REALITATE VIRTUALĂ ÎMPOTRIVA FOBIEI DE A VORBI ÎN PUBLIC

Platforma VR | Manual de utilizare ilustrat

Proiect Erasmus+ • Cofinanțat de Uniunea Europeană

Ghid pas cu pas pentru utilizarea aplicației de realitate virtuală destinate exersării vorbitului în public.

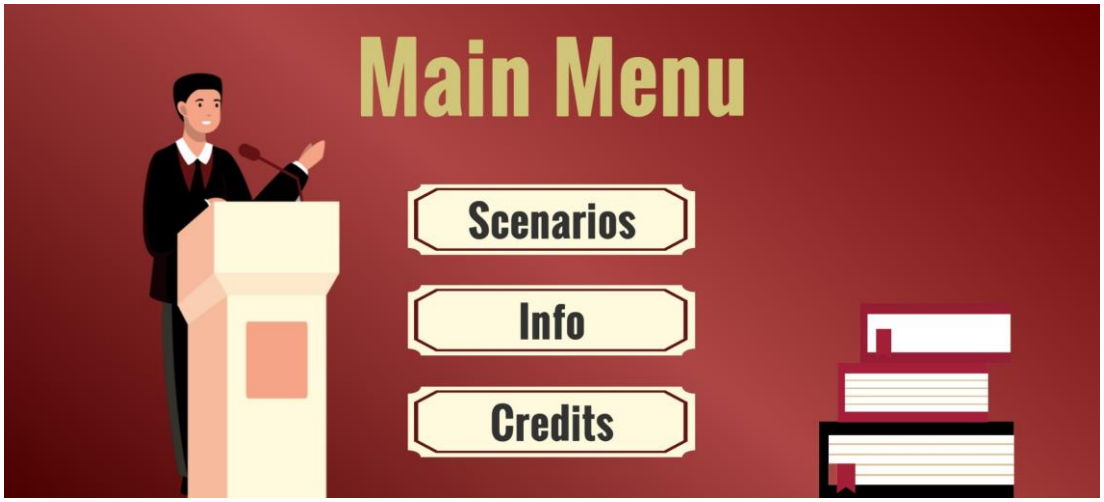


Figura 1. Meniul principal al platformei VR.

1. Selectarea limbii

Deschideți aplicația pe un smartphone compatibil. Pe ecranul inițial, alegeți una dintre cele șase limbi disponibile, selectând steagul corespunzător: turcă, engleză, portugheză, greacă, italiană sau spaniolă.



Figura 2. Ecranul de selectare a limbii.

2. Navigarea în meniul principal

Meniul principal conține trei opțiuni: Scenarios (medii virtuale de antrenament), Info (informații despre aplicație) și Credits (echipa și contribuțiile la proiect). Selectați Scenarios pentru a începe un exercițiu.

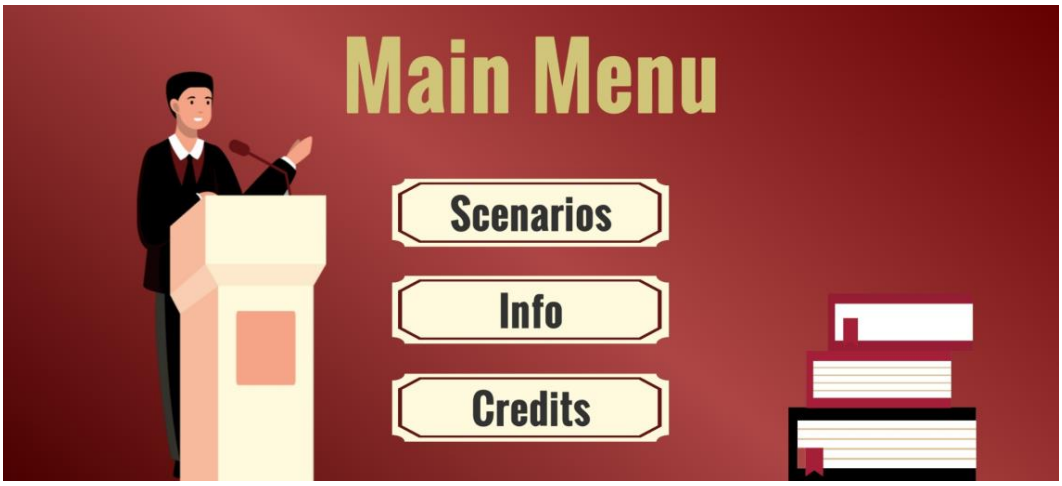


Figura 3. Meniul principal: Scenarios, Info și Credits.

3. Alegerea unui scenariu de prezentare

Aplicația oferă trei niveluri progresive de dificultate. Alegeți scenariul în funcție de încrederea și experiența dumneavoastră:

- Meeting — nivel ușor: ședință cu un grup restrâns de participanți virtuali, recomandată începătorilor.
- Classroom — nivel mediu: prezentare în fața unei clase, într-un mediu școlar.
- University — nivel avansat: prezentare într-un amfiteatru universitar, în fața unui public mai numeros.



