

Психологични ефекти на виртуалната реалност

Проф. Толя Стоицова, д.н.

Напредъкът на съвременните дигитални комуникационни технологии е толкова могъщ, че днешните поколения се радват на безпрецедентни възможности, за които по-старите поколения не просто не са мечтали, а не са могли и да си ги представят. Едно от нещата, които в миналото изглеждаше като фантастика, днес е реалност – виртуална реалност. Какво представлява тя?

Виртуалният свят, създаден с помощта на технически средства, дава възможност на участващите хора в него, да изпитат ефект, свързан с усещания, типични за действителния свят. Нещо повече, всеки участник може да комуникира с другите, пресъздавайки още по-силното усещане за реални взаимодействия. И още, обектите във виртуалната реалност притежават симулативно свойствата на тези от материалния свят.

Безспорни са положителните ефекти от новите технологии. Например, бихме могли да преживеем положителни емоции във виртуалната реалност, които са защитен механизъм срещу стреса в реалността. Други безспорни преимущества на виртуалната реалност е, че тя дава много възможности:

- на изследователите например, да провеждат конференции или семинари
- за създаване на електронни образователни ресурси;
- за създаване на 3-D информационни материали;
- за визуализиране на сложни обекти и физически явления и процеси от действителността
- както и за създаване на виртуални музеи, лаборатории и какво ли още не.

Настоящото, а и бъдещето на виртуалната реалност е насочено към създаването на огромни депа за съхраняване и пренос на данни. Обръща се внимание и на ергономичните условия за работа във виртуална среда – например, как да се заменят тежките и неудобни каски и слушалки, могат ли да се замени специалното оборудване с традиционните безжични клавиатура и мишка и т.н., някои невидими в реалността;

От психологична гледна точка, може да се провежда и т. нар. терапия тип „виртуална реалност“¹, която е една от нововъзникналите приложения на новите технологии. Пациенти с психични проблеми и фобии се стимулират в напълно контролируема среда, каквато може да бъде виртуалната.

Едновременно с това, медиите все по-често предупреждават, че виртуалната реалност крие опасности, особено за по-младите потребители. Защо за тях? Най-малко поради две причини: Първо, защото достъпът до нея, непрекъснато се увеличава. И второ, защото са склонни да надценяват преимуществата и да подценяват недостатъците на новите технологии. Опасностите се засилват още повече при децата. Психологични експерименти показват², че насилието в детска възраст се провокира от продължителната игра в мрежа, например. Не случаен е нарастващият интерес от страна на ИТ специалисти към създаването на неагресивни игри, образователни игри и възможности за подкрепа в образованието на деца и младежи с различни инвалидности.

Нека спомена само един от тях при децата – вълнуващо участие в един по-интересен свят. Безобидните игри в мрежата обаче могат да прелъстят децата и да ги откъснат от реалността³. Или още по-лошо, да нарушат крехката им разграничителна способност – кое е реално и кое е виртуално. Така част от пристрастените към компютърни игри извършват подобни насилнически действия и в реалността, без да изпитват угризения.



Децата и младежите вече са поколения, които не познават света преди възникването на световната комуникативна мрежа⁴. Във виртуалната среда изживата на индивида не зависи

от биологичното време, което предопределя и промяна на феноменологията на Аз-а. Или, както смята Гергана Апостолова „... преносът на човешката култура в мрежата има свои особености“⁵. Природата на виртуалната реалност променя съдържанието на човешките дейности, включително и на умствената. Индивидът, който представлява сложна симбиоза от психо-физиологични и социални компоненти естествено се променя, за да се адаптира към тази друга среда. Следователно, изучаването на този променен вече човек е необходимо да проследява освен реалния, също така и виртуалния му живот като най-трудното е да се проследи изхода от виртуалните дейности към реално съществуващия свят.

Виртуалната среда не се основава на възприемането, както е в реалността, а на сетивността. Виртуалността се основава на вярата, а не на убеждението, тъй като е технологично базирана⁶. Във виртуалността придобиването на личен опит няма много общо със същото понятие – опит, в реалността. От тук и идват и опасенията, ако не ги наречем опасностите, относно тази взаимовръзка между реално и виртуално при децата и подрастващите.

Като прибавим и медиите, не традиционните, а тези онлайн, картината се усложнява още повече. Изследователи от Туенте университет, Нидерландия⁷, правят опит да класифицират възможните подходи за изучаване на компютърно базираната комуникация, която е част от всекидневието на хората днес. Те се основават на приетото, че тази комуникация не е неутрална: тя може да предизвика много промени в начина на общуване между хората и може да повлияе комуникативните модели и социалните мрежи⁸.

