

Kognitív akadálymentesítés





Daniss-Bodó Eszter

akadálymentességi és neuroinkluzív szakértő

COGAI CAA FCE autizmus szaktanácsadó

**Hat éven
aluliak számára
nem ajánlott**

6

Forrás a hazai korhatár-besorolás II. kategóriájának jelölése, 2010. évi CLXXXV. törvény

(Mttv.) 9. § (3)



Mi az, ami Péternek fáj?

„49 karakter, kínai karakter,
japán fekvőtámasz”

— Munkamemória-terhelés

„Ismerd fel
a jelzőlámpákat”

— Magas hibalehetőség

„Minden áruházban más
a menürendszer”

— Nem találja, amit keres



Mi az, ami Péternek fáj?

„49 karakter, kínai karakter,
japán fekvőtámasz”

— Munkamemória-terhelés

„Veszek má’
egy csonthéjast”

— Nem életszerű fogalmazás

„Ismerd fel
a jelzőlámpákat”

— Magas hibalehetőség

„Töltsd le az appot,
az app appját töltsed le”

— Követhetetlen működés

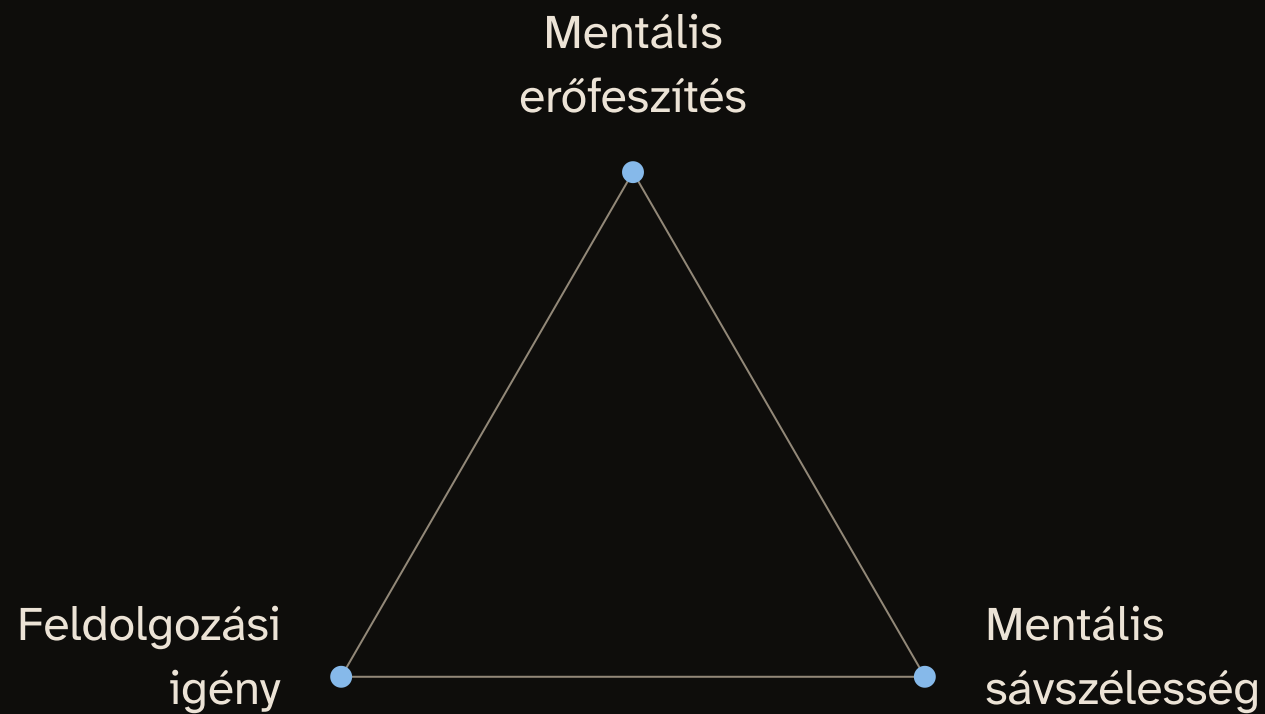
„Minden áruházban más
a menürendszer”

— Nem találja, amit keres

„IQ-teszteket
töltetnek ki”

— Mentális erőfeszítés

Mit jelent a „kognitív teher”?



Forrás Gareth Slinn, [Cognitive Accessibility Institute® \(COGAI\)](#), 2026 · magyar fordítás:

Daniss-Bodó Eszter

Mi az, ami Péternek fáj?

A kiszámíthatatlanság
terheli az idegrendszert.

AZ EMBER:

Bio

fizikai

Pszicho

mentális

Szociális

társas

Források [444.hu: Borízű hang #283 \(YouTube\)](#), 49:15-től · bio-pszicho-szociális modell:
George L. Engel (1977), [The Need for a New Medical Model](#), *Science* 196(4286), 129–136.

A kognitív akadálymentesség
hozádéka a *kiszámíthatóság*.



A felület jó, ha a felhasználó...

01 megérti, hogy mit kell tennie.

02 megtalálja, amit keres.

03 tud cselekedni.

A kognitív akadálymentesség pillérei

01

Munkamemória kímélése

02

Hibamegelőzés, javítás

03

Mi hol van?

04

Érthető tartalom

05

Mi ez, hogy működik?

