az volt, amikor a We Love Budapest cikkének hatására elkezdtek megismerni az emberek a helyet, ez egyik napról a másikra tízszeresre a forgalmat. Nem is tudom, hogy erre fel tudtam-e volna készülni, szerencsére be tudtam könyörögni barátokat, mivel ez a forgalom már két embert igényelt. Mostanra sikerült felvennem pár alkalmazottat, így összesen hatan leszünk, de mindenki részmunkaidőben



dolgozik majd. A toborzásnál nem azt néztem, hogy ki mennyi vendéglátós vagy konyhai tapasztalattal rendelkezik, inkább az volt a fontos, hogy olyan embereket találjak, akikkel jól érzem magam, és akikkel szívesen töltöm a napot. Így lett köztünk például festő, színházaskész is. Ennek ellenére a kreatív részét a vállalkozásnak magamnál szeretném tartani, mert szerintem sokat ad, ha egy vállalkozó maga csinálja ezeket a dolgokat.

Ha már kreativitás: milyen terveid vannak a menüvel kapcsolatban?

A rutinál szeretnék maradni, mert nagyon jól variálható étel. Gondolkodom fúziós rotikon, szezonális rotikon, sőt, magyaros változatokon is. Srí Lankán készítenek édes rotik is, amikről már több vendég érdeklődött.

BME-s alumniként milyen üzenetet küldnél azoknak, akik az alapszak elvégzését követően teljesen másba akarnak belevágni?

Azt gondolom, hogy az embernek

mindig önazonos dolgokat kell csinálnia. Nem baj, ha valaki még nem tudja pontosan, mi az álma - az is jó kezdet, ha tudja, mit nem akar. A szívére kell hallgatnia az embernek, és apró lépésekben haladni. Nem kell rögtön mindent kitalálni, elég kicsiben elkezdni. Előbb-utóbb úgyis eljutunk oda, ami valóban nekünk való. Én is többször váltottam már karriert, és soha nem bántam meg. Az élet végülis arra van, hogy elszórakoztassuk magunkat.

Hol látod a Rotigamit öt év múlva?

Remélem a környékbeliek életének része lesz a 'rotizás', egy hely, ahova az egyetemisták beugorhatnak két szeminárium között, vagy az irodisták felkaphatják a sietős ebédjüket. Emellett nagyon szeretném, ha erősödne az együttműködés a környék kisvállalkozói és vendéglátóhelyei között, és ennek akár szívesen lennék a szervezője. Azt gondolom, együtt tudnánk hatást gyakorolni a városrészre, és több, a Mikszáth Kálmán térhez hasonló, barátságos területet alakíthatnánk ki.

TŰNJ KI, NE CSAK JELENJ MEG!

Karriertippek egyetemistáknak:
online és offline jelenlét
a HSZK Tanácsadási Irodától.



Szakmai gyakorlat, szakkollégium, első állás? Bármelyik legyen is a cél, a sikerhez nem elég a tudás – fontos, hogyan kommunikálsd magad mások felé. A rólad kialakuló benyomás sokszor már az első e-maillal, LinkedIn-profiloddal vagy személyes találkozással elkezd formálódni. Ezért érdemes tudatosan építeni a szakmai jelenlétedet – online és offline is.

MIRE FIGYELJ?

- » Frissítsd a profiljaidat (LinkedIn, portfólió, stb.)
- » Legyen egyértelmű, miben vagy jó és mit keresel
- » Kommunikálj következetesen – legyen szó e-mailről vagy bemutatkozásról

Készen állsz a karrierépítésre? Nézd át az alábbi információkat, mielőtt jelentkezni!

ONLINE JELENLÉT

Az internet nem felejt – de te irányíthatod, mit mutat!

Régi posztok, régi stílus, régi e-mail? Nem baj, ha változtatsz – csak frissítsd, amit már nem vállalnál ma is!

KÖZÖSSÉGI MÉDIA

- » Nézd meg, mi látszik rólad nyilvánosan.
- » Ha állást keresel, kövesd a kiszemelt cégeket – sok infót találsz róluk a posztjaikban, akár a céges juttatásokról is

E-MAIL

- » Legyen profi címed, amit könnyű lediktálni (ne legyen: natlozhtot@mmail.com)
- » Állíts be aláírást – blog, LinkedIn, elérhetőségek jöhetnek!

SAKMAI JELENLÉT

- » Készíts LinkedIn-profilt, jelöld be a projektpartnereidet!
- » Kérj visszajelzést a készségeidről.
- » Kövess állásportálokat, szakmai oldalakat – sokszor projektlehetőségeket is találsz!

Ha úgy döntesz, hogy regisztrálsz szakmai vagy álláskereső oldalakra, észre sem veszed, de máris elkezdted áttekinteni és összegezni a szakmai múltadat, terveidet, kompetenciáidat. A profi karrieroldalak lényegi kérdései és az erre adott válaszaid nagy segítséget jelentenek majd neked a CV-d megírásakor.

Ha ez érdekel érdekel bővebben is, látogass el oldalunkra:
<https://services.bme.hu/page/1025/>

Építsd fel a LinkedIn-profilod!
Kezdő szint

Építsd fel a LinkedIn-profilod!
Haladó szint

Válassz megfelelő képeket!

Profilkép
400x400 pixel
professzionális
barátságos
mosolygós

Banner fotó
1584x396 pixel
tükrözze a személyiséged,
érdeklődésed!

Állítsd be az URL-címed!

A profilod honlapcíme legyen egyszerű, ezáltal könnyebben visszakereshető leszel.
"hu.linkedin/in/keresztnevezeteknev"

Endorsements - megerősítések

A képességeidet megerősíthetik munkatársaid, barátaid, ügyfeleid.

Recommendations - ajánlások

Még erősebb referencia, hogy miért jó veled együtt dolgozni.

Adj és kapj!

Ha megerősített mások képességeit, számíthatsz a viszonzásra.
Maradj hiteles!
Lehetőleg releváns személytől kapj megerősítést, aki ismeri a munkád. Ajánlásokkal a profilod láthatóbb lesz és bizalomkeltőbb.

Fősr (Headline)

- rövid, tömör szakmai összefoglaló rólad
- szokatlan, meglepő, ötletes és frappáns
- figyelemfelkeltő egy ismeretlen számára is

Összefoglaló (Summary)

- Használd szakma-specifikus kulcsszavakat!
- Hangsúlyozd a képességeid, kiemelkedő eredményeid!
- Támaszd alá őket - miért fontosak ezek, és mit jelentenek a leendő munkatársaidnak, munkáltatódnak?

Legyen a profilban legalább két korábbi álláshely, rövid, tárgyilagos munkaköri leírással.

Pályakezdőként is legyen legalább két kiemelt aktivitás, közösségi szerepvállalás az egyetemi, iskolai évekből.

S Használd tudatos kulcsszavakat, hogy a megfelelő ajánlatokkal találjanak meg!

E A keresett pozíciónak megfelelő, valóban releváns tapasztalatokat, képességeket tüntess fel! Így nagyobb eséllyel találsz meg olyan állásajánlatot, amire alkalmas leszel.

Skills

Sorolj fel legalább 5 képességed!

Kapcsolódj!

1. Szinkronizáld a profilod az email címjegyzékeddel!
2. Keresd ismerőseket!
3. Kezdeményezz!

Kövess azokat a személyeket/oldalakat, akik inspirálnak, és kapcsolódni a szakmához, de kerüld az ismeretlenek tömeges bejelölését!

Kerüld a túl gyakori kifejezéseket!

Legyél kreatív!
Sokkal meggyőzőbb, ha példákkal, eredményeiddel alátámasztva mutatod be magad.

BUZZWORDS

Specialise
Experienced
Skilled
Leadership
Passionate
Expert
Motivated
Creative
Strategic
Focused

A k t i v i t á s

- Lépj be szakmai csoportokba!
- Posztolj szakmai témákról, írd néhány saját gondolatod!
- Oszd meg szakmai anyagaidat!
- Közzéteheted prezentációd, cikket, egy szakmai rendezvényen veled készült videót, képet az eseményről.
- ✗ Kerüld a magánéleti témákat!

100%

Kitöltött profilál 40x több eséllyel van, hogy megtaláljon egy lehetőséget!
A LinkedIn előtérbe helyezi a teljesen kitöltött profilekat, tehát nagyobb eséllyel dobja ki a profiledat egy keresésnél.

MIRE FIGYELJ, HA ÁLLÁSHIRDETÉST OLVASOL?

Láss a szavak mögé, értelmezd jól az elvárásokat és az előnyként feltüntetett kompetenciákat. Legyen szemed a neked való hirdetésekre, így sok energiát, feleslegesen elküldött pályázatot és visszautasítást spórolhatsz meg magadnak!

ENERGIA KFT.

ENERGETIKAI MÉRNÖK

FELADATOK

- ✓ Energetikai szakreferensi jelentések készítése
- ✓ Közreműködés energetikai auditokban
- ✓ Döntéshozókészítő számítások összeállítása

ELVÁRÁSOK

- ✓ Energetikai mérnök diploma (BSc/MSc)
- ✓ MS Office felhasználói szintű ismeret
- ✓ Proaktivitás, önálló munkavégzés

ELŐNYT JELENT

- ✓ Műszaki ellenőri végzettség
- ✓ Tárgyalóképes angol nyelvtudás
- ✓ Energiakereskedelemre való rálátás

Ha van már munkatapasztalatod, pályázz most! hello@energia.com

Ne ismételd. Használd a saját szavaidat! Érdekelnek az új megoldások, a szakterületek találkozásai. Aktívan keresem a kihívásokat.

Ami előny, annak nem kötelező teljesülnie!

Ha nem teljesül 100 %-ban minden feltétel, akkor is add be a jelentkezést! Ismerd meg a céget, szerezz tapasztalatot az interjúzásban!

Jelentkezz, ha nincs munkatapasztalatod, DE:

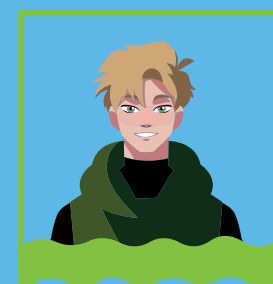
- gyakornokként dolgoztál már ebben a beosztásban;
- és saját projektet is megvalósítottál hobbiból.

ÖNÉLETRAJZ

Az önéletrajz az útleveled, ami eljuttat az állásinterjúig, ahol már személyesen kerülhetsz kapcsolatba a munkáltatókkal. Ezért fontos, hogy az önéletrajzod kellően meggyőző legyen, tükrözze a szakmai felkészültséged, kompetenciáid, egyéniséged, és illeszkedjen az álláshoz, amit szeretnél megpályázni.

ALAPOK

- Formátum: pdf (ha nem kérnek mást)
- Elnevezés: sajátnev_CV
- Típusok: amerikai, europass, kreatív
- Hossza: max. 2 oldal, pályakezdőként 1
- Pályázott pozícióra szabni, állásonként külön verziók

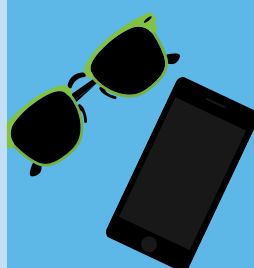


Egy önéletrajz sokféleképpen épülhet fel és nézhet ki. Főképp attól függ, hogy milyen céghez, milyen pozícióra pályázol, és mennyi tapasztalatod van már a munkaerőpiacon.

- Rendelkezel-e munkatapasztalattal vagy pályakezdő vagy?
- Milyen képet szeretnél mutatni magadról? Milyen készséget, szakmai/személyes tulajdonságot emelnél ki?
- Elvárás-e, hogy egy megadott sablont kövess (például europass vagy közszolgálati)?

A LEGFONTOSABB SZEMPONTOK:

ÁTLÁTHATÓ
LÉNYEGRE TÖRŐ
LOGIKUS FELÉPÍTÉS



ÖNÉLETRAJZ-TÍPUSOK

KRONOLOGIKUS

Amerikai típusú önéletrajz
Tényszerű adatok
Fordított időrendi sorrend
(legfrissebb elől)
Tapasztaltabb
munkavállalóknak ajánlott

EUROPASS

Sablon alapján
Kifejezetten kérhetik, főleg, ha
EU-s intézményhez pályázunk.
Európa-szerte elfogadott
sztemd szerinti forma
és tartalom

FUNKCIONÁLIS

Kompetenciaalapú
Képességek, ismeretek, szakmai
tapasztalatok csoportosítása
Adott munkakörhöz igazítva
Időrend nem hangsúlyos
Pályakezdőknek ajánlott

KÖZZSZOLGÁLATI

Sablon alapján
Meghatározott
tartalom és forma
Közzszolgálati
foglalkoztatás esetén

KOMBINÁLT

A kronologikus és
a funkcionális ötvözte
Eredményközpontú
A pályázott munkakör
követelményeit is figyelembe
veszi

EGYEDI

Szabadabb forma
Illeszkedik a személyiségedhez
és a kívánt pozícióhoz
Egyedi grafikai megoldásokat,
videó készítését is jelentheti

A különböző
önéletrajz-típusokra
a HSZK CV-kurzusában
találsz mintát:
Önéletrajzírás
online kurzus
angolul is



MOTIVÁCIÓS LEVÉL

Motivációs levél = belépő a CV-dhez

Nem kell regényt írni!