Според Танис⁹ концепциите за социалните ключови сигнали и социалните ефекти в различните теоретични рамки и тяхната цел във взаимодействията, могат да се обобщят по следния начин:

Теория	Сигнали	Предполагаеми ефекти
Социално присъствие	Невербална комуникация	Човешко възприемане
Подход на редуцираните социални сигнали	Невербална комуникация Визуален контакт Сигнали за статус Сигнали за позиция	Нормативно поведение Социално влияние Информираност на хората
	Сигнали на отстраняване	Социално влияние

Модел на социалната идентичност на ефектите на отстраняване	Сигнали на социална категоризация	
---	-----------------------------------	--

Паралелно с развитието на новите технологии и позитивите, свързани с тях, както е известно, започват и сериозните опасения на изследователите относно негативните ефекти. Естествено, най-съществените от тях са свързани със здравето на човека – соматично и психично. Особено трудни за справяне се оказаха появилите се преди години биотероризъм и хакерство. Какви нови опасности ще се появят, могат да се правят само предположения, но и това не е малко, за да бъдат подготвени съвременните хора.

Нека накратко опишем някои здравословните проблеми¹⁰, които има вероятност да се появят в резултат на нашите технологични постижения и нашата неспособност да се справим с тях.

1. Пристрастяване към виртуалната реалност.

От една страна, пристрастяването зависи от развитието на новите технологии, които отдавна вече са в навлезли в бита на хората. Още по-конкретно, зависи от самата същност на виртуалната реалност – по-убедителна в повечето случаи и по-контролируема от реалния живот. Колкото е по-голямо потапянето във виртуалната реалност, толкова по-трудно ще става ангажирането на хората с реалността. В този смисъл, установяването и съхраняването на баланс между виртуално и реално ще се превърне в трудна, а за някои хора и невъзможна задача.

От друга страна, пристрастяването зависи от човека – колкото е по-нестабилна психично личността, толкова е по-възможно пристрастяването. Точно както е при другите зависимости. Затова и подрастващите и младежите се оказват в тази застрашена категория – на пристрастяването.

2. Дисоциативно разстройство на личността.

Става въпрос за това, че поради интензивното опериране във виртуалната реалност, която ще става все по-правдоподобна и приличаща на действителността или реалния свят, все по-сложно и трудно, ако не и невъзможно за отделния човек, ще е разграничаването на виртуалните му преживявания от тези във физическата реалност.

Като последица, хората ще се травмират психично от непрекъснатите съмнения кое се е случило реално и кое виртуално. Това ще се отрази и на личния им опит. Днес все още психолозите твърдим, че личният опит, придобит в действителността е особено важен за развитието на личността. Придобитите умения – отново от реалния свят, без съмнение играят същата развиваща личността роля. Когато обаче двата свята се смесят и не може да се направи разграничение от един човек, то последиците са трудно предвидими. Тази дезориентация на човека няма как да не се отрази и на междуличностните отношения.

3. Персонална личностна дисфория.

Дисфорията е противоположният термин на еуфорията. Означава непрестанно раздразнение и безпокойство, дори депресивност в преживяванията. Когато дисфорията се задълбочи и превърне в психично заболяване, болестно потиснатото настроение се характеризира с враждебност към другите, чувство на злоба и мрачни мисли.

Дисфорията като следствие от виртуалното пристрастяване неминуемо би довела и до друго негативно следствие или – потенциална криза на идентичността. Това възможно патологично объркване на истинската ни човешка същност не бих искала да дебатирам

4. Разстройство на социалната интеграция.

Разбира се, действителността няма да спре да се развива, докато се развива виртуалната реалност. Така, „потопените“ във виртуалността хора биха загубили познавателността на реалния свят и бира се откъснали от него. Най-същественото би било трудността в интегрирането на личността към „външни“ за виртуалността човешки групи.

5. Индуцирана свръхинтелектуална психоза.

Функционирането на човека във виртуалната реалност може да го подбуди към желание за засилване на интелекта и познавателните му способности. И това ще стане възможно, благодарение на развитието на биотехнологиите – геномика, лекарствени препарати, и кибернетиката. Никой не знае обаче, дали придобиването на екстремни познавателни способности ще доведе до по-адаптивно поведение у човека, или обратно – до дезаптивно поведение. Нещо повече, разширяването на интелекта¹¹ може да доведе до асоциални типове на поведение както и до претоварване с информация, пристъпи на

тревожност, екзистенциални кризи, самовлюбеност и екстремно отчуждение, дори до соматични проблеми като припадъци.