Figura 4. Scenariile disponibile și nivelurile de dificultate.

4. Pregătirea ochelarilor VR

Selectați nivelul și introduceți smartphone-ul într-un dispozitiv VR compatibil, conform instrucțiunilor din aplicație. Reglați dispozitivul pentru a vizualiza confortabil cele două imagini de pe ecran.

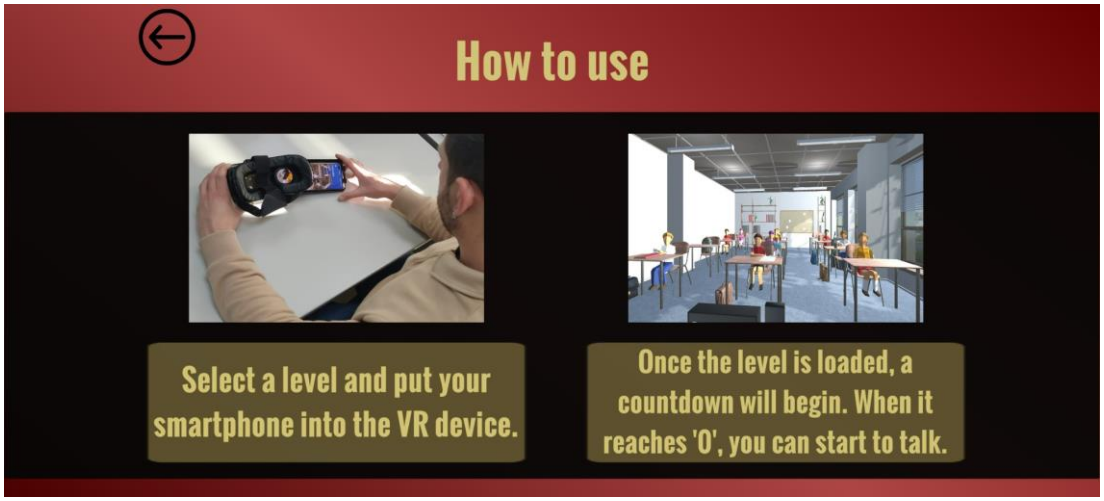


Figura 5. Instrucțiuni privind poziționarea telefonului și numărătoarea inversă.

5. Începerea exercițiului de vorbire în public

După încărcarea scenariului începe o numărătoare inversă. Când aceasta ajunge la zero, începeți să vorbiți în fața publicului virtual. Ecranul afișează două imagini alăturate pentru vizualizarea cu ajutorul ochelarilor VR.



Figura 6. Scenariul Meeting în timpul numărătorii inverse.

În timpul exercițiului, mediul virtual afișează publicul, un cronometru și un indicator vertical colorat. În partea de sus a ecranului sunt vizibile și pictogramele pentru ieșire și setări.

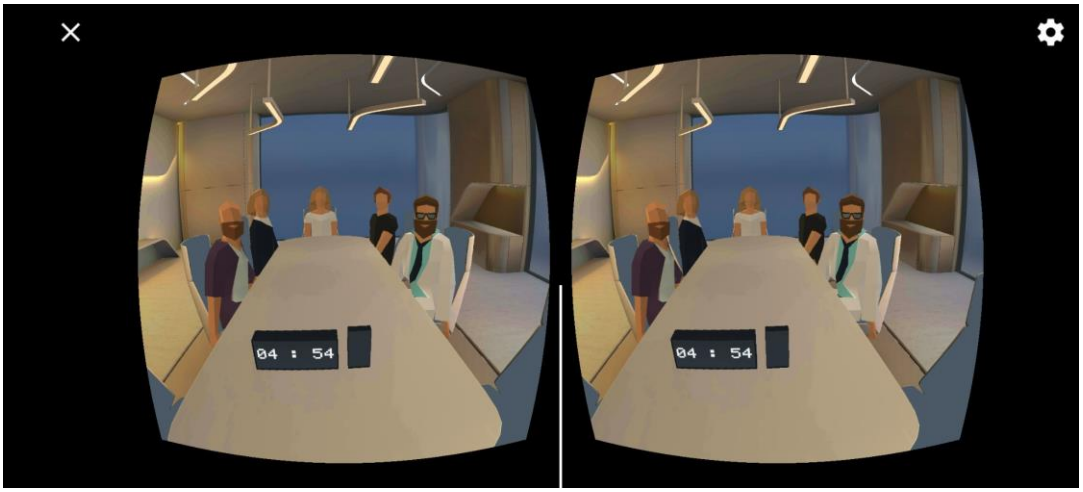


Figura 7. Scenariul Meeting cu cronometrul activ.