A motivációs levél egy gyors bemutatkozás, amivel azt mutatod:
tudod, hova jelentkezel
érdekel a pozíció
van ötleted, mivel foglalkoznál ott

Ha kéri, ne hagyd ki – nélküle lehet, hogy el sem jutnak a CV-dig.
Extra pont, ha névvel szólítod meg a címzettet!

FORDÍTSD ELŐNYRE, AMID VAN!

GYAKORLAT: Írd le az összes olyan tényezőt, melyet a mindennapi életben vagy a munkavégzésben hátrányodnak érzel, mellé pedig írd két olyan készséget, előnyös tulajdonságot, amelyek éppen ezért alakultak ki!

Van valami, ami miatt más vagy? Ez nem hátrány – hanem lehetőség, hogy megmutasd, milyen készségeket fejlesztettél ki miatta!

PÉLDÁK, AMIK INSPIRÁLHATNAK:

Látássérültként nem külsőségek alapján ítélsz – ez segíthet ügyfélkapcsolatban vagy HR-ben.

Kerekesszékesként sok nehéz helyzetet oldottál meg – ez erősíti a kommunikációt és a stresszkezelést.

Cukorbetegként mindig tervezel, figyelsz – ez pontosságot és fegyelmet jelent, ami sok munkakörben előny.

Tipp: Mielőtt megírod a CV-det, gondold végig, mit tanultál a saját utadon – és hogyan segíthet ez a munkában!



EGY KIS SEGÍTSÉG, HA ELAKADNÁL:

<https://www.hrportal.hu/hr/motivacios-level-egyszeregy-20190625.html>

Találkozások

Hogyan mutasd be magad élőben?

Képzeld el: egy eseményen vagy, sok az ember, zaj van, és valaki megkérdezi: „Meséld magadról!” – van rá kb. 1 perced. Mit mondasz?

A cél: **hitelesen, röviden, mégis ütősen** bemutatni, ki vagy, mivel foglalkozol, és mi érdekel szakmailag. Plusz: egy kis ízelítő a személyiségedből is jöhet, főleg, ha csapatban dolgoznál.

EHHEZ SEGÍTÜNK PÁR TIPPTEL:

Elevator speech – a liftbeszélgetés

Képzeld el, hogy egy liftben vagy az álmunkahelyed HR-esével. Mire kiszálltok, tudnia kell, miért vagy izgalmas jelölt.



Legyen a bemutatkozásod:
rövid
(max. 1 perc),

lelkesítő,

és olyan,
amitől kérdezni
akar még.

STAR-technika – sztoriban az erő

Ha egy tapasztalatodat meséled, használd ezt:

S	T	A	R
SZITUÁCIÓ Mi történt?	TEVÉKENYSÉG Mi volt a feladatod?	AKCIÓ Mit tettél?	REZULTÁTUM Mi lett az eredmény?

Ez segít, hogy ne csak infókat dobj be, hanem sztorit mesélj – és az mindig jobban megmarad.

Ha már elhelyezkedtél, vagy csak szeretnél tájékozódni a munkavállalásról, az alapfogalmakról, nézz bele 'Vigyázz! Kész! Munkakezdés!' című, pályakezdőknek szóló füzetünkbe: <https://hszi.bme.hu/page/1171/>



BME Hallgatói Szolgáltató Központ (HSZK)
Mentális és karriertámogatás BME-seknek

További infók a BME esélyegyenlőségi szolgáltatásairól itt érhetők el:
<https://hszi.bme.hu/tanacsadas/eselyegyenloseg/bemutakozas/>



HALLGATÓI
SZOLGÁLTATÓ
KÖZPONT

Közös álmodozás - három út a jövő felé?

Sorozatunk következő részében arra keressük a választ, hogy miképp viszonyulnak egyetemista társaink a jövőjükhöz, például a család, karrier és lakhatás kérdéséhez. **Szonja** a műszaki menedzser, **Gábor** pedig a gépészmérnöki szakról érkezett, harmadik vendégünk viszont a **ChatGPT** volt, aki - utasítás szerint - átlagos egyetemista véleményt képviselt. Ti kivel értetek egyet?

KOCSIS KAMILLA
FARKAS JÁZMIN

Kezdjük egy általános célkitűzéssel – ha előreugranánk az időben, hogyan képzelitek el magatokat 10–15 év múlva?

Szonja: Én bízom benne, hogy megtalálom azt az irányt, ami igazán érdekel, mert a mostani tanulmányaimban még nem vagyok biztos. Gyerekeket is szeretnék addigra, illetve örülnék, ha megtarthatnám a hobbimat, ami a versírás. Remélem, hogy már nem otthon fogok lakni, hanem egy saját kuckóban, ami közel lehet a családomhoz. Még nem tudom, hogy itthon maradnék-e, vagy külföldön, de ezt nagyban befolyásolja, hogy a testvéreim merre mozognak. Szeretnék egy városban maradni, nekem ők nagyon fontosak.

Gábor: Én mindenképpen északi országba szeretnék költözni, mert az ottani emberi interakciók nekem nagyon vonzóak. Tapasztalataim szerint ott, ha összenézel egy idegennel, akkor rád mosolyog, mert boldog. Nekem ez nagyon sokat jelent, itthon pedig nem találok ezt a pozitívítást. Egyébként

edzőként szeretnék dolgozni, nem mérnökként. Kicsi gyerekekkel foglalkoznék, a családom révén is bennem van ez a nevelői vér. A sport szerves része az életemnek, focizok és futok – de ahogy a mondás tartja, ki nem tudja, tanítja, úgyhogy szívesen oktatnám.



Fotó: Kocsis Kamilla

AI: Én úgy képelem, hogy már stabil munkám van, amit szeretek, és amiből kényelmesen meg tudok élni. Jó lenne, ha lenne saját lakásom vagy házam, meg talán család is. Nem kell semmi extra, csak nyugi, biztonság, meg hogy legyen időm olyan dolgokra is, amiket szeretek csinálni.

Mi az az egy dolog, amit mindenképpen megvalósítanátok a jövőben?

AI: Szeretnék megtalálni azt a hivatást, ami örömet okoz, és nem érzem kötelező tehernek. Olyan munkát keresek, amiben szívesen és lelkesen tudok nap mint nap részt venni.

Gábor: Ez nekem is vágyam. De akkor mondok egy másikat; száz országba szeretnék eljutni!

Szonja: Én egyelőre szeretném megszerezni az alapidiplomámat... Aztán jöhetnek a nagyobb célok. Nagyon várom azt az időszakot például, amikor már gyerekeim lesznek.

Mi az, amin változtatnotok kellene annak érdekében, hogy elérhessétek ezeket a céljaitokat?

Szonja: Idő management. Illetve határozottabbnak kellene lennem a véleményemmel kapcsolatban – sokszor visszahúzódom, megijedek, ha

Vannak külön szakmai/karrierbeli kitűzött céljaitok?

Gábor: Olyan elképzeléseim vannak, amiket ha nem teljesítek, és hatvanévesen összegzem az életemet, akkor nem fogja befolyásolni az elégedettségemet. Jó lenne egy céget alapítani, de csak másodállásban, és úgy, hogy valaki más foglalkozik majd vele.

AI: Szeretnék olyan területen elhelyezkedni, ami tényleg érdekel, nem csak "megélhetési munkát" csinálni. Jó lenne olyan pozíciót találni, ahol van fejlődési lehetőség, és ahol később akár vezetői vagy önállóbb szerepet is betölthetnek.

Szonja: Én reménykedem benne, hogy majd gyerekekkel tudok foglalkozni. Olyan tanár szeretnék lenni, amilyenre nekem is szükségem lett volna.

Inkább stabil, biztonságos állást szeretnétek, vagy kockáztatnátok a nagyobb siker érdekében?

AI: Most inkább a stabilitás vonz, mert jó érzés tudni, hogy biztos háttér van mögöttem. De ha adódna egy olyan lehetőség, ami nagyobb kockázat, viszont tényleg közel áll hozzám, lehet, hogy bevállalnám – csak nem fejest ugorva, hanem átgondoltan.

Gábor: A második lehetőséget választanám. A szüleim 45 éven keresztül ugyanott dolgoztak, de engem nem zavar, ha két évente kell váltanom, úgyhogy szerintem ez a hozzáállásváltozás egy generációs különbség. Az én véleményem szerint új ingerek és kihívások kellenek a fejlődéshez.

Szonja: A jelenlegi világlátásommal és azzal a kevés tapasztalatommal, amim van, az első opciót mondanám. A jövőben szeretnék eljutni oda, hogy kevésbé féljek a változástól, ezért szoktam magamnak kis "sidequesteket" adni, hogy fejlődhessek. Még többször ki kell lépnem a komfortzónámból ahhoz, hogy nagyobb kockázatokat tudjak vállalni.

Mit gondoltok a szerencse szerepéről az életben? Mennyit ad a sikerhez a szerencse?

AI: Szerintem a szerencse fontos, mert sokszor jó időben, jó helyen lenni rengeteget számít. Viszont önmagában nem elég - ha nincs mögötte munka meg kitartás, akkor a szerencse adta lehetőségeket sem tudja az ember kihasználni.

Gábor: Szerintem nincs szerencse. Munka, befektetett energia van. Sőt, szerintem mindenki ugyanannyival indul az életben. Persze, előny, ha privilegiált helyre, közebe születesz, de ha józan ésszel felfogod a céljaidat, álmaidat, lehetőségeidet, akkor neki kell vágni a munkának és teljesíteni. Nincs mese, nincs szerencse.

Szonja: Szerintem meg nagyon nagy szerepe van a szerencsének az életben. Az én értelmezésem szerint a környezeted a szerencse. Hogy milyen emberek

közé, milyen támogató közegbe születesz.

Ha már támogató közeg... Felnőttkori barátságról mit gondoltok?

Gábor: Szerintem a felnőttkori barátságok maradnak meg igazán. A gyerekkori barátságokról nekem radikális véleményem van; szerintem olyan időszakosak kapcsolatok, amik nagyon jók egy adott életszakaszban, de hamar véget érnek. Húszéves korunk után szerezzük a hosszútávú barátsá-

nem feltétlenül hatalmas házban, de kényelmes, otthonos helyen. Jó lenne, ha lenne valaki mellettem (pár, család vagy közeli barátok), akikkel jól érzem magam, meg persze egy-két állat sem ártana.

Gábor: Engem a saját ingatlan nem vonz, ráadásul ennek a reális lehetőségét sem látom. Engem egyáltalán nem zavar, ha örökké albérletben kellene élnem. Elsőnek mindenképpen bejárnám a világot, aztán egy északi

pár, hanem barátok is vagyunk. A szüleimmel és testvéreimmel régóta megbeszéltük, hogy közel szeretnék egymáshoz élni, hogy szoros kapcsolatban tudjunk maradni - abban bízom, hogy ez működni fog.

Gábor: Szerintem nem csak az család, akik a vérszerinti rokonaidd, hanem a barátok vagy kisállatok is ebbe a körbe tartoznak. Számomra kiemelendő az apa-gyermekek kapcsolat. Szeretnék olyan szülő lenni, akire bármikor számíthat a

fejlődésre, így felelősségteljesen lehet dönteni a családalapításról.

Gábor: Szeressük egymást. Segítsünk a másikon. Folytassunk olyan interakciót egymással, amire jó kedvvel gondolunk vissza. Ne ítélkezzünk. Mindig gondoljunk bele a másik helyzetébe. Én ilyen társadalomban szeretnék élni, de tisztában vagyok vele, hogy ez nem működhet. Előítéletesek vagyunk.

Szonja: Én bízom benne, hogy a mi generációnk már javít ezen, és empátikusabbak leszünk. Nekem jól esne egy elfogadóbb közeg. Annyira sok helyről hallom, hogy a fiatalok vágnak egy hozzáállásbeli változásra, hogy talán még esélyt is látok rá, hogy ez megtörténik. Nagyon remélem, hogy továbbra is működik a „tanulunk-az-előző-generáció-hibáiból” történet. Már a szüleink is nagyon mások, mint az ő szüleik, mi is mások leszünk, aztán majd a mi gyerekeink folytatják a sort...

Gábor: Én is úgy látom, hogy sokkal befogadóbbak vagyunk. Beszélünk a problémákról, elgondolkozunk a konfliktusokon, valahogy tudatosabban foglalkozunk ezekkel a helyzetekkel.

Milyen értékeket szeretnétek továbbadni a gyerekeiteknek?

AI: Szeretném továbbadni a tisztelet, az őszinteség és a kitartás értékeit, meg azt, hogy fontos legyen önállónak és felelősségteljesnek lenni. Emellett jó lenne, ha megtanulnák értékelni a tudást, a kreativitást és a másokkal való együttműködést is.

Gábor: Szerintem meg nem kell mindenkit tisztelni, csak azt, aki méltó rá és őt is viszont tiszteli. Legyen segítőkész, ne ítéljen el senkit. Maradjon önazonos. Akkor is mondja el a véleményét, ha kiderül, hogy cáfolható, mert így tud sokat tanulni.

