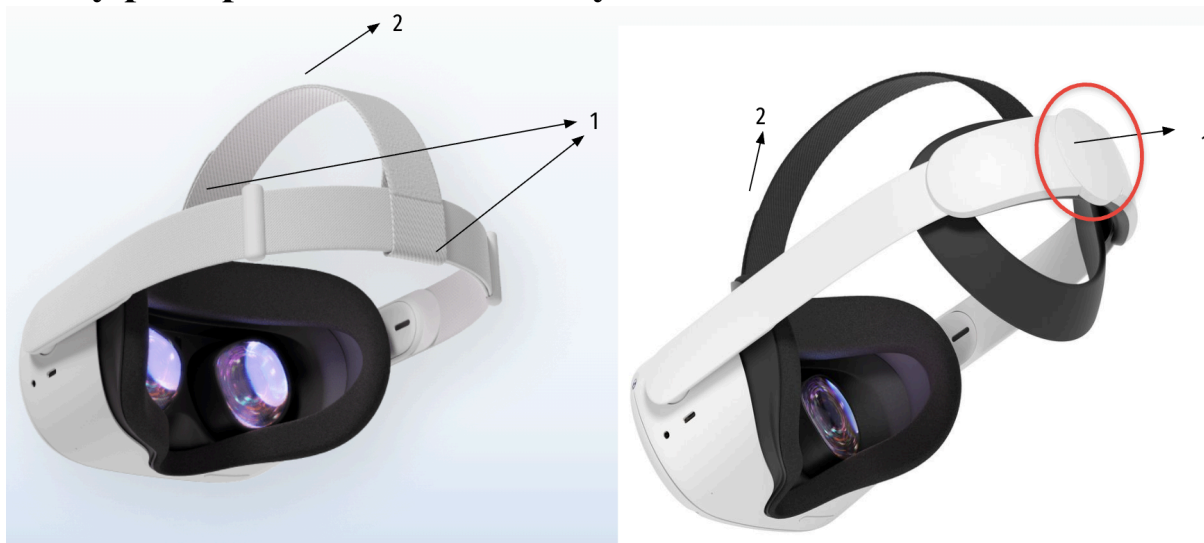


OCD dům – návod na Oculus Quest 2

Brýle Oculus Quest 2



Prvky pro upevnění a utažení brýlí




Použití headsetu s pomůckami pro korekci očních vad

VR headset je již vybaven nástavcem pro použití dioptrických brýlí, které umožňují, aby si klient nechal svoje vlastní brýle nasazené. (*Nástavec je již přímo umístěn před obličejovým nástavcem*). Překážkou použití jsou brýle s výrazně širokým nebo hrubým rámem. Korekce astigmatizmu a bifokální brýle nebudou při pohledu na VR displeje účinné.

Spuštění brýlí

V případě využívání brýlí s klientem nejprve spusťte aplikaci a teprve potom mu brýle pomozte nasadit.

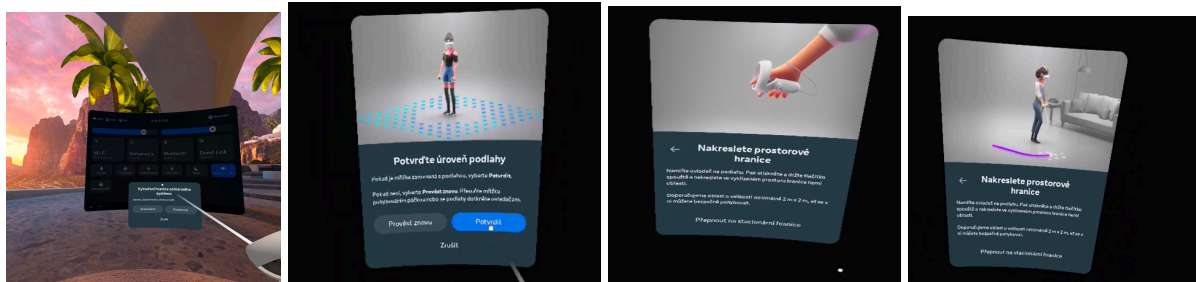
1. Nasadíte VR brýle tak, aby byly pevně usazené na hlavě a uživatel poté viděl zobrazený obsah ostře.
2. Pomocí dvou bílých posuvníků na zadním popruhu (1, další slide) nastavte těsnot brýlí. Horní pásek je možné použít na nastavení výhledu a tlaku brýlí (2).
3. **Zapněte brýle pomocí tlačítka na pravé straně brýlí.** Tlačítko podržte cca 2 sekundy, dokud se neobjeví logo Meta: 

Vytvoření ochranné hranice

Vytvořte hranici pro bezpečný pohyb (prostorová hranice). Tímto procesem Vás bude provádět také text zobrazený ve VR brýlích.