06

Koncentráció



Leggyakrabban előforduló fogyatékoságok / USA

+ interszekcionalitás

egy embernek többféle érintettsége is lehet

13,9%

kognitív

koncentráció, memória,
döntés

12,2%

mozgás

járás, lépcső

7,7%

önálló életvitel

ügyintézés

6,2%

hallás

részleges vagy teljes
hallásvesztés

5,5%

látás

részleges vagy teljes
látássérülés

3,6%

öngondoskodás

öltözködés, tisztálkodás

Forrás CDC, [Disability Impacts All of Us](#), felnőtt lakosság, BRFSS 2022-es
adat (közzétéve 2024)

Itt az idő: új jelenségek

Felszínre törő túlterheltség

TÖBBOLDALÚ NYOMÁS

Előregedő társadalom

népesedő célcsoport

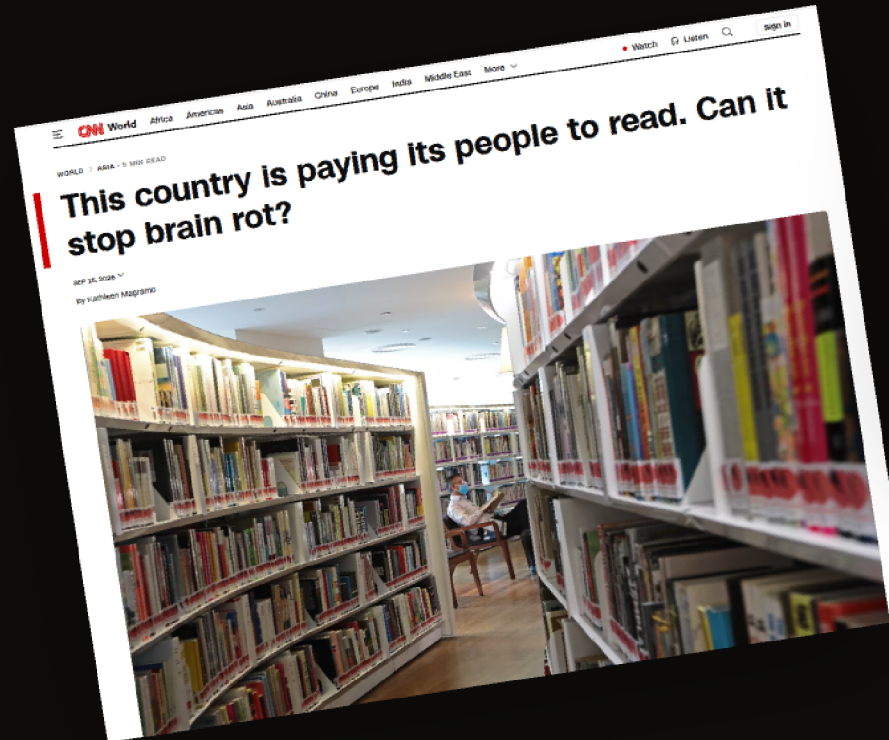
Digitális demencia

megváltozott olvasási szokások
rövidebb figyelmi ablak

Kognitív shift

AI, „brain rot”
PISA-eredmények romlása

Az új irány jelei szabályozások



„4A action loop”

01

Aware

Mi történik?

milyen rendszerben vagyok?
mi történik az emberben?

02

Analyze

Mi az oka?

„transzgenerációs trauma”?
felhasználó-shaming?
leírás és értelmezés?

03

Adjust

Min kell változtatnom?

ökoszisztéma
co-creation
viszonyok: ember-gép / gép-
gép / ember-ember
önreflexió

04

Assess

Mi változott?

kézi: audit, WCAG, COGA
gépi: AI + ember
élő tesztelés szakértőkkel

Kérj egy konzultációt

eszter@blve.hu



Források

3. 2010. évi CLXXXV. törvény a médiaszolgáltatásokról és a tömegkommunikációról (Mttv.), 9. § (3). net.jogtar.hu

4., 5., 6., 8. 444.hu: Borízű hang #283, 49:15-től. [youtube.com](https://www.youtube.com/watch?v=...)

7. Gareth Slinn, Cognitive Accessibility Institute® (COGAI), 2026; magyar fordítás: Daniss-Bodó Eszter. coga.institute

8. Engel, G. L. (1977). The Need for a New Medical Model: A Challenge for Biomedicine. *Science*, 196(4286), 129–136. [doi.org](https://doi.org/10.1126/science.1126)

11. W3C WAI: Cognitive Accessibility Guidance ([w3.org](https://www.w3.org/WAI/cognitive/)) · W3C: Making Content Usable for People with Cognitive and Learning Disabilities ([w3.org](https://www.w3.org/WAI/making-content-usable/))

12. CDC: Disability Impacts All of Us. BRFSS 2022, felnőtt lakosság, USA. [cdc.gov](https://www.cdc.gov/brfss/)

13. Eurostat: Population structure and ageing. [ec.europa.eu](https://ec.europa.eu/eurostat/)

13. Spitzer, M. (2012). *Digitale Demenz*. München: Droemer.

13. Oxford University Press (2024): „Brain rot” named Oxford Word of the Year 2024. [corp.oup.com](https://www.oxfordcorporate.com/)

13. OECD: PISA 2022, országjelentés: Magyarország. [oecd.org](https://www.oecd.org/)

14. CNN (2026. 09. 15.): This country is paying its people to read. Can it stop brain rot? [cnn.com](https://www.cnn.com)

14. New York polgármesteri hivatala (2026. 09. 02.): Generative AI Moratorium in Schools. [nyc.gov](https://www.nyc.gov)

14. (EU) 2019/882 irányelv (eur-lex.europa.eu) · 2022. évi XVII. törvény (net.jogtar.hu)

15. Klein Péter: The Action Loop (Aware · Analyze · Adjust · Assess). Rokon modellek: OODA-ciklus (John Boyd), PDCA-ciklus (Walter A. Shewhart, W. Edwards Deming).

Rajzok Osvaldo Cavandoli *La Linea* sorozatát idézik. [quipos.net](https://www.quipos.net)