Szonja: Nekem azok az értékek jutottak eszembe, amiket én kaptam a szüleimtől. Ilyen az elfogadás. Az én szememben sokkal többet ér, ha valakinek az érzelmi intelligenciája a magas, és nem a lexikális tudása nagy. Szerintem ez részben adottság, részben neveltetés kérdése.

Mi az a tanács, amit a jövőbeli énekeknek adnátok?

AI: Azt mondanám a jövőbeli énekeknek, hogy ne stresszeljen túl sokat a dolgokon, és ne féljen kockázatot vállalni, de közben mindig maradjon hű önmagához. Meg hogy ne felejtse el élvezni az utat, nem csak a célt.

Szonja: Legyen magabiztosabb. Ne futamodjon meg valamitől azért, mert valaki idősebb nála, és ezáltal lehet, hogy tapasztaltabb. Jobban ki akarok állni magamért, mert bár másokért már nagyon megy, de a saját esetemben nehezebben.

Gábor: Ha az kell, akkor legyen önző, merjen kiállni magáért és nemet mondani.



gaink nagy részét a munkahelyeken, egyetemen stb.

AI: Szerintem felnőttként sokkal nehezebb új barátságokat kialakítani, mert mindenki rohan meg elfoglalt, de azok a kapcsolatok, amik megmaradnak, sokkal mélyebbek és értékesebbek. Jó érzés tudni, hogy van pár ember, akire tényleg bármikor számíthatok.

Szonja: A legtöbb barátom gimiből és általános suliból van. Biztos az is közrejátszik a véleményemben, hogy még ugyanott lakom, ahol felnőttem velük, úgyhogy könnyen találkozunk, meg kiskorunk óta ismerjük egymást. Az egyetemen is találtam pár jó barátnőt, de én amúgy olyan vagyok, aki idegenek között szociálisabb és nyitottabb, mint egy olyan társaságban, ahol ismer már pár embert.

Van elképzelésetek arról, hogy kikkel és milyen házban szeretnétek élni?

AI: Úgy képezem, hogy egy nyugodt, barátságos környéken élek majd,

országban telepednék le. Szeretnék a fjordok mellett megőregedni.

Szonja: Én a párommal és a (két?) gyerekemmel képezem a jövőt. Kertesházban nőttem fel, de nincs konkrét elképzelésem arról, hogy hol laknék szívesen. Az fontos, hogy legyen egy erkély, akkor is, ha picike. Helyileg el tudnám képzelni az agglomerációt, hiszen ott élek most is és szeretem a kisvárosok varázsát, de a boltok hiánya (vagy a főváros megközelítése) problémás tud lenni. A gyerekvállalás előtt kipróbálnám a nyüzsgő belvárosi életet is, mert nagyon szeretek emberek között lenni.

Maradjunk a családnál. Hogyan képzelitek el a jövőben a családi életeteket, illetve abban milyen szerepet fogtok játszani?

Szonja: Én még dédelgetem azokat a kislányos álmokat, hogy szép esküvőm lesz, gyönyörű ruhával, boldog házassággal. Persze ezt az is erősíti bennem, hogy szerintem már megtaláltam életem szerelmét, akivel nem csak egy

gyerekem, nem kell attól félnie, hogy "jaj, apa le fog szidni" vagy "nehogy kinevessenek otthon". A házasság intézményét elítélem, szerintem ez csak egy berögződött szokás, úgyhogy esküvőt nem tartanék. Ennek ellenére el tudom képzelni, hogy létezik egy olyan nő, akiért ezen az elhatározásomon tudnék változtatni.

AI: Én úgy képezem, hogy szeretnék egy nyugodt, támogató családi életet, ahol van közös program, beszélgetés, és mindenki érzi, hogy számít. A szerepem inkább az lenne, hogy biztonságot és stabilitást adjak, de közben aktívan részt vegyek a mindennapokban, ne csak "mellékszereplő" legyek.

Milyen társadalomban szeretnétek élni, milyen társadalomban felelősségteljes döntés gyereket vállalni?

AI: Olyan társadalomban szeretnék élni, ahol van biztonság, jól működő egészségügy és oktatás, és ahol a szülők támogatást kapnak a gyerekekreveléshez. Fontos, hogy stabil legyen a környezet, és legyen esélye mindenkinek a



ADAPTIVE RECOGNITION	60	MARKET CÉGCSOPORT	34
AUDI HUNGARIA Zrt.	16	MAVIR Zrt.	30
AUMOVIO	50	MÁV-csoport	47
AVL Hungary Kft.	23	MBH Bank	21
B+N Referencia Zrt.	51	MKIF Infrastruktúra Üzemeltető Zrt.	13
BME EELISA	69	MOL Magyarország	2
BME Nemzetközi Kapcsolatok	70	Morgan Stanley	11
Bosch csoport	10	Muessig Engineering Kft.	1
Budapest Főváros Kormányhivatala Humánpolitikai Főosztály	58	MVM Csoport	29
BYD Europe Holding Kft.	3	Nemzeti Infokommunikációs Szolgáltató Zrt.	31
Ceva-Phylaxia Zrt.	4	Nemzeti Népegészségügyi és Gyógyszerészeti Központ	72
COLAS	48	Nestlé Hungária Kft.	52
Craft Docs Kft.	49	Paks II. Zrt.	27
EMERSON - NI	22	PERI Kft.	73
Ericsson	18	Pont Systems Zrt.	56
Építési és Közlekedési Minisztérium Közlekedési Stratégiáért és Hatóság Ügyekért Felelős Helyettes Államtitkárság	43	Procter & Gamble Magyarország	15
Formlabs	5	PTC	57
Fővárosi Vízművek Zrt.	41	Richter Gedeon Nyrt.	6
Ganz Transzformátor- és Villamos Forgógépgyártó Kft.	33	Siemens Energy Kft.	24
GE Aerospace	44	Tatabánya Erőmű Kft.	39
GE Vernova	42	Tempus Közalapítvány	68
Henkel Magyarország	14	Tetra Pak	55
Hitachi Rail GTS Hungary Kft.	20	thyssenkrupp Components Technology Hungary Kft.	9
Infineon Technologies	19	TNG Technology Consulting	40
Interactive Brokers	25	UNISide	67
Katonai Nemzetbiztonsági Szolgálat	26	VALEO	54
Knorr-Bremse Fékkendzerek Kft. - R&D Center	8	Veeva Systems	7
Magyar Honvédség vitéz Reviczky László 1. Területvédelmi Ezred	59	West Hungária Bau Kft.	12
Magna Body & Chassis Hungary Kft.	17	X-Chem Zrt.	32
Magyar Turisztikai Program Alapítvány	71		

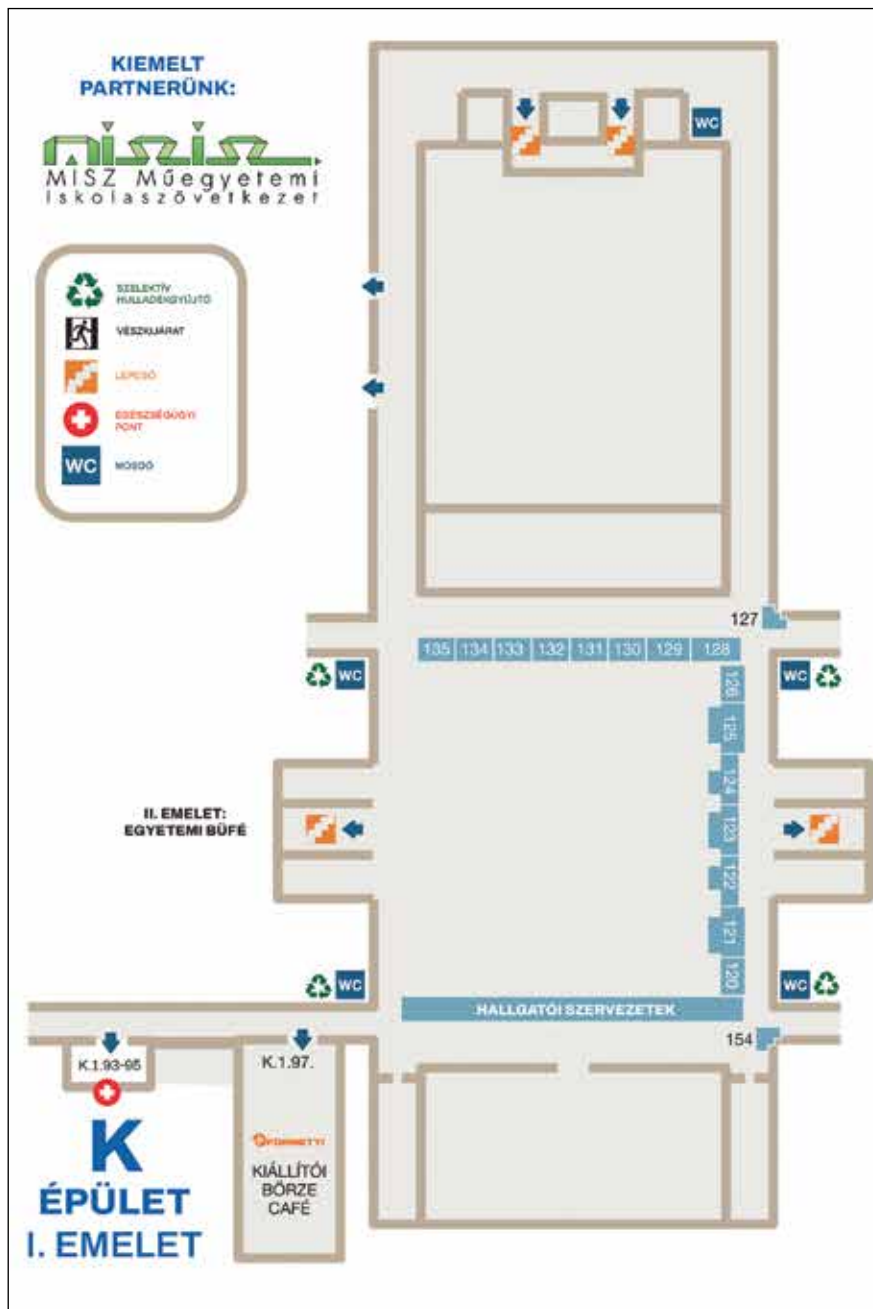


ABB	154
Asura Technologies Zrt.	131
Atlas Copco Hungary Kft.	134
ÁllásStart	124
CLAAS Hungária Kft.	121
Cooptech Kft.	130
LATEREX Építő Zrt.	127
Magyar Közút Nonprofit Zrt.	125
MISZ Műegyetemi Iskolaszövetkezet	133
Nemzeti Adó- és Vámhivatal	126
Nokia	122
ÓBUDA Group	135
Sysdata PSE Kft.	123
Tuxera	128
Wizz Air	129
ZF Hungária Kft.	132
4FLOW	120

TERMÉKTÁMOGATÓINK:



HALLGATÓI SZERVEZETEK

AIESEC
BEST Budapest BME
BME Formula Racing Team
BME Gépész Szakkollégium
BME Motorsport
BME Solar Boat Team
BME Suborbitals
ESN BME

Sóhajok hidja

AUDI HUNGARIA Zrt.
BYD Europe Holding Kft.
Magyar Honvédség vitéz
Reviczky László 1. Területvédelmi Ezred
Nissin Foods Kft.

arm	Q4
BlackRock	Q2
Come2Upper Austria	Q12-13-14
DXC Technology	Q8
Liferay Hungary Kft.	Q10
Mindware Systems	Q7
msg Plaut Hungary	Q6
Nokia	Q9
NVIDIA	Q11
OTP Bank	Q5

Protecta Elektronikai Kft.	Q1
SAP Hungary Kft.	Q3
Taboola Budapest	Q16-17
USA Intern Club	Q0
5 Systems	Q15

KIEMELT PARTNEREINK:

HIRDETÉS

Velünk a karriered
másokat is előre visz

Találd meg nálunk a helyed!

www.otpbank.hu/karrier

Mindig figyeljük a trendeket, mert fontos frissnek maradni

Visszatérő fellépőként, töretlen lelkesedéssel töltötte meg az Infoparkot a BSW a 18. BME Egyetemi Napokon. A fellépés napján, a koncertet megelőzően beszélgettünk **Sziklai Mátyással** (Matyi) és **Ferenczei Gáborral** (Gaben) többek között a fesztiválról, illetve arról, hogy fogalmazódott-e meg a zenekarral szemben olyan kritika, amely első pillanatban rosszul esett számukra.

FIAM NOÉMI NORINA

Egyetemi közegben fellépni mindig különleges hangulatú. Hogyan szoktátok megélni a BME Napokat?

Matyi: Sok egyetemi bulin szoktunk fellépni, és mindig az a közös bennük, hogy az egyetemisták nagyon jól tudnak bulizni. A BME különösen jó hely, mert közel van, így nekünk is egyszerűbb utazás szempontjából. Tavaly például ott is maradtunk a fesztiválon, amit nálam egy spontán házibuli koronázott meg reggel hatkor.