Някои от изследователите отиват и по-далеч като имат предвид не само виртуалната реалност, а цялостното развитие на новите технологии¹². На тя няма да се спирам, а само ще ги спомена. Така се появяват опасения, които днес звучат по-скоро като фантастика. Генните и кибер-инженерите обаче, са на друго мнение. Не случайно в интернет пространството се появяват термини като:

- Кибернетична септицемия усложнения в човешкия организъм в следствие на поставени импланти. Те биха могли да предизвикат най-разнообразни реакции – от алергии през специфични инфекции, придружени с болки до токсични ефекти застрашаващи живота на човека.
- Нанотоксикологичен шок. Нанотехнологията притежава потенциал, който може да подпомогне човека, както и обратната възможност – да го срине. Днес учените са загрижени за въздействието на на нанотехнологичните материали както върху човека, така и върху околната среда.
- Робофобия. Навлизането на роботите навсякъде – както в индустрията, така и в бита на хората, може да доведе до развиването на ирационален страх от работи. Подобен тип психологично разстройство – на границата между истинската фобия и социално-технологичния предразсъдък, би се появило поради два факта. Първият, че роботите ще ни изместят заемайки нашите работни места. И вторият, защото роботите ще стават не просто по-мощни, а и много подобни на хората в поведението си.
- Пристрастяване към сексуална самостимулация. Още през 2008 г., учени-невролози обявиха, че чрез т.нар. „секс чип“ могат да се стимулират центрове в човешкия мозък, които са отговорни за изпитването на удоволствие. Навлизането на подобно устройство би притъпило в голяма степен необходимостта от реален партньор. Какво ли би станало с любовта – едно от най-силните, най-хубавите и най-човешки качества?
- Ендемична депресия, породена от удължаването на живота. Сега се хвалим, че непрекъснато се удължава продължителността на човешкия живот. А можем ли да си представим, ако се овладее остаряването, и животът ни стане – хайде да не е повече

от два пъти, от средния живот днес – 160-170 години! С положителност това би довело емоционална умора за хората, депресивност и скука. Чувствата на повторемост на нещата от живота, на липсата на нещо вълнуващо, изчезването на романтиката и т.н., могат да станат ендемични като това доведе до по-обхватна социална здравна криза.

И след тези опасения за здравето на хората, в следствие на развиващите се нови технологии, предлагам и едно оптимистично заключение. Да се върнем към древната философия: Кое е мерилото на всички неща? Отговорът е: Човекът!

Тогава след като човек може да изобрети толкова нови и могъщи технологии, аз съм оптимист – човекът може и трябва да се научи как да ползва преимуществата им и как да се предпазва от негативните им следствия. След класическата грамотност, дойде времето на аудиовизуалната или медийна грамотност. По отношение на т. нар. Интернет грамотност има много още какво да се желае. Тя първо трябва да се специфицира детайлно. И второ, необходимо е обединяването на различните заинтересовани групи за работа в една посока. А заинтересовани преди всичко са подрастващи и младежи, родители и учители и разбира се – експертите.

Бележки

¹ <http://www.cpcentresof-bg.com/files/custom/pdf/VirtualRealityTherapy.pdf>

² <http://govoril.info/virtualna-realnost-i-nejnite-psixologicheski-efekt/#i>

³ <http://govoril.info/virtualna-realnost-i-nejnite-psixologicheski-efekt/#i>

⁴ [За етоса на електронното човечество и неговото влияние върху българското е-поколение](#)

⁵ Пак там

⁶ Gattiker, U.E. The Internet as a diverse Community: Cultural, Organizational, and Political Issues. Lawrence Erlbaum Associates. New York, 2001, pp.12-13.

⁷ [https://www.utwente.nl/en/bms/communication-theories/sorted-by-cluster/Communication%20and%20Information%20Technology/Computer-Mediated%20Communication%20\(CMC\)/](https://www.utwente.nl/en/bms/communication-theories/sorted-by-cluster/Communication%20and%20Information%20Technology/Computer-Mediated%20Communication%20(CMC)/)

⁸ Fulk, J. & Collins-Jarvis, L. (2001). Wired meetings: Technological mediation of organizational gatherings. In L.L. Putnam & F.M. Jablins (Eds.), *New handbook of organizational communication* (2nd ed., pp 624-703). Newbury Park, CA: Sage.

⁹ Tanis, M. (2003). *Cues to Identity in CMC. The impact on Person Perception and Subsequent Interaction Outcomes*. Thesis University of Amsterdam. Enschede: Print Partners Ipskamp.

¹⁰ <https://media.framar.bg/любопитно/кибер-реалността-или-какви-болести-ни-дебнат-в-бъдещето>

¹¹ Пак там.

¹² [Кибер реалността или какви болести ни дебнат в бъдещето? - 2 част](#)