1. Potvrďte výšku podlahy posunutím virtuální mřížky na úroveň podlahy (umístěním ovladače na zem).
2. Pomocí ovladače nakreslete tzv. “Hřiště” (bezpečný prostor pro pohyb bez přítomnosti reálných předmětů). Doporučován je prostor minimálně 2x2 m².

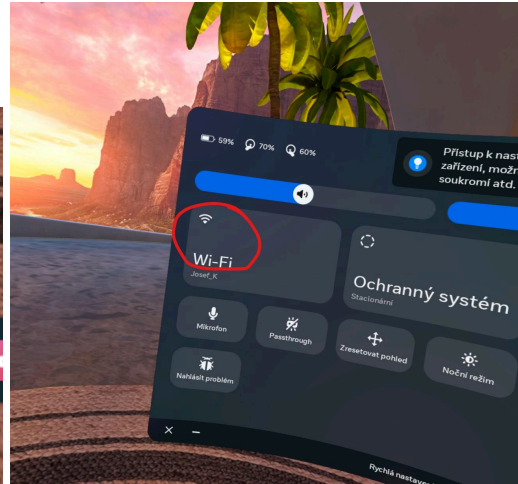
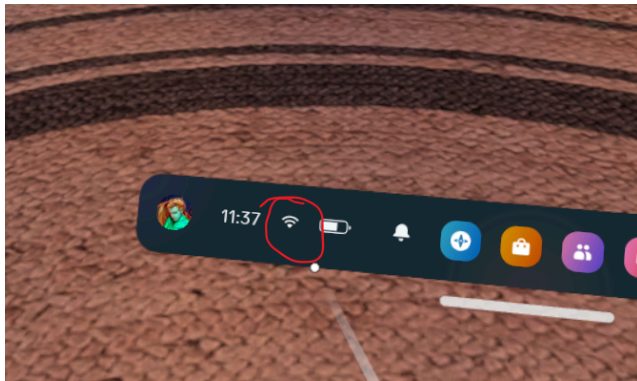
Využít můžete i tzv. stacionární hranici, která vyžaduje pouze sezení na židli.



Nastavená hranice slouží k ochraně vaší bezpečnosti při používání brýlí. V momentě, kdy se dostanete do blízkosti nějakého objektu (např. stěny, stolu apod.), zobrazí se vám v prostoru barevná mřížka, která vás na to upozorní. Pokud hranici překročíte, zobrazí se vám reálné okolní prostředí v šedé barvě (např. místnost ve které se nacházíte). Pokud se vám tato situace stane, sačí se do vyznačeného prostoru zase vrátit a aplikace se znovu rozběhne.

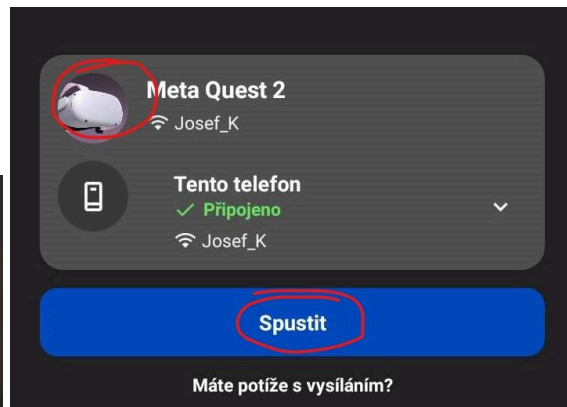
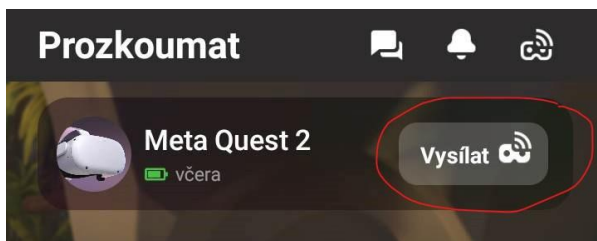
Přihášení headsetu k wifi síti

1. V hlavním menu klikněte na spodní lištně na ikonku Wi-Fi.
2. Otevře se Vám nabídka rychlého nastavení, ve kterém klikněte opět na nastavení Wi-Fi a vyberte Vaši lokální síť.