Gaben: Nekem is nagy élmény volt. Tavaly a Bëlga koncert első sorában üvöltöttem végig az összes dalt. A BME Napok mindig a nyárázáró, utolsó turné-helyszíneink egyike, úgyhogy idén is egy erős, reggelig tartó bulit remélünk.

Ha nem a rap mellett kötöttetek volna ki, milyen pálya vonzott volna titeket a 2000-es években?

Matyi: Én eredetileg hangmérnöknek készültem, de akkor is olyan szétszóró voltam, hogy másfél év egyetem után jöttem rá, hogy az a stúdió-technika, amire akarok szakosodni, az

nem hangstúdió, hanem filmstúdió. Úgyhogy ott is hagytam az egyetemet, akkoriban már kezdett beindulni a BSW, így minden erőmet ebbe tettem. Ha a 2000-es évek elején lennék, biztos valami olyan dologgal foglalkoznék, amiben keveredik az üzlet és a művészet. Szeretek a menedzsment résszel foglalkozni a zenekarban, az üzleti háttér teljesen a kezünkben van, ezt nagyon élvezem.

Gaben: Én mechatronikai műszerésznek

az első, hogy megnézem: ki mondja, adok-e a szavára, ismer-e annyira, hogy legyen súlya a véleményének. Kell egy adag önkritika ahhoz, hogy eldöntsük, van-e valóság alapja annak, amit mondanak. A sértődés egyébként a legrosszabb reakció, amit ilyenkor tehetsz: vagy figyelmen kívül kell hagyni, vagy ha építő jelleggel kaptuk a kritikát, akkor el kell gondolkozni rajta. Az esetek 90%-ban idegenek mondanak valamit, akiknek fogalmuk sincs rólam,



Fotó: Spell Ármán

tanultam, hat évig dolgoztam is benne, szóval valószínű, hogy ott maradtam volna. Hobbinak akkor is megmaradt volna a kosárlabda, mint most. Nekem nincsenek vezetői ambícióim, azt inkább meghagyom Matyinak.

Van olyan kritika, ami először nagyon rosszul esett, de utólag hálások vagytok érte?

Gaben: Amikor felköltöztem Pestre, mondta nekem valaki, hogy hallgatja a dalainkat - akkor még nagyon underground zenét csináltunk -, és hogy jók, de prozódiailag kifejezetten rosszak. Ez akkor elég rosszul esett, egyrészt mert nem is tudtam, mi az a prozódia, másrészt addig nem kaptam ennyire egyenes szakmai kritikát senkitől. Ez bennem maradt, és végül megfogadtam. Utólag rájöttem, hogy igaza volt, és onnantól kezdve sokkal jobban figyeltem erre.

Matyi: Én alapból nem vagyok sértődős. Szerintem velem szemben könnyen meg lehet fogalmazni kritikát, mert nagyon helyén tudom kezelni őket. Mindig az

ezeket simán elengedem. De ha egy barát fogalmaz meg kritikát a viselkedéssel vagy a személyiséggel kapcsolatban, azt mindig komolyan veszem, mert ha ő mondja, abban biztosan van igazság, és az is biztos, hogy jót akar. Volt már erre példa, és rá kellett jönnöm, hogy valamit kompenzálni próbáltam a viselkedéssel. Szerencsére időben sikerült felismernem és korrigálni a helyzetet.

Ha mostani egyetemistáknak kellene üzenni valamit, amit ti is szívesen hallottatok volna a húszas éveitek elején, mi lenne az?

Matyi: Nem feltétlenül a papír számít a mai világban, hanem az, hogy milyen tudást szerzel meg, mennyire vagy talpraesett, és megtalálod-e azt a dolgot az életedben, amit szenvedéllyel tudsz csinálni. Igazán csak abba fogsz tudni annyi energiát és erőfeszítést beletenni, ami végül el is vezet valahová. Ma már az internet és az MI olyan tudást ad a kezédbe, amiből mindent meg lehet tanulni, a kulcs az, hogy megtanuld ezeket jól használni.

Gaben: Emellett szerintem óriási jelentősége van annak is, hogy kik vesznek körül. Nagyon meg kell válogatni, kikkel barátkozol, mert az emberek így vagy úgy, de hatással vannak rád. Azokkal kell körbevenned magad, akik motiválnak, előrevisznek, és akikből tudsz meríteni. Akik visszahúznak vagy leépítenek, neked kell elengedni. Minél előbb fel kell ismerni az ilyen, és minél gyorsabban szakítani kell vele.

Matyi: Pontosan. Az emberre óriási hatással van a környezete. A rossz emberek le fognak húzni, ha viszont motivált, tevékeny társaságod van, akkor átveszed a mentalitásukat. Van az a mondás, hogy ha a baráti körödben kilenc milliomos van, akkor te leszel a tizedik. Ez teljesen igaz, mert egyszerűen

eltanulod a szemléletet. Nekem a Sztárbox miatt az utóbbi időben a sport jobban része lett az életemnek, és ott is ugyanez van: az a fegyelem és edzésmódszer, amit az élsportolók beletesznek, nálam is alapvetővé vált, már nem is kérdőjelezem meg.

Hogyan döntöttetek arról, hogy ma már inkább single-öket és EP-ket adtok ki a nagylemezek helyett?

Matyi: A világ felgyorsult, a közönséget annyi impulzus éri, hogy egy teljes lemezt ritkán hallgatnak végig. A nagylemezek általában 2-3 dal kiemelik, a többi elvész, pedig ugyanúgy rengeteget dolgozol rajtuk. A single és EP modellben minden projekt nagyobb figyelmet kap.

Gaben: Egy kezdő előadónak még jól állhat a nagylemez, de amikor már turnézol, az idő nagy részét a koncertek viszik el. Nekünk nagyjából 3-4 évente gyűlt össze annyi impulzus, hogy ki tudjunk adni egy nagylemezt. Régen a lemezbemutató volt a nagy szenzáció, ma viszont az emberek inkább a

slágereket várják a koncertek alkalmával, nem pedig ismeretlen dalokat.

Matyi: Emellett a kislemezek nagyobb szabadságot adnak. Nem kell 12 azonos stílusú dalt írni, bátran lehet kísérletezni.

Van olyan trend a zeneiparban, amit elutasítotok, vagy amit csak a lépéstartás miatt csinálnátok?

Matyi: Mindig figyeljük a trendeket, mert fontos frissnek maradni. De olyat soha nem csinálnánk, ami nem önazonos.

Gaben: Pontosan. Szerencsére nincs rákényszerítve a zenekar, hogy trendekhez igazodjon. Ha valami tetszik és beleillik, szívesen beépítjük, de csak akkor, ha közben megőrizzük az önazonosságot.

Ha választanotok kellene: egy életre playback, vagy egy életre unplugged?

Matyi: Egyértelműen unplugged. A playback semmilyen művészi élményt nem ad, az unplugged viszont rengeteg lehetőséget rejt, a vonósoktól kezdve a gitáron és doboson át bármilyen hangszerrel kísérheted a zenéid. Már több dalunkat is kipróbáltuk ebben a formában.

Gaben: Nekem az unplugged inkább egy szál gitárt szimbolizál a fejemben, amit nem biztos, hogy bevállalnék rapperként. Szóval, ha nagyon választanom kellene, inkább playback.

Decemberben lesz a Mirror Akusztik nagykoncertetek a Budapest Kongresszusi Központban, vonósokkal, lírai dalokkal. Hogy kell elképzelni számotokra ezt az akusztikus átalakulást?

Matyi: Ilyet még nem csináltunk, és iszonyatos mennyiségű munka, valamint komoly szakmai tudás kell hozzá. Alexnek volt egy hasonló koncertje az Erkel Színházban, ahol mi vendégként léptünk fel. A dalaink ugyanazok maradnak, de lírai hangszereléssel és vonósokkal szólnak majd meg.

Gaben: Ez tök jó kihívás és egy nagyon szép, különleges színpolt a pályánkban, ami minket is új pozícióba helyez. Ráadásul van benne egy humorfaktor is, hiszen az obszcénebb tartalmú dalaink is vonósok kíséretében fognak felcsendülni.

Hogyan készültök a február 13-i Arénás koncertet?

Gaben: A közelmúltban körvonalazódott a színpadkép, a ledfalak és a speciális látványelemek terve, amelyeket legalább fél évvel korábban gyártatni kell. Ez az előkészítés nagy logisztikai és költségvetési feladat, hiszen minden apró részletet előre ki kell dolgozni. Előnyünk, hogy a Budapest Parkban már megvalósítottunk egy nagyszabású koncertet, és abból több elemet át tudunk emelni az Aréna kreatív részébe.

Matyi: Összességében egy több hónapos, intenzív munka áll előttünk, de teljes erőbedobással várjuk az elkövetkezendő időszakot.

Nézőpont

FARKAS JÁZMIN

Szexi algoritmus

– A következő témánk a ChatGPT-promptolás lesz – ejtette ki szavait a tanár úr, azt várva, hogy lehidálunk, milyen fiatalos.

– Ez kegyetlen... – suttogom magam elé, miközben rosszállóan összenézünk a mellettem ülő ismeretlen lánnyal. A körülöttem lévőkre pillantva sem fogadta nagy lelkesedés ezt a „trendi” témát: egy srác nemtetszését nyomtatékosítva a padba verte a fejét, míg az előttem ülő lánycsoport az ebédjét kezdte kicsomagolni. Voltak azonban olyanok is, akik inkább a Formula-1 nézése vagy az online sakkjátszmák mellett döntöttek.

Milyen szép csendélet – ez sokkal nagyobb művészet, mint a promptolás – gondolom magamban, miközben a

pulcsimat hajtogatva elhelyezkedem a pihenéshez.

– Nahát, máris egy kérdés! – nézett büszkén tanárunk, aki úgy látszik, egy párhuzamos univerzumban ragadt.

– Nekem volt egy olyan exem, aki az Instagram-beszélgetéseinket feltöltötte a ChatGPT-nek, hogy megtanítsa úgy beszélni és gondolkodni, ahogy én szoktam – kezdte a két sorral előttem ülő lány a történetét. – Amikor ezt megtudtam, persze irtó nagy red flag volt, és szakítottam vele, de utána is olyan képeket küldözgetett, ahol az AI és ő romantikusan beszélgetnek, kvázi az én nevemben – tette hozzá lazán, mintha ez erkölcsileg elfogadható lenne.

Megállt a kezemben a vizespalack, és nem hittem a fülemnek. Mindenki

erősen figyelt, és mint egy közös traumatizált csoport együtt próbáltuk feldolgozni ezeket a híreket. Szegény professzor ma biztos többet megtudott, mint amennyit ő akart tanítani nekünk. Zavarában inkább bezárta az oldalt, és áttértünk a következő tananyagra.

Hazaérve valami nem hagyott nyugodni, és bár mélységesen elítéltem, amit korábban hallottam, mégis az üres OpenAI-chat előtt találtam magamat. „Csak a tudomány nevében teszem” – áltattam magam, amíg a ma hallott gyakorlatot valószínűsítem meg. Egy visszatekerés itt, pár screenshot ott, és némi feltöltési idő. Voilá. Egy lehetséges beszélgetés az „exemmel”. A laptop képernyőjének visszatükröződéséből néztem magamra. Tényleg idáig sülyednék? Következő órán, amikor a professzor újra kiejtette a száján a ChatGPT-t, az én kezem lendült a magasba.

Invent the Future With Us

We're hiring in:
Budapest



nvidia.com/university



Közösséget építünk

Egyedülálló módon a BME az egyetlen olyan magyarországi egyetem, amelyben egy független színház is található. Az immár 55 éves Szkéné Színház idén tavasszal új vezetőséget kapott **Langár Ákos** ügyvezető igazgató és **Szabó Attila** művészeti vezető személyében. Velük beszélgettünk.

KOVÁCS SÁRA

Mit jelent számotokra a Szkéné Színház?

Langár Ákos: Lehetőséget. F fiatal pályakezdőként óriási megtiszteltetés egy patinás, friss szellemiségű közösséghez tartozni. A Szkéné állandó társulattal nem rendelkező befogadósínházként működik 1970 óta, így lényegében Budapest legrégebbi független színháza. A helységeket 2010 óta az egyetemtől bérli, a működtetés költségeit a Szkéné Színház Nonprofit Közhasznú Kft. biztosítja. Céлом az, hogy ne csak fenntartani tudjuk az intézményt, hanem aktívan fejleszteni is.

Szabó Attila: Missziót, hiszen egy független művészsínház koncepcióját felépíteni és működtetni ma valóban misszió. A függetlenség formailag azt jelenti, hogy nem egy államilag delegált testület dönt a vezetők személyéről, nincs eleve járó fenntartói támogatás, piac van, és a szabad alkotás lehetősége. Befogadósínházként hiteles, progresszív gondolkodású művészeket keresünk, főként a fiatalok köréből. Azokat, akik a társadalmi változásokra, közéleti történésekre érzékenyen reagálnak, akik karakteres, új formákat kereső előadásokat képesek létrehozni, ezáltal megőrzik és erősítik a Szkéné kialakult arculatát. A függetlenség kockázattal jár. De kockázat nélkül nincs értelme színházat csinálni.

Az aktuális gazdasági helyzetben hogyan lehet a Szkénét fenntarthatóan

működtetni úgy, hogy az ne veszítse el a művészi szabadságát?