6. Explorarea celorlalte medii virtuale

Scenariul Classroom plasează utilizatorul în fața unor elevi virtuali într-o sală de clasă. Scenariul University reproduce un amfiteatru universitar. Aceste medii permit exersarea prezentărilor în contexte diferite, cu niveluri crescătoare de dificultate.



Figura 8. Scenariul Classroom: elevi virtuali și cronometru.

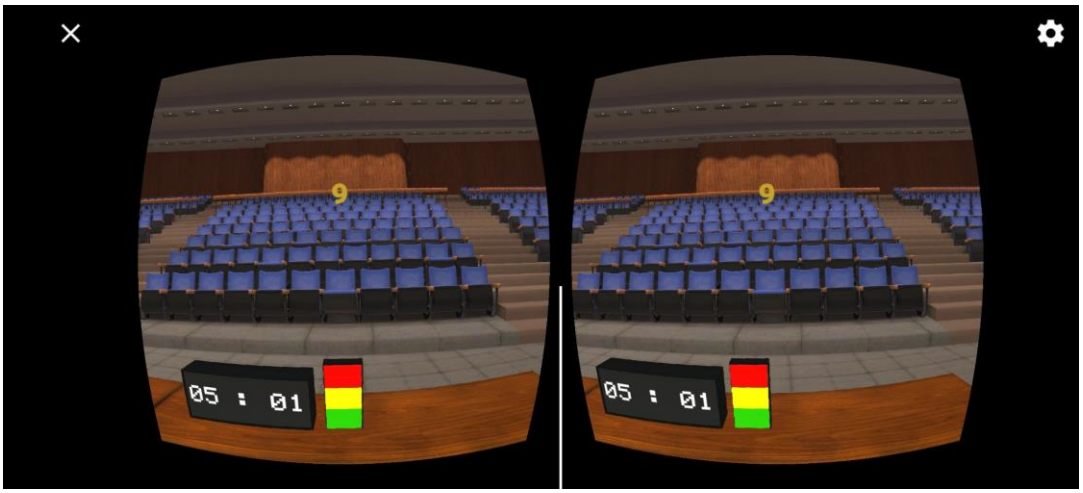


Figura 9. Scenariul University: amfiteatru universitar.

7. Consultarea rezultatelor sesiunii

La finalul simulării apare un ecran cu doi indicatori: „Score speaking” (scorul vorbirii) și „Score looking” (scorul privirii). În imagine sunt afișate valorile 2/100 și, respectiv, −69/100.

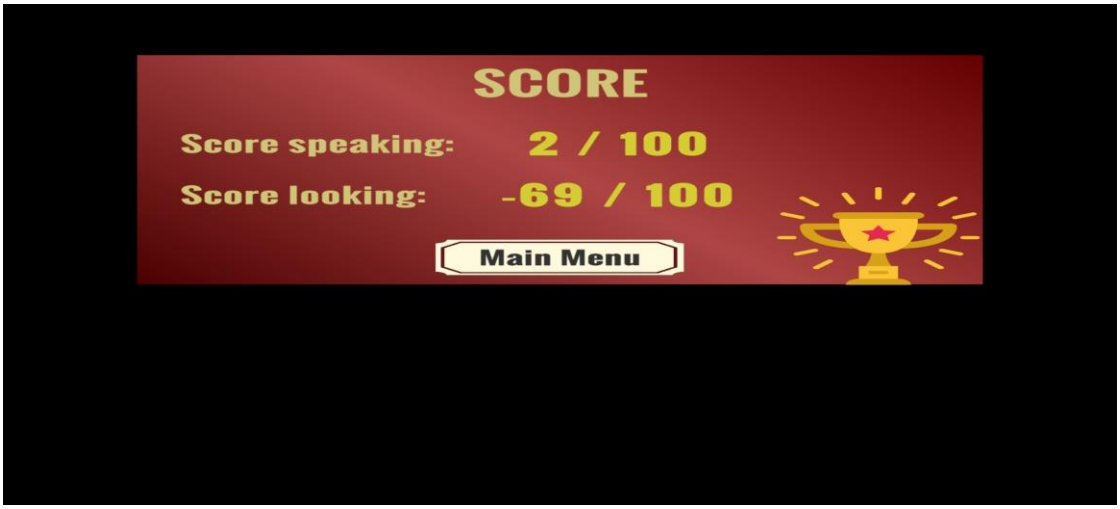


Figura 10. Ecranul rezultatelor cu scorurile vorbirii și privirii.

Selectați Main Menu pentru a reveni la meniul principal. Puteți repeta exercițiul sau puteți alege un alt scenariu pentru a continua antrenamentul.

Despre platformă

Platforma VRAPSP permite exersarea vorbitului în public în trei medii virtuale — Meeting, Classroom și University — și include o interfață multilingvă, cronometru și afișarea rezultatelor sesiunii.

Proiect Erasmus+ • Cofinanțat de Uniunea Europeană