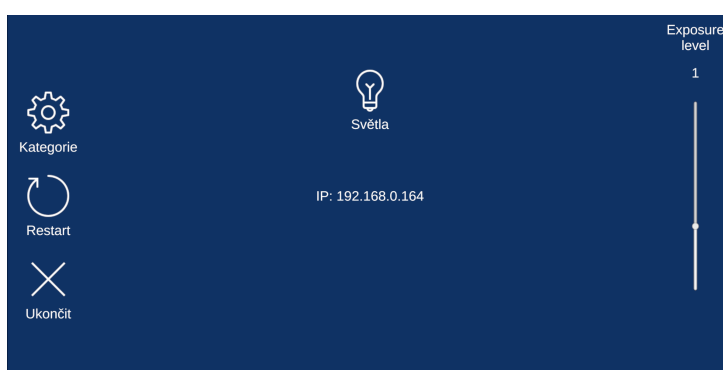
Zobrazení obsahu terapeutovi (casting)

1. Na tabletu či mobilním telefonu, který jste obdrželi, si spusťte aplikaci **MetaQuest (Oculus)**.
2. Klikněte na tlačítko **Vysílat**.
3. Klikněte na ikonku headsetu (Meta Quest 2) a poté na **Spustit**. Headset i mobilní telefon/tablet musí být připojeny do stejné Wi-Fi sítě.
4. Na obrazovce můžete sledovat obraz, který klient vidí ve VR brýlích.



Aplikace na mobilní telefon a Menu pro vzdálený výběr obsahu

1. K aplikaci pro Oculus si můžete stáhnout doprovodnou aplikaci na mobilní telefon či tablet - ***OCDhouseCompanion***
2. Po stažení v ní můžete ovládat nastavení aplikace a výběr podnětů pomocí menu.
3. Po otevření aplikace se zobrazí IP adresa zařízení. Tu je třeba zadat do textového pole v menu v aplikaci OCDdům uvnitř virtuálního prostředí v Oculus, a kliknout na tlačítko "připojit". Jakmile zmizí nápis "Client not connected", spojení je navázáno a můžete menu ovládat na dálku.
4. Synchronizace funguje pouze jedním směrem, to, co dělá terapeut, se promítá do prostředí ve VR.



Spuštění aplikace OCD dům

1. Po spuštění VR aplikace zobrazte hlavní menu aplikace umístěné v každé místnosti nad vypínačem.
2. Vyberte z nabídky jazykové nastavení.
3. Volitelně můžete připojit externí aplikaci ***OCDhouseCompanion*** viz výše.
4. V rámci Menu je možné nastavit jednu ze čtyř úrovní obtížnosti (0-3)
5. Kategorie obsahují seznam prvků, které je možné ve VR prostředí zapnout
6. Pohybujete se buď pomocí joysticku na vrchní straně ovladačů nebo pomocí gesta přitahování ukazováčku k sobě
7. Kliknutím na "Ukončit" v hlavním menu ukončíte aplikaci

8. Kliknutím na “Restartovat” smažete předchozí nastavení a můžete připravit aplikaci pro dalšího klienta. Toto tlačítko také znovu vrátí klienta do startovní pozice před domem.



Nastavení obtížnosti expozice

Úroveň obtížnosti expozice je možné nastavit pomocí posuvníku v pravo (úroveň 0-3).



Podněty	Level 0	Level 1	Level 2	Level 3
<i>Potraviny (podnět “Ovoce”)</i>	shnilá hruška na kuchyňské lince	více kusů shnilého ovoce v kuchyni	plesnivý sýr na kuchyňské lince a na stole	více zkažených potravin a skvrn v prostředí kuchyně
<i>Plynový sporák (podnět “Vařič”)</i>	nehoří nic	hoří plotýnka 1	hoří plotýnky 3	nehoří nic, syčí plyn

Tab. 1 Příklad různých úrovní expozice

Výběr kategorie symptomů

V rámci **Kategorie** je možné nastavit zobrazení konkrétních podnětů spadajících do jednotlivých dimenzí:

- Kontrola,
- Kontaminace,
- Zvířata,
- Hromadění
- Symetrie.

Výběr podnětů

Po kliknutí na konkrétní kategorii (např. Kontrola) je pomocí kliknutí na přepínací tlačítko možné nastavit zobrazení jednotlivých podnětů, které souvisí s danou kategorií. Je také možné označit naráz všechny podněty (poslední ikona “Všechno”). Vybrané podněty se bíle podbarví.