Langár Ákos: A jelenlegi gazdasági helyzetünkben óvatos és biztonságos játékot kell játszanunk, olyan döntéseket kell hoznunk, amik garantálnak

a védjegye. Nem egy szűk körű rétegszínház, hanem széles és tagolt közönséghez kíván szólni. Ákos említette, hogy a pályázatok ma már nem jelennek meg garanciát a működésre, és ez nagyon igaz. Az elmúlt bő évtized



nekünk bizonyos profitot, hogy a működésünk fenntartható legyen. A pályázati források kiszámíthatatlanok, vagy némi iróniával: kiszámíthatóan elapadtak, így támogatókat, mecénásokat kell találnunk. Hogy a színház fenntartható legyen, meg kell szólítani azokat a nézőket, akiket eddig kevésbé tudtunk elérni. Például a BME hallgatóit. Épp ezért dolgozunk egy olyan digitális

kultúrpolitikája egy homogén, felülről irányított rendszert épített ki, amelyben a független színházak ellehetetlenítése szakmai érveket negligáló szempontok szerint zajlik. Lehet ezt ideologizálni, lehet rá legyinteni, de azért azt is fontos látni, hogy a hozzánk hasonló színházak megszűnésével egy óriási szakadék keletkezik. Sok alkotónak, főként pályakezdőknek ezek a műhelyek jelentik a

” Nem egy szűk körű rétegszínház, hanem széles és tagolt közönséghez kíván szólni.

megújuláson, ami vonzóvá tesz minket, a színházat, a közösségi együttlét egy pezsgő helyszínét.

Szabó Attila: Kihívásokkal teli társadalmi helyzetben élünk. Minden folyton mozgásban van, információ-túladagolástól fuldokolunk. A kínálat óriási, ami egyrészt nagyszerű, másrészt elbizonytalanító. A márka biztonságot ad, hiszen egy kialakult bizalomra épül. A Szkénét egy ilyen márkának, brandnek érezzük, amelynek a minőség

bemutakozás lehetőségét. Ne hagyjuk az út szélén a fiatalokat!

Milyen típusú előadásokat szeretnétek előtérbe helyezni? Mint említetted, továbbra is szerepet kapnak majd a fiatal alkotók, őket hogyan tervezitek beépíteni a rendszerbe?

Szabó Attila: Minket az a remény éltet, hogy előbb-utóbb újra stabilizálódik, és évekre előre tervezhetővé válik a helyzetünk. Hogy a párbeszéd a fenntartók és a nézők között a színházon

keresztül felhangosodik. Igen, hogy szócsövei legyünk a fiataloknak.

Langár Ákos: Ehhez azonban stabil működés, és pénz kell...

Szabó Attila: A pénztelenség többnyire olyan kompromisszumokra kényszerít, amelyekkel a hitelességet, a minőséget, az álmokat adják fel a művészek. Friss szellemű közösség persze dühből is szerveződhet, de mennyivel barátságosabb dolog elképzelni azt az európai gondolkodást, hogy a társadalom támogatóként áll a közösségi együttlétet biztosító intézmények mögött, és támogat. Szerencsés helyzetben vagyunk, hisz van egy biztos repertoárunk az elmúlt évtizedekben folyamatosan nálunk játszó társulatoktól. Mellettük pedig azoknak az alkotóknak biztosítunk teret, akik erős művészeti koncepcióval érkeznek, és támogató közeget keresnek. Egy új együttműködés keretében a Színház- és Filmművészeti Egyetem előadásainak is helyszínt biztosítunk.

Langár Ákos: A célunk, hogy egy közösséget teremtsünk itt a Szkénébe. Például azzal, hogy előadások után bevonjuk a nézőket egy nyílt beszélgetésbe, vagy interaktív programot szervezünk számukra, ahol együtt lehetnek a színészekkel. Szeretnénk elérni, hogy érezzék: itt nemcsak megnéznék egy előadást, hanem egy plusz élményt is kapnak. Várhatóan lesz olyan produkció is, ami például nem a színházteremben zajlik majd, hanem az Egyetem valamelyik oktatótermében. De tervezünk előadással összekötött tárlatvezetést és borkóstolót is.

Mennyire fognak reflektálni az előadások az aktuális társadalmi kérdésekre?

Szabó Attila: Minden darabban azt a frissességet keressük, ami a jelenre reflektál. Akkor is, ha a sztori régi, mégsem poros. Például egy görög dráma egy kortárs szerző szemüvegén keresztül, mint az október elején bemutatott *Leláncolt Prométheusz*. Vagy a már említett *Passió Háy János* átiratában, ami, miközben a néző egy koncertet hallgat, méltón tud megemlékezni Jézus történetéről. De ha már koncert, ott van *Dua Lipa*, októberben ő is hazatalál nálunk...

Mi az, amit feltétlenül szeretnétek megőrizni a Szkéné múltjából, és mi az, amin változtatnátok?

Szabó Attila: Azt a lendületet szeretnénk megőrizni, ami egy befogadóhelyet életben tart: figyelni a kortárs alkotókra, trendekre, igényekre. Emellett szeretnénk szervezesebben beépülni az egyetemi közéletbe és elérni azt, hogy erősebb legyen a kapcsolódás a diákokkal, tanárokkal.

Langár Ákos: Nyitott ajtóval várja a Szkéné a hallgatókat különböző feladatkörökre is. Szeretnénk, ha a csapatunkban dolgozó diákmunkások bevonása intenzívebbé válna, ezzel is egy új kapcsolódási pontot teremtve az ide járó fiatalokkal. Emellett az egyetem vezetőségével való együttműködést szeretném magasabb szintre emelni, közelebb hozni az BME munkatársaihoz a színházat. Illetve kiemelném, mennyire sokat jelentett az EHK által nyújtott segítség a színház legnehezebb időszakában.

Hogyan tervezték erősíteni a kapcsolatot a BME oktatói, hallgatói és a színház között?

Langár Ákos: A gólyaséták alkalmával találkozunk először a Szkénével a BME hallgatója, így erre az eseményre idén is nagy hangsúlyt fektettünk. A már itt lévő fiatalok elérése érdekében elkezdtünk együttműködni a BME Kommunikációs Igazgatóságával, illetve az EHK-val, akik besegítenek a Szkéné social média felületeken való kommunikációjában.

Szabó Attila: Azt is fontos itt megemlíteni, hogy létezik egy *Rakpart3 Ifjúsági és Közösségi Műhely*, ahol két drámapedagógussal közösen azon dolgozunk, hogy újra legyen a BME-n egyetemi színpad.

Langár Ákos: Az egyetemi színjátszó körhöz csatlakozást az idei gólyasétán már ajánlottuk az elsőéveseknek. Ez egy olyan közösségi és alkotó folyamat, melynek célja egy előadás létrehozása. Még lehet rá jelentkezni a rakpart3@szkene.hu címen.

Mi a legfontosabb üzenet, amit a közönségeknek átadnátok, az új évad elején?

Langár Ákos: Szárnyra kapó, előadásokon túlmutató közösséget szeretnénk építeni. Legyenek partnerek misszióinkban!

Fények, fékek, felelősség – Így szabályozzák az e-rollereket

Szerintem mindenkivel megesett már, hogy egy jól sikerült bulizás után – meglehetősen boldog állapotban – a háta közepére sem kívánta, hogy haza bussozzon. Mivel a taxi drága mulatság tud lenni alternatívaként, felmerülhet a kérdés, hogy érdemes-e ilyenkor is elektromos rollert használni?

HUFNAGL KIARA

A jelenlegi szabályok szerint csak 0,8 ezrelékes véralkoholszint felett tilos az e-rollel való közlekedés. Nos, elárulom azoknak, akiknél nem szokott alkohol szonda lapulni a zsebben, hogy ez a szint körülbelül 2-3 korsó sör körül jelentkezik. Ha valaki túllő ezen a szinten, akkor akár 150 000 forintos bírsággal is számolhat, ami meglehetősen borsos ár egy vidám estéért cserébe.

Ha úgy érezzük, hogy szint alatt vagyunk, akkor a következő kérdés, hogy hol szabad közlekedni vele. Amennyiben elmúltunk 16 évesek, kerékpárút vagy kerékpársáv hiányában útesten is használhatjuk e-rollerünket. 12-16 év között csak kerékpárúton vagy kerékpársávon, 12 év alatt pedig nem szabad közúton közlekedni vele. A járdán való használata – külön, erre utaló tábla nélkül – akár 30 000 forintos büntetést is vonhat maga után. Még egy fontos észrevétel: senki ne érezze magát busznak a rolleren, mert a buszsávban tilos vele haladni.

Ha forgalomba merészkedünk, akkor a rollerünkről nem szabad leghagyni a kötelező felszereléseket: első és hátsó lámpa, fényvisszaverő prizma (elöl, hátul és oldalt), csengő és két, egymástól független fék. Akinek van kerékpáros barátja, annak érdemes felkeresni őt, mert jobb esetben nem csak a hiányzó felszerelés beszerzésben tud segíteni (értsd: ő már jártas

a bicikliboltok kínálatában), hanem az eszközre való rögzítésben is. Figyelem: a felszerelések hiánya szintén 30 000 forintos bírságot jelenthet.

Mivel Magyarországon – a jelenlegi szabályok szerint – nem számít gépjárműnek a roller, így nem kell hozzá külön vezetői vagy forgalmi engedély. Ez jó hír, mert eggyel kevesebb a papírmunka az életünkben, illetve a buli után sem kell aggódnunk, hogy megvan-e a pénztálcánk, amiben a rolleres jogosítvány lapul.

Azonban, ha olyan rollerünk van, amelynek tervezési sebessége meghaladja a 25 km/h-t, vagy saját tömege nagyobb, mint 25 kg, és legalább 14 km/h sebességre képes, akkor kötelező biztosítást kell kötnünk rá.

E-rollerünket, ugyan úgy, ahogyan a biciklinket is, érdemes regisztrálni a közlekedési hatóságnál. Ez jól jöhet

az e-rollerrel való közlekedés, ezért a nagyobb teljesítményűek maximális sebességét 40 km/h-ra korlátozzák. Továbbra is fontos figyelmet kap a saját biztonságunk védelme. Kis teljesítményű rollerek esetében (max. 25km/h végsebesség) a biciklisekre vonatkozó védőfelszerelések a kötelezőek, a nagyteljesítményűekre a segédmotorkerékpáros szabályok lesznek érvényesek. Úgy gondolom, hogy ez nem egy rossz szabály, mert kinek hiányzik egy fejsérülés az amúgyis másnapos fejfájáshoz? A láthatósági mellény bevezetése is szóba került, hogy biztosan mindenki láthassa, ha elesünk. A járdán való közlekedést csak a kis teljesítményű rollereknek fogják engedélyezni, az ott közlekedők max. 10km/h-ás sebességgel haladhatnak majd.

Búcsút mondhatunk a papírozás



akkor, ha az ellopott kétkerekűnk megtalálják a rendőrök, hiszen ekkor rendelkezésükre áll a mi értesítési címünk, ráadásul egyértelműen bizonyítható az eszköz tulajdonjoga.

Ha biztonságosan hazaértünk a buli helyszínéről, akkor az ágyba dőlés előtt márcsak arra kell figyelnünk, hogy a rollerünket olyan helyre parkoljuk, ahol nem fogja zavarni a gyalogos közlekedést. Ezután jöhet is egy nagy pohár víz és az ágyunk melege.

Ha netalán a buli pont Szilveszter éjszakájára esett, akkor ne csodálkozzunk, ha Újévkor új szabályokkal találkozunk. Ugyanis Magyarországon 2026-tól szigorúbban határozzák meg az elektromos rollerek használatát. Na de miben várható változás? Mivel egyre jobban terjed

mentes életnek, ugyanis a nagyobb teljesítményű rollerek (1000 W-nál erősebb motorral rendelkező vagy 35 kg-nál nehezebb, 25 km/óránál gyorsabb járművek) segédmotor kerékpárnak fognak minősülni, így kötelező lesz a vezetésükhöz a jogosítvány megszerzése.

Még egy fontos dolog: sajnálom, de a buliban felszedett partnerek hazaszállítására nem használható a roller.

A jövő évtől tehát nem csak a buli utáni másnapossággal, hanem az új roller-szabályokkal is számolnunk kell majd. Aki tehát szeretne két keréken hazakacsázni a szórakozóhelyről, az jobban teszi, ha nemcsak a sőreinek számát, hanem az új előírásokat is fejben tartja.

Mi tartja meg a fiatal tehetségeket?

– Motiváció a fizetésen túl

Az Állásbörzén nemcsak a fiatalok keresik a számukra legvonzóbb lehetőségeket, hanem a cégek is igyekeznek minél hitelesebben bemutatni magukat a pályakezdők előtt. Ma már ugyanis nem elegendő a versenyképes fizetés: a fiatal generáció számára legalább ennyire fontosak a szakmai kihívások, a fejlődési lehetőségek és a rugalmas munkakörnyezet. **Tóth T. Máriával**, a DXC Technologies szoftverfejlesztési igazgatójával arról beszélgettünk, hogyan lehet megszólítani és hosszú távon motiválni a Z generáció tagjait a munka világában.

