

## ОПАСНОСТИ ВИРТУАЛЬНОЙ РЕАЛЬНОСТИ

Виртуальная реальность – это созданный техническими средствами мир, в котором человек ощущает себя близко к тому, как он себя ощущает в реальном мире. Степень того насколько человек ведет и ощущает себя в виртуальной реальной зависимости – это степень погружения. Ввёл этот популярный ныне термин Джарон Ланьер 1989 году [5]. Но существуют так же плюсы и минусы виртуальной реальности, которые кратко изложены в таблице [Таблица 1].

Прежде всего, стоит отметить, что самая большая опасность заключается в том, что виртуальная реальность приводит к реальной виртуальности. То есть, чрезмерное время проведение за компьютером сокращает присутствие человека в реальной жизни. Он начинает жить в вымышленном мире. Уходит с головой другую жизнь и не хочет возвращаться в настоящий реальный мир. Это приводит к большим проблемам и даже к одиночеству. Далее следует отметить, что если проводить много времени за компьютером, то можно стать зависимым. Интернет-зависимость характеризуется, как навязчивое желание подключиться к Интернету и неспособность вовремя отключиться от него. Зависимые люди могут проводить в сети до 16 часов в сутки, а то и больше. Понимаем, что такой образ жизни приводит к различным заболеваниям. От постоянного сидения в неправильном положении возникает искривление позвоночника, непрерывный взгляд в монитор

приводит к ухудшению зрения, трата огромного количества времени на непрерывную работу с интернетом, в итоге, приводит к нарушениям в режиме сна, отдыха, питания, в свою очередь пагубно влияет на весь организм [4].

Последнее время в социальных сетях люди часто сталкиваются с разными мошенниками и обманщиками. Пользователи на своих страницах делятся с друзьями личными данными, выкладывают контакты, а порой даже адреса. Неразумное указание такой информации приводит к плачевным результатам.

Анализируя все возможности и опасности, которые нас поджидают в виртуальной реальности, можно сделать вывод, что, пользуясь интернетом нужно соблюдать некоторые правила.

Во-первых, стараться выкладывать минимум личной информации (и ограничивать доступ к ней), чтобы люди с плохими намерениями не смогли ею воспользоваться.

Во-вторых, постараться меньше времени тратить на социальные сети и онлайн-игры.

В-третьих, во время работы в интернете периодически стоит делать перерыв. Это поможет глазам отдохнуть, телу - восстановить силы, а также освежить свой мозг для генерации новых идей.

Соблюдение этих нехитрых правил сможет максимально обезопасить наше присутствие в Интернете [3].

Таблица 1

Плюсы и минусы виртуальной реальности [1,2,3,4]

Плюсы	Минусы
Помощь в поиске необходимой информации	Приводит к реальной виртуальности
Доступ к любым новостям	Вызывает зависимость
Обширное число электронных библиотек	Потеря друзей в реальности
Возможность развивать свой бизнес	Развивают психологические расстройства
Способствует массовому общению людей, и организация массовых мероприятий	Риск стать жертвой мошенниками и обманщиками

### Список литературы

1. Образовательная онлайн-платформа «Prometheus» [Электронный ресурс]– Режим доступа: <http://prometheus.org.ua/about-us/>

2. Образовательная онлайн-платформа «Coursera» [Электронный ресурс]– Режим доступа: [www.coursera.org/about/](http://www.coursera.org/about/)

3. Научно-издательский центр «Социосфера» [Электронный ресурс]– Режим доступа: <http://sociosphere.com/>

4. Онлайн-университет «University of People» [Электронный ресурс]– Режим доступа: <http://uopeople.edu/groups/online-education>

5. Образовательная онлайн-платформа «Skills Academy» [Электронный ресурс]– Режим доступа: <http://skillsacademy.com.ua/ru>

Научный руководитель: Вильхивская О.В.