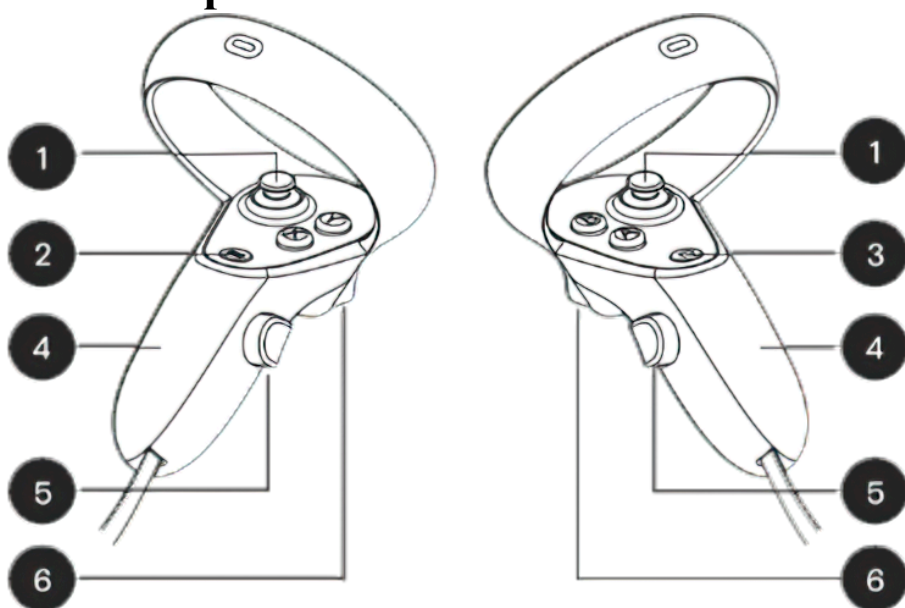
Kontaminace	stopy, shnilé ovoce, syrové maso, injekční stříkačky (jehly), krev, fleky, moč, výkaly, žvýkačky, špinavá toaleta, špinavá deka
Kontrola	postava muže/ženy/dítěte/kojence, krb, žárovka, střepy, nože, klíč, alarm, přepínáčky, napouštějící se vana, plynový sporák, otevřené dveře, otevřená okna
Symetrie	křivé obrazy, křivý ubrusy, neuspořádaná kuchyňská linka, odložené předměty v obývacím pokoji
Hromadění	krabice v garáži/ložnici/v domě
Zvířata	mouchy, pes, slepice, švábi, pavučiny



Způsob ovládání

Aplikaci je možné ovládat ovladačem, nebo gesty rukou. **Pokud používáte ovladače, pro přepnutí na ovládání pomocí gest rukou je stačí odložit mimo zorné pole a podívat se na své ruce.** Ovladače se během ovládání pomocí gest rukou nesmí hýbat, proto je nenechávejte v kontaktu s tělem (např. v kapse, nebo na kolenou).

Ovládání pomocí ovladačů



- Ve virtuálním prostředí se lze **pohybovat** pomocí joysticku (1), který po zmáčknutí a následném uvolnění umožňuje tzv. Teleportaci.
- Spouští na boční straně ovladače (5) **vybíráte/potvrzujete objekty**.
- Tlačítko (2,3) vyvolá hlavní nabídku. Stisknutím a delším podržením můžete také znovu vycentrovat Váš pohled (tzn. nastavit směr, kterým se chcete dívat).
- Ovladače můžete “probudit” (a znovu je vidět aktivní ve VR prostředí) stisknutím libovolného tlačítka na nich.

Ovládání gesty rukou

Zmáčknutí nebo výběr: reálný pohyb zamáčknutí směrem od sebe)



Uchopování předmětů: uchopování virtuálních předmětů a další interakce (např. otevírání dveří) probíhá pomocí virtuálních rukou gestem uchopení (viz obrázek). Dlaň by měla vždy směřovat dolů nebo od headsetu.



Teleport (skokový pohyb ve VR prostoru)

1. namíření ukazováčkem na vybrané místo podlahy (dlaň vzhůru, ostatní prsty pokrčené)
2. následné přitažení ukazováčku k dlani vás přesune na vybranou pozici





Vyvolání menu - Menu pro výběr kategorií naleznete v samotné aplikaci OCD dům v každé místnosti nad vypínačem - nad vypínači je tlačítko, které Vám po jeho stisknutí menu vyvolá.



Bezpečnostní opatření

- **Virtuální realita není vhodná zejména pro osoby, které trpí (nebo v minulosti trpěly) epilepsií (zejména fotosenzitivní) nebo jiným záchvatovitým onemocněním.**
- Během používání VR ztrácí uživatel do určité míry pojem o prostoru kolem něj - je třeba dbát **zvýšené opatrnosti během pohybu, aby nedošlo ke zranění** (např. naražení do překážky). Na tento aspekt je vhodné upozornit i samotného uživatele.
- Pokud se uživatel cítí bezpečněji vsedě, je vhodné mít k dispozici otočnou židli, aby se mohl ve VR prostoru otáčet.
- Před použitím VR brýlí **uvolněte prostor pro bezpečné používání. Odstraňte předměty, které by mohly ohrozit uživatele**, včetně jiných technologických zařízení, do kterých by mohl uživatel narazit.
- Nevstupujte během VR expozice do přílišné blízkosti k uživateli, který by Vás mohl nevědomě ohrozit náhlým pohybem nebo by ho mohla Vaše blízká přítomnost vylekat.