SZABÓ RITA

Hogyan látják Önök, mi a legfontosabb a mai pályakezdők számára, amikor munkahelyet választanak?

A fizetés kétségtelenül fontos tényező, de messze nem az egyetlen, ami alapján a fiatalok döntenek. A munkahelyválasztás szempontjai sok tényezőtől függnak: részben a személyiségtől, részben attól, hogy milyen környezet



veszi őket körül, de van egy közös nevező, ami minden esetben meghatározó – ez pedig maga a munka tartalma. Az új belépők elsősorban olyan feladatokra vágnak, amelyek szakmailag kihívást jelentenek, érdekesek, és amelyekből érzik, hogy tanulhatnak, fejlődhetnek. Fontos számukra, hogy ne rutinszerű, háttérbe tolt teendőket kapjanak, hanem olyan projekteken dolgozhassanak, amelyek előremutatóak, naprakész technológiához kapcsolódnak, és amelyekben valódi eredményt tudnak elérni.

Ha egy gyakornok vagy pályakezdő az első tapasztalatait úgy szerzi meg, hogy csak apró, mellékes munkákat bízunk rá – például dokumentációt kell átolvasnia vagy csupán egy tapasztaltabb kolléga keze alá dolgoznia –, akkor nagyon hamar elveszíti a motivációját, és másik lehetőség után néz. Az önállóság lehetősége, az érdekes és felelősséggel járó feladatok ezzel szemben hosszabb

távon is lekötik őket, és hozzájárulnak ahhoz, hogy elköteleződjenek a munkahelyük mellett.

Természetesen a környezet sem elhanyagolható: a modern irodai eszközök, a barátságos légkör, a közösségi terek vagy akár olyan apróságok, mint egy csocsóasztal vagy kávégép, mind segítenek abban, hogy a fiatal munkavállalók komfortosan érezzék magukat. Mindez azonban csak kiegészítő elem – a legfontosabb továbbra is az, hogy érezzék: amit csinálnak, az valódi értéket teremt.

Mit tapasztalnak, mennyire különböznek a fiatal munkavállalók az idősebb generációkétól?

A generációk közötti eltérések egyre inkább szembetűnőek, és nemcsak a kommunikációs szokásokban, hanem a munkához való hozzáállásban és az időkezelésben is megmutatkoznak. Az X generáció tagjai jellemzően a személyes

kapcsolattartást vagy a telefonos beszélgetést részesítik előnyben, számukra ezek a módszerek biztosítják a hatékony és megbízható információáramlást. A fiatalabb korosztály, a Z generáció azonban már egészen más világban szocializálódott: számukra magától értetődő, hogy digitális eszközök segítségével lépnek kapcsolatba egymással. Ők úgy nőttek fel, hogy gyermekkoruk óta körülveszi őket a technológia – a számítógép, az okostelefon és az internet mindennapos része az életüknek. Ezért teljes természetességgel használják a különféle online platformokat, legyen szó Teamsről, chates alkalmazásokról vagy közösségi felületekről. Mindez nemcsak egyszerűbbé, hanem kényelmesebbé is teszi számukra a kommunikációt, amelyben gördülékenyen, szinte második nyelvként mozognak. Az időbeosztásban is megmutatkozik ez a különbség: míg a korábbi generációk számára a munkaidő inkább egy meghatározott kerethez kötődött, a fiatalok sokkal rugalmasabban kezelik ezt. Számukra teljesen elfogadott, hogy akár késő este vagy éjszaka végeznek el egy feladatot, ha éppen akkor érzik magukat produktívnak. Ez a szabadság és mozgékonyság jól illeszkedik az ő életstílusukhoz. A fiatalok energiája és nyitottsága ráadásul nemcsak saját fejlődésük szempontjából előny, hanem a tapasztaltabb kollégákra is inspiráló hatással van. Új impulzusokat hoznak a csapatba, friss lendületet adnak a közös munkának, és sokszor a régebbi munkatársakat is motiválják arra, hogy kíváncsiságukat újra felfedezve aktívan bekapcsolódjanak a folyamatokba. Olyan ez, mintha vérátömlesztést kapna a szervezet: a generációk találkozása valódi értéket teremt.

Önök hogyan biztosítják a pályakezdő fiataloknak a folyamatos tanulási és fejlődési lehetőséget?

A DXC Technologies, - ahol én a szoftverfejlesztési üzletágat vezetem - már nyolc éve működik együtt egyetemekkel talent programokban és duális képzésekben, emellett részt veszünk például a BME Állásbörzén is. Módszerünk alapja, hogy a fiatalok számára nehéz lehet beilleszkedni egy olyan környezetbe, ahol a 40–50 éves korosztály dominál. Vannak „barlanglakó” programozó guruk, akiknek teljesen más a kapcsolódási igényük, ezért a fiatalokat először mindig egy közös, úgynevezett „keltetőbe” hozzuk be. Itt hasonló korosztály, tudásszint és érdeklődés található, így nem érzik magukat frusztráltnak. Belépésükkor belső fejlesztési feladatokat kapnak, a csapat vezetőjének és a már „idősebb” csapattagok támogatása mellett dolgoznak. Amikor elérnek egy bizonyos szintet, ajánlást kapnak a megfelelő szakterület

vezetőihez, akiknél már éles projektekben is kipróbálhatják magukat. A „keltető” vezetője kosárlabda rajongó. A kosárlabda draft egy esemény, ahol az NBA csapatok kiválasztják a fiatal tehetségeket, akik általában még nem profik. A „keltető” vezetője hasonlóan mutatja be az újonnan érkező fiatalok erősségeit, besorolja be őket a tudásuk alapján – legyen szó platform ismeretekről, programozási nyelvekről, nyelvtudásról, vagy akár kommunikációs készségről, problémamegoldási képességről, együttműködési készségről – és ez alapján a vezetők választhatnak a fiatal kollégák közül, akik ezek után már ügyfél projekteken akár nemzetközi munkákban is lehetőségük nyílik részt venni.

Fontos még megemlíteni, hogy a fiataloknak amellet, hogy egy adott szakterületen elmélyíthetik a tudásukat, lehetőséget adunk arra is, hogy szakterületeket között horizontálisan is mozoghatnak.

Tapasztalataik szerint mennyire fontos a fiatalok számára a rugalmas munkaidő vagy a home office lehetősége?

A rugalmasság a fizetés mellett az egyik legfontosabb tényező. A Covid-időszak alatt megszokták az otthoni tanulást, ezért a home office számukra nem különleges, hanem természetes munkavégzési forma. Nem a fix 8 órás jelenlét motiválja őket, hanem az, hogy a tanulmányaikkal össze tudják egyeztetni a munkát, és saját tempójukban tudjanak haladni. A Schönherz iskolaszövetkezzettel való együttműködés például lehetővé teszi, hogy valaki akár napi 2–4 órában dolgozzon, attól függően, éppen mennyi ideje jut erre. Ez a fajta szabadság sokszor nagyobb vonzerőt jelent számukra, mint egy magasabb kezdőfizetés.

A fizetésen túl milyen formában adnak visszajelzést és elismerést a fiatal kollégáknak? Mennyire érzékenyek erre?

A visszajelzés a fiatalok számára kiemelten fontos, hiszen ebből érzik, hogy valóban számít a munkájuk. Háromhavonta értékeljük őket, és ha jól teljesítenek, akkor nemcsak anyagi elismerést, hanem más jellegű ösztönzést is kapnak. Ilyen például a „kreativitási szabadság”: néhány nap, amikor nem kell projektfeladatokkal foglalkozniuk, hanem kutathatnak, új dolgokat próbálhatnak ki, vagy akár feltölthetnek. Ez a gesztus sokszor többet ér, mint egy pénzbeli bónusz, mert azt üzeni: bízunk bennük, és fontos számunkra, hogy megőrizze a motivációjukat.

Ha egy pályakezdő most hallgatná ezt a beszélgetést, miért mondaná neki, hogy érdemes Önökhöz jelentkezni?

Leginkább a rugalmasság miatt – legyen szó munkaidőről, helyszínről, tanulásról vagy fejlődési lehetőségekről. Emellett izgalmas, jövőbementató projekteken dolgozhatnak, amelyekben valódi felelősséget kapnak. A támogató közeg, a folyamatos visszajelzés és az egyéni igényekhez való alkalmazkodás mind hozzájárul ahhoz, hogy a fiatalok hosszú távon is motiváltak maradjanak.

A sport, ami mindenre felkészít

Ha valaha is elgondolkodtál azon, hogy mi lenne az a mozgásforma, amivel egyszerre lehetsz erősebb, gyorsabb, állóképességben jobb és még a mindennapi feladatokat is könnyebben végezheted, akkor a CrossFit pont neked való. Ez a sportág az elmúlt évtizedben hatalmas népszerűsége tette szert világszerte, és egyre több fiatal is felfedezi magának.

HUFNAGL KIARA

Mi is az a CrossFit?

A CrossFit egy funkcionális edzésrendszer, amelynek az alapelve nagyon egyszerű: a cél nem egyetlen képesség – például pusztán erő vagy gyorsaság – fejlesztése, hanem a teljes fizikai felkészültség. A CrossFit edzések változatosak, kombinálják a súlyemelést, gimnasztikát, futást, ugrásokat, evezést, sprinteket és még sok más gyakorlatot.

A mottójuk: „Legyél kész bármire!” – vagyis ne csak a konditeremben tudj helytállni, hanem a hétköznapi életben is.

Hogyan néz ki egy CrossFit-edzés?

Az órák általában 60 percesek, és három fő részre oszlanak:

Bemelegítés – mobilizáló és átmozgató gyakorlatok, hogy felkészítsd az izmaidat és ízületeidet.

Technika/erőfejlesztés – ekkor tanulsz a súlyemelő mozdulatokat (pl. guggolás, felhúzás, szakítás) vagy a saját testsúlyos elemeket (pl. húzódkodás, kézenállás).

WOD (Workout of the Day) – a nap edzése, ami egy rövid, de intenzív gyakorlatsor. Ez lehet például: 10 perc alatt minél több körben: 10 fekvőtámasz, 15 guggolás, 20 felülés, vagy: 5 kör 400 m futás + 10 kettlebell lendítés. A WOD sosem ugyanaz, mindig változik, így az edzés sosem válik unalmassá.

Miért szeretik a fiatalok?

Változatos – nincs két egyforma edzés, mindig új kihívás vár.

Közösségi élmény – a CrossFit-terem sokkal inkább hasonlít egy csapat grundjára, mint egy hagyományos fitness-teremre. Mindenki biztatja a másikat, együtt hajtótok végig a gyakorlatokon.

Látványos fejlődés – pár hónap alatt érezhetően erősebb, gyorsabb, kitartóbb leszel. **Életszerű mozdulatok** – a guggolás, emelés, futás vagy húzódkodás mind olyan mozgás, amit a való életben is használsz.

Kell hozzá előképzettség?

Nem! A CrossFit egyik alapelve, hogy minden gyakorlat skálázható, vagyis a te szintedhez igazítható. Ha nem tudsz fekvőtámaszt csinálni, kezdetben térdelve végezheted. Ha nem megy a húzódkodás, a gumiszalag segít. A lényeg, hogy folyamatosan fejlődj, de mindig biztonságosan.

A közösség

A CrossFit-ben nincs rivalizálás a teremben, inkább egymás támogatása. Gyakori, hogy a többiek megvárják, amíg az utolsó is befejezi a WOD-ot, és közben hangosan biztatják.

A CrossFit nemcsak testet, hanem mentálitást is formál: megtanít kitartani, küzdeni és mindig kicsit többet kihozni magadból, mint gondoltad volna.



MISZ Műgyeremi Iskolaszövetkezet

Aktuális munkák

► **Sales asszisztens**
2 145Ft/óra
Diákmunka: Világszerte közel 3500 főt foglalkoztató svájci multinacionális cég keres hosszútávra, heti 20 órában diákok Sales asszisztens pozícióba.

► **Service Desk munkatárs**
2 005 Ft/óra
Diákmunka: Hétvégi és éjszakai munkára keresünk diákokat IT Service Desk területen, hosszútávú munkavégzésre. (A betanulási időszak nappali műszakban történik.)

► **Alkalmazástechnikai Mérnök igény szerinti bérezés**
Diákmunka: Partnerünk egy dinamikus fejlődő, fiatalos, családi hangulatú kisvállalat, ahol körülbelül 10 fős, összetartó csapatban dolgozhatsz. A cég innovatív anyagmozgató és szortírozó rendszerek fejlesztésére és gyártására fókuszál, miközben szoros kapcsolatban áll egy nagyobb, családi tulajdonban lévő német vállalat-csoporttal (FATH csoport). Ezek az értékek - a személyes odafigyelés, a közösségi szemlélet és a technológiai fejlődés - igazán vonzó környezetté teszik őket egy új kolléga számára.

► **Mérnök asszisztens (járműtervezés)**
2 500Ft/óra
Diákmunka: Partnerünk közötti járműtervezés területre keres mérnök asszisztens hallgatót azonnali kezdéssel.

► **Audiovizuális mérnök gyakornok**
2 100Ft/óra
Diákmunka: Lekecsedsz az AV szakmáért, netán már most is te segítesz, ha buli vagy rendezvény van, hogy működjön a technika? Szeretnél mentor felügyelete mellett tanulni, és éles projekteken is kipróbálni magad? Nekünk az AV a szenvedélyünk, így váltunk a magyar videokonferencia és professzionális AV integráció piacvezető cégévé. Lehetőséget kínálunk számodra, hogy a szakma legjobbjával dolgozz együtt egy elkötelezett és lelkes csapatban.

► **Építő gyár felmérése**
2 200Ft/óra
Diákmunka: Partnerünk gyakorlati tapasztalatot kínál diákok számára egy Dunavécsén építő gyár felmérésében és támogatásában. Ha szívesen dolgozol csapatban és heti 1-2 alkalommal egész napot tudsz szánni a munkára, ez a lehetőség neked szól! A Budapestről Dunavécsére való oda és visszajutás autóval biztosított.

► **Pénzügyi és könyvelési asszisztens**
2 005Ft/óra
Diákmunka: Partnerünk egy dinamikus fejlődő, logisztikai területen működő vállalat, amely most diák munkatársat keres pénzügyi és könyvelési asszisztensi feladatellátására.

Munkáinkra nappali tagozatos, aktív státuszú hallgatóként jelentkezhetek fényképes önéletrajzzal.

MISZ Műgyeremi Iskolaszövetkezet
1111 Budapest, Műgyerem rkp. 9.
R. ép. 2. em. 206.
+36 1 463 1237
melo@miszisz.hu
facebook.com/miszisz
www.miszisz.hu



COLAS MAGYARORSZÁGI CÉGCSOPORT

Magyarország vezető építőipari
vállalata már több mint 30 éve
hagy nyomot a
közlekedésfejlesztésben
folyamatos innovációival!

KARRIER INFORMÁCIÓK

colas.hu
allas@colas.hu

KÖVESS MINKET!

 @colasmagyarorszag
 @colas_hungary
 Colas Magyarország



TEVÉKENYSÉGEINK

Utak & autópályák
Közművek & városfejlesztés
Hídépítés
Árvízvédelem
Aszfalt- és bitumenemulzió
Zúzottkő-termelés

KEDVENC ÍZEID EGY HELYEN



ÉDESSÉGEK



FRISSÍTŐK



TÁPLÁLÓ FALATOK



HIDEG ÜDÍTŐK



SZENDVICSEK



FORRÓ KÁVÉ



PÉKSÜTIK



VÁRUNK SZERETETTEL!

Tervezz előre A STOCZEKKEK!



Változatos ételeinket már elő is tudod rendelni magadnak minden hétköznapi!

NAPI AJÁNLAT

1790 FT

A MENÜ

1990 FT

PIZZA

2000 FT

B MENÜ

2290 FT

Rendelj a BME Hűségprogram by Cheers appon keresztül, vagy ülj be egy ebédre a Bertalan Lajos u. 8. szám alatt!



Megkérdeztük

BME-s diákokat kérdeztünk arról, hogy ha elképzelik az ideális munkahelyüket a fizetésen kívül milyen más tényezők befolyásolnák a döntésüket a választásban, valamint ez mennyiben változott a korábbi elképzeléseikhez képest. Érdeklődtünk továbbá afelől is, hogyha egy magas bérajánlat mellett a felsorolt elvárásaik nem teljesülnek, viszont egy alacsonyabb mellet igen, hogyan és mi alapján választanak a kettő lehetőség közül.



Frey Máté
Gépészmérnöki Kar

Én igazából nagyon szívesen mennék egy olyan munkahelyre, ahol valaki az ismerőseim közül már a cég alkalmazottja, így már az elején sokkal kellemesebb lenne a hangulat, amikor bemegyek dolgozni. Továbbá nekem a „home office” lehetősége is nagyon fontos lenne az életemben, ugyanis a hobbijaimban is szeretnék kiteljesedni, és inkább azzal töltенék több időt, mint a folyamatos ingázással. Korábbi elképzeléseimhez képest sokban változtak az igényeim, mert a szakom kiválasztásában sem voltam régen biztos. Most viszont úgy érzem még többet is fognak formálódni, mert felmerültek bennem további kérdések a tanulmányaimmal kapcsolatban, azonban az otthonról dolgozás szempontjából változatlan a véleményem, mert ez már fiatalabb korom óta nagy vágyam volt. Egy magasabb fizetésért cserébe azonban el tudnám ezt engedni.



Malasits Maja
Gazdaság- és Társadalomtudományi Kar

A jó közösség, a nyitottság az innovációra, a rugalmasság és a rendszeres csapatépítő események a fontosak a számomra munkavállalásnál. Nagyon élvezném továbbá, ha lenne valamilyen zöldterülete a cégnek, ami barátságosabbá teszi a munkakörnyezetet, hogy ne csak a „kocka irodákban” vagy buborékba legyünk bezárva folyamatosan, hanem kicsit emberibb és élhetőbb légkör vegyen körül. Fontos számomra, hogy a munkahelyen ne legyenek az emberek rosszindulatúak egymással. Sajnos a mostani tapasztalataim alapján, ennek az ellenkezőjét látom mindenhol. Amennyiben ezek a tényezők teljesülnének egy alacsonyabb fizetés mellett, én megelégednék vele, csak sajnos ilyen gyakorlatban még nem láttam.



Nagy Luca
Gazdaság- és Társadalomtudományi Kar

Számomra meghatározó tényező, hogy távolról is tudjam végezni a munkámat, és legyen lehetőségem utazásra, illetve az, hogy rugalmasak legyenek a munkaidő és egy együttműködő csapatban tudjak dolgozni. Korábbi elképzeléseimhez képest nem sokat változtak az igényeim, ugyanis mindig is szerettem utazni, ilyesmi irányban is választottam szakot, hogy meg tudjam ezt a célt valósítani. Ameddig azonban fiatalabb vagyok és választanom kellene, inkább a magasabb fizetést választanám és a vágyaimat félre tenném. Később, amikor már sikerült összegyűjtenem egy nagyobb összeget, és a karrieremben is sikerült előre haladnom, akkor talán már azon is elgondolkoznék, hogy akár külföldön elvállalok egy alacsonyabb bérezésű állást.



Tamáskovits Gyula Ákos
Villamosmérnöki és Informatikai Kar

A fizetés mellett mindenképpen egy másik jelentős tényező a közösség, mert egy jó csapat szerintem többet ér, mint magában a pénz. Mindenképpen megéri egy olyan munkahelyen kezdeni, ahol kényelmesen, kellemesen érzi magát az ember, kompetitív a társaság, azaz húzzák egymást az emberek és „high performer” a csapat. Jobban megéri, mint egy olyan helyen dolgozni először, ahol senkit nem érdekel semmi sem, és mindenki csak a napi betevőért dolgozik. Sokban változtak az elképzeléseim az évek során, ugyanis régebben nem voltam versengő típus, de a BME-re bekerüléssel ez változott. Két választási lehetőség közül azonos munkakörre, én mindenképpen afelé hajlok, ami hosszútávon a legjobb befektetés. Amennyiben valaki fel tudja építeni úgy személyiségét, hozzáállását, majd a karrierjét, amivel egy jó csapattal kiemelkedő eredményeket érnek el egy alacsonyabb fizetés mellett, azt később valószínűleg úgyis jutalmazni fogják, ha látják a fejlődést, előrehaladást.



Farkas Lénárd
Gépészmérnöki Kar

Nekem az előrelépés lehetősége, a jó munkahelyi környezet, a rugalmas munkabeosztás mind fontosak a jó bérezés mellett. További befolyásoló tényező még, hogy én magam hasznosnak érezzem a munkámat, amelyet egyben élvezek is csinálni, és valamennyi önálló munkavégzés is biztosított. Az elképzeléseim nagyon sokban változtak az előző évekhez képest, mert teljesen másik irányba is tervezek továbbtanulni, mint amit elkezdtem már. Mesterszakon inkább műszakimenedzser vagy mechatronika irányba mennék, de még most is minden bizonytalan, mert lehet ez csak a kapunyitási pánik. Személy szerint a felsorolt tényezőket nem tudom, hogy beáldoznám-e magasabb fizetésért, ugyanis ez attól is függ, hogy mennyivel alacsonyabb a másik opciónál a bér, ezt csak gyakorlati példával tudnám eldönteni.



Peterka Borbála
Építészmérnöki Kar

A jövedelemtől eltekintve nekem fontos a munkahelyi környezet, illetve az állásinterjú, hogy hogyan viszonyultak hozzám, vagy miket hallottam az adott cégről. Az elköteleződésemet még nagyban befolyásolná a további juttatások is, mint mondjuk a céges-autó, -rendezvények, -bulik (amik egyben közösségépítő hatással is bírnak). A mostani nyári gyakorlatom kicsit növelte az elvárásaimat az eddigi elképzeléseimhez képest, mert egy nagyon jó helyen sikerült dolgoztam, egy nagyon összetartó közösségben, ezért innentől csak hasonló munkahelyet keresek. Az viszont, hogy feladjam ezeket az

elvárásaimat egy magasabb bérért, nagyban függ attól is, hogy milyen helyzetben vagyok éppen, amikor szembejön a lehetőség, mert inkább az a kérdés, hogy megtehetem-e, hogy az alacsonyabb fizetést választom.



Urbán Flóra
Gépészmérnöki Kar

Nekem meghatározó a fizetés mellett, hogy legyen egy erős csapat, közösség, amiben mindenki tisztelettel és bizalommal fordul a másikhoz, nem pedig csak az, hogy a feladatokat csendben áttoljuk a másiknak. Az ideális munkakörnyezet számomra, hogy a mindennapi „9 to 5” munka mellett legyenek csapatépítők is, hogy ténylegesen egy jó társaság tudjon kialakulni, ahova az ember jókedvvel jár be dolgozni, vagy akár közelebbi ismerősöket, barátokat lehessen szerezni. Alapvetően hasonló elvárásaim voltak korábban is, viszont most talán egy fokkal realisabban látom a lehetőségeket, hogy „felnőttem”, mert folyamatosan szembesülök én is olyan tényezőkkel, hogy nem minden „szivárvány és csillámpor”. Én idén kezdtem az egyetemet és sokat gondolkodom a bérezés témában is, hogy megbizonyosodjak arról, hogy hosszútávra is jó utat választottam magamnak, de mégis azt gondolom, hogy igazából a pénzügyben a stabilitás a legfontosabb és nem biztos, hogy a plusz egy-kétszázézerrel többet kínáló hely a jobb, főleg, ha cserébe be kell áldoznom más vágyaimat. Szerintem fontos a biztos anyagi háttér, de egy adott szint felett nem hinném, hogy ad annyit a plusz kereset.



Kiss Barbara
Építészmérnöki Kar

Jelentős tényező számomra, hogy olyan területen dolgozzak, ami tényleg igazán érdekel, mert ha csak a pénzszerzés célja hajt, abban hamar demotiválttá válhat az ember. Továbbá, mint a mostani munkahelyemen is tapasztalom, fontos a baráti légkör, jó közösség és a csapatmunka. A cégnél, ahol dolgozom, anyukám is munkatárs, így szerencsére mindig nagyon kedvesen bánnak velem és egy baráti légkör alakult ki, mivel sok jelenlegi kollégámat már ismertem mielőtt odakerültem, ami rendkívül nagy előny volt számomra. Mikor elképzeltem az „álmaim munkáját” mindig hasonlóan gondolkodtam, mint most is, viszont sajnos nem azt a területet választottam tanulásban, amit terveztem, mert egy kicsit könnyebben megtanulható pályát találtam, de ezt is nagyon élvezem, mert mindig is a matek és informatika érdekelt, és legalább kicsit maradtam ezen a pályán, ha nem is teljesen. A fizetés a céljaimban nem hinném, hogy nagyon befolyásolna, ugyanis inkább a jó légkör mellett döntenék, akkor is, ha alacsonyabb a bérezés, mint egy másik közegben, ahol viszont jóval versenyképesebb.

ÖSSZEÁLLÍTOTTA: ISKI JÁZMIN
A FOTÓKAT KÉSZÍTETTE: SZABÓ RITA



A repülés jövőjét formáljuk a következő generációk számára

GE Aerospace a világ egyik vezető szolgáltatójaként hajtómű-technológiákat fejleszt – sugár-hajtóművek, alkatrészek és integrált rendszerek kereskedelmi és katonai repülőgépek számára.

A repülés fenttartható jövője érdekében átfogó megközelítést alkalmazunk, hogy az iparág szereplőivel közösen hatékonyabb hajtóműtechnológiákat fejlesszünk, amelyek kompatibilisek az alternatív üzemanyagokkal.

Közel 120 országban 53 000 alkalmazottunk dolgozik mindennap azon, hogy feltalálják a repülés jövőjét, felemeljék az embereket, és



biztonságban hazahozzák őket. A GE Aerospacének és a közös vállalkozásainknak, továbbá partnereinknek köszönhetően az általunk készített technológiával a szárnyak alatt ebben a pillanatban is körülbelül 950 000 ember van a levegőben. Munkánk fontos a világ számára, és komolyan törődünk azzal, hogy a biztonságra, a minőségre, a szállításra és a költségekre (SQDC) összpontosítva miként végezzük azt – mindig ebben a sorrendben. Vállalati kultúránk alapkövei az emberek alapvető tisztelete és az elkötelezettségünk a FLIGHT DECK iránt, amely a saját lean operációs modellünk. Olyan közösséget építünk, ahol az embereket tisztelik, és felelősséggel ruházzák fel őket. Ehhez bevonzunk, fejlesztünk és megtartunk különböző háttérű, vezető iparági tehetségeket, annak érdekében, hogy elérjék teljes potenciáljukat.

A GE Aerospace dolgozói számára a munkájuk nem csak egy állás! Ez a mi szenvedélyünk és célunk. Egy csapatként dolgozunk, és legyőzzük az akadályokat.

Felelősséggel tartozunk egymásnak és ügyfeleinknek. Együtt mindig találunk egy jobb utat – magasabbra emelkedve.

Magyarországon 2000-ben nyitotta meg a GE Aerospace a veresegyházi üzemét, amely a nagyjavítási műveletek támogató egységként a repülőgéphajtómű alkatrészeinek javításáért és teszteléséért felelős. Idén ünnepli a telephely a 25. évfordulóját, és kollégáink, akár karbantartásban, termelésben vagy az irodában dolgoznak, büszkeséget éreznek, amikor felnéznek az égre, és tudják, hogy a felettük elszáll repülőgép az ő munkájuk eredménye.

Fedezd fel a nyitott pozícióinkat és jelentkezz a következő oldalakon:
invent.ge/veresegyhaz
invent.ge/MEDP





Légy Te is a közösség része!

Prémium minőség, 100% BME életérzés



 BME Shop

 @bmeshop.hu

 bmeshop.hu

MISZ Műegyetemi
Iskolaszövetkezet

Aktuális munkák

- ▶ **Konyhai munkatárs**
2 000 Ft/óra
Diákmunka: Szeretsz pörög-
ni, bírod a tempót, és fontos
számodra a tiszta, rendezett
munkakörnyezet? Akkor nálunk
a helyed, hosszútávra keressük
új munkatársunkat!
- ▶ **Csomagoló**
2 100 Ft/óra
Diákmunka: Partnerünk egy
több évtizede működő és di-
namikusan fejlődő családi vál-
lalkozás, ami mára már több,
mint 100 embert foglalkoztat.
Céljuk, hogy megismertessék
az emberekkel a mézek sok-
színűségét és kiváló terméke-
iket eljuttassák a családok asz-
talára a világ minden pontján.
Dunavarsányi üzemükbe most új
kollégákat keresnek szeptem-
bertől! Budapestről ingyenes
szervezett oda és visszautá-
zással csomagolói pozícióba.
- ▶ **Lézerharc játékmester**
1 900 Ft/óra
Diákmunka: Partnerünk talpra-
esett, megbízható játékmester
kollégát keres lézerharc pá-
lyára, alkalmi hétvégi (szom-
bat, vasárnap) munkavégzésre
hosszútávra!
- ▶ **Szerkesztő grafikus**
2 500 Ft/óra
Diákmunka: Partnerünk 13 éve
működő, nemzetközi ügyfelek-
kel dolgozó reklámfelírái-gyártó
cég, amely igényes, kreatív és
tartós vizuális megoldásokat ké-
szít. A csapatba keresünk pre-
cíz és megbízható szerkesztő
grafikust, aki a meglévő grafikai
anyagok előkészítésében, szer-
kesztésében és gyártásra való
optimalizálásában segít.
- ▶ **Junior Analyst - Remote**
Market Analysis
7 410 Ft/óra
Student work: Joining to our
partner as a Freelancer Junior
Analyst and thereby participate
in the achievement of the go-
als set by DMAC, you will fo-
cus on core tasks such as data
analytics, data cleaning, data
processing, model building,
and Python programming. The-
se tasks are designed to con-
tinuously build up your experi-
ence, setting the foundation for
a future career in data science,
quantitative analysis, or mar-
ket analysis. You will have the
chance to participate in training
courses necessary for your
development in these areas.
- ▶ **Telesales projekt asszisztens**
2 005 Ft/óra
Diákmunka: Partnerünk te-
lesales projekthez keres kom-
munikatív diák munkatársat a XI.
kerületbe.
- ▶ **Energetikai/épületgépészeti**
mérnök gyakornok
2 300 Ft/óra
Diákmunka: Partnerünk ener-
giahatékonysági, épületgép-
észeti alapokkal rendelkező
hallgatókat keres épületek gép-
észeti és energetikai rendsze-
reinek helyszíni felmérésére és
dokumentálására országsszerte.

Munkáinkra nappali tagozatos,
aktív státuszú hallgatóként
jelentkezhetsz fényképes
önéletrajzzal.

MISZ Műegyetemi Iskolaszövetkezet
1111 Budapest, Műegyetem rkp. 9.
R. ép. 2. em. 206.
+36 1 463 1237
melo@miszisz.hu
facebook.com/miszisz
www.miszisz.hu

Nézőpont

Kéz a kézben

Nappal és éjszaka, Nap és Hold, tűz és víz. Az ellentétek kéz a kézben járnak, elválaszthatatlanok. Az élet egyik legter-
mészetesebb részét képezik. Mégis
meglepi az embereket, amikor egy új ellen-
tét párral találkozunk.

Láttam az insta sztoridat, merre voltatok
bulizni? Ki sem nézem belőled, hogy ilyen
helyekre jársz! – mondja egy szakértő
két előadás közti szünetben. Ölemben
legújabb projektem, egy horgolt felső,
amin magányos péntek este dolgozom.

De ki mondta, hogy egy laza pénteket nem
követhet egy pörgős szombat?
Csak mosolyogva válaszolok, néha
beleférek a görbe esték.

Vendégségben vagyunk. Tipikus magyar
családhoz híven, a barátságos beszélgetés
hangereje megüti a 100 decibelt. Mellettem
a húgom a legerősebb hangforrás, az
emberek imádják, elszórakoztatja a népet.
Néha felém fordulnak kérdeznek valamit,

illetdelmesen válaszolok, majd ismét
átadom húgomnak a szót. Elkészítésénél
még hallok, hogy egy rokon odasúgja
anyának: „A két lány, ég és föld!”.

Hogy néz ki, amikor két különböző ízléssel
rendelkező személy talál egymásra?
A moziestek a kompromisszumokról
szólnak.

De ezelőtt is akciófilmet néztünk – húzom
el a számát. Nem arról van szó, hogy nem
szeretem az akciófilmeket, csak... Nem
mindig szeretem őket.

Jó, de ez a folytatása. Jobb, ha egymás után
nézzük őket, nem kavarodunk bele a törté-
netbe – válaszolja a barátom, közben már
tölti is le az általa választott filmet.

Pont ezért kéne a sorozatot folytatni, abban
már rég elvesztettük a plotot... - próbálom
meggyőzni, hogy inkább az általam
kedvelt sitcomot nézzük. Mit számít, hogy
már négyszer láttam magamban, ha ez az
első alkalom, hogy közösen nézzük.

NAGY ANNA

HIRDETÉS

Paksi atomerőmű üzemlátogatás

Jelentkezési határidő:
2025.10.10.

 2025.11.03.




október 14., 19.00

Cseh Judit, Perczel Enikő, Réti Adrienn:

Boldogan éltek

Színházi mese felnőtteknek, avagy válás után is van élet és még azon is túl.

Anna és Gergő nyolc éve házasságban, van egy csodálatos kislányuk, Lujzi. A boldog kezdetek után elindulnak lefelé a lejtőn, és addig bántják egymást, amíg kénytelenek belátni: a válás az egyetlen megoldás. A válási folyamat alatt még mélyebbre süllyednek az egymás gyalázásában. Nincs ebben semmi különös, ki ne hallott volna már ilyet? A mi hőseink azonban rájönnek, hogy az egójukat félretéve, jól működő szülőpárossá kell válniuk, ha nem akarnak ártani a még csak hatéves Lujzinak. Ebben rejlik az erejük. Szeretik Lujzit és a legjobbat akarják neki, hogy minél egészségesebb felnőtté válhasson.

A darab szerkezete sem szokványos. A jelenetek időugrással követik egymást, és ahogy haladunk előre a történetben, úgy áll össze a teljes kép a kapcsolatukról és a személyiségükről. Sokszor groteszk abszurdításba

hajló szituációk mutatják meg a párkapcsolatuk buktatóit, nehézségeit. Megjelennek a család segítői (szülők, testvér, barát, pszichológus stb.), akik olykor a jó szándéktól vezérelve nem éppen segítenek, inkább ártanak a kapcsolatnak.

A cselekményt Lujzi meséje viszi előre, ahogyan végignézi és megéli a szülei kapcsolatának leépülését és családjá szétválását és aztán annak magasabb szintre emelkedését. Az ő meséje segít megérteni a válást "elszenvedő" gyermek lelki világát.

Szereplők: Réti Adrienn, Rusznák András, Botos Éva

Látvány: Kárpáti Enikő és Szalai József

Mozgás: Bodor Johanna

Dramaturg: Perczel Enikő

Rendező: Cseh Judit



www.szkene.hu • 1111 Bp. Műgyetem rkp. 3. K épület 2. emelet

MEGFEJTÉS		SZLENG PÉNZ KELTA NEPCSO	FEJTETŐ DÜBÖRGÉS	ÖRDÖG, ERSZÉNYES EMLŐS
MENEKÜLÉSI LEHETŐSÉG				
ANONIM ALKOHOLISTA		SZOBASAROK! LAT. ABC 21. BETŰ		
TÁRSASÁGI KÖR SZOBÁKAT VÁLASZT EL			KÍGYÓ MONDJA TIMIN	
		BANK-AUTOMATA BIBLIAI PROFETA		SZILÁRD GYÓGY-SZER
PROGRAM- NYELV ÖNNAL BEVON		CSENDES! MÁSNAK ÁTNYÚJT	RÓMAI ZÁRT UDVAR EGYEZSÉG	RÓ
			DE ARMAS SZINESZ-NO	KÉMIAI RENDSZAM JELE ELO VÉGEI
AUTOMATA VEZETESI RENDSZ. ÁHÍTAT			INDUKTIVITÁS JELE	VAKCINÁT BEAD RÉSZECS-KEKBŐL ÁLL
			SPORT CSAPAT SZEKUN-DUM	HELYI HÁLÓZAT MÉTER
A KÖSZÖVŐ EMBER ... MONDÁS VÉGEI			RITKA GERMAN FÉRFINEV GAVALLÉR	
RÓM. 500 GLOBÁLIS KÖRNYEZETI ALAP		CSITÍTÓ SZÓ KOPIK A SZÍNE	GREEN-WICHI KÖZÉPIDŐ KICSINYÍTI	GABONA-FELE HOSSZUKÁS SÜTEMÉNY
		DZSUNGEL KÖNYVE KÍGYÓJA PÁLYAUDVAR	KITER-JESZTETT VALÓSÁG MÉTER	NÉZDI OTT ALUL
BOMBA-ALAPANYAG ENERGIÁT TÁROL			FOLYÓ TORKOLATI MUTATÓ NEVÁS	
		DEHOGY! A SZÓT KÖVETI	SÓRFAJTA	TÁJ KEZDETE! PIRI EGYENMŰI
		TERMÉSZETES ALAPÚ LOG LITER	ÖRÜLET IDŐ JELE	
MIÚSÁG? ITT A CICUSKÁDI				



"- Királyak ezek az ingyenes füzetek, kulacsok és táskák, de bárcsak ..."
(a vicc folytatása a megfejtésben)

Az októberi feladványunk megfejtői között kisorsolunk egy

Gösser Spritz ajándékcsoportot.

A nyereményt MŰHASZ ajánlotta fel.

Ha szeretnél részt venni a sorsoláson, kövess be minket a @bmepresszo-n, és küld el oda üzenetben a megfejtést október 19-ig. A nyertest október 20-án értesítjük a nyeremény átvételéről.

Keresztrejtvény

MŰHELY

Szerkesztőség:
1111 Bp., Műgyetem rkp. 3. K. alagsor 80/a.
E-mail: szabo.zsolt@bme.hu

Felelős kiadó:
Budapesti Műszaki és
Gazdaságtudományi Egyetem

Felelős szerkesztő:
Lévai Imre
Török Csongor

Főszerkesztő:
Szabó Zsolt

Hirdetésszervezés:
kristof.maria@muhasz.bme.hu

www.muhely.bme.hu
facebook.com/muhelybme

Nyomatás:
Mediaworks
Hungary Zrt
NYOMDA SZEGED,
felelős vezető:
Marancsik Roland
nyomdavezető

Ingyenes.

HU ISSN 1589-6668

TERVEZD MEG A JÖVŐD, MINT EGY MÉRNÖK!

október 14-15.

BME K épület

Műegyetem rakpart 3.

BME Q épület

Magyar Tudósok körútja 2.

muegyetemiallasborze.hu

 [muegyetemiallasborze](https://www.instagram.com/muegyetemiallasborze)

 Műegyetemi Állásbörze

 Műegyetemi Hallgatói Kft.

