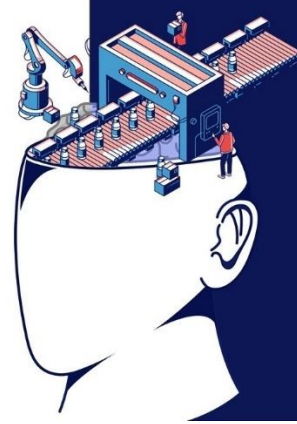


راهنمای عملکرد نرم افزار

Little Buddha

زمستان ۱۴۰۳

تهیه شده در شرکت نوروچلنج



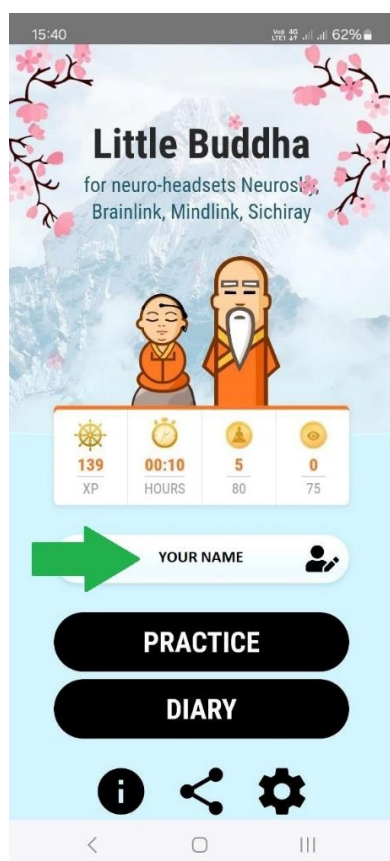
این برنامه اندرویدی برای تمرین منظم مراقبه و توجه، با استفاده از هدست بلوتوث (EEG) ایجاد شده است. انتخابی از ۳ نوع تجسم و تصویرسازی برای مشاهده فرآیند و تعدادی تنظیمات برای هر جلسه (هم بصری و هم صدا) وجود دارد.

رابط کاربری آسان و اتصال بی دردسر از مزیت‌های این برنامه می‌باشد.

برای شروع کاربری ابتدا هدست را از طریق بلوتوث با دستگاه هوشمند خود (گوشی یا تبلت) جفت (Pair) کنید. هدست را روشن کرده، در لیست جستجوی بلوتوث‌های اطراف، به دنبال اسم MindWave Mobile گشته و با آن Pair شوید.

همواره می‌توانید این نرم‌افزار را از Google Play Store بر روی دستگاه هوشمند خود نصب نمایید.

<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.BrainInsider.LitteBuddha>

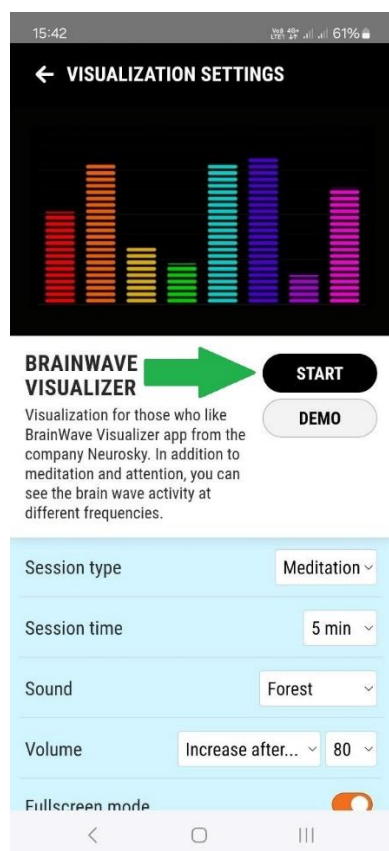


(۱) پس از باز کردن نرم‌افزار روی START کلیک کنید.

(۲) ابتدا نام خود را وارد کرده و روی گزینه Practice کلیک کنید.



(۳) برای مشاهده‌ی طیف‌های توان همزمان با مقادیر مراقبه (یا توجه) گزینه BrainWave Visualizer را انتخاب کنید.



(۴) اکنون می‌توانید در قسمت تنظیمات در پایین صفحه، نوع تمرین (مراقبه/توجه)، مدت زمان (به دقیقه)، صدای تمرین بعنوان تشویق (جنگل، وزش بهاری و ...)، شدت صد و ... را مشخص نمود. پس از انجام تنظیمات، گزینه START را لمس کنید.





BRAINWAVE VISUALIZER

Visualization for those who like BrainWave Visualizer app from the company Neurosky. In addition to meditation and attention, you can see the brain wave activity at different frequencies.

START

DEMO

Session type Meditation

Session time 5 min

Sound Forest

Volume Increase after... 80

Fullscreen mode ☒

15:42 61%

← VISUALIZATION SETTINGS

CONNECTION STATUS



Connecting...

RECONNECT

CANCEL

Session type Meditation

Session time 5 min

Sound Forest

Volume Increase after... 80

Fullscreen mode ☒

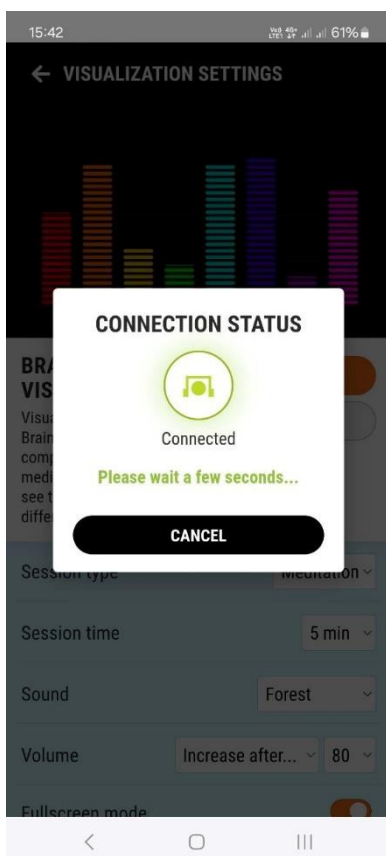
(۵) اکنون می‌توانید در قسمت تنظیمات در پایین صفحه، نوع تمرین (مراقبه/توجه)، مدت زمان (به دقیقه)، صدای تمرین بعنوان تشویق (جنگل، وزش بهاری و ...)، شدت صد و ... را مشخص نمود. پس از انجام تنظیمات، گزینه START را لمس کنید.

(۶) سپس نرم‌افزار اقدام به اتصال به هدست می‌کند. انجام اتصال بین ۱۰ تا ۳۰ ثانیه زمان می‌برد. صبر کنید تا اتصال اولیه انجام شود.

توجه: چنانچه اتصال موفقیت آمیز نبود، از روشن بودن هدست اطمینان حاصل کنید. سپس گزینه RECONNECT را انتخاب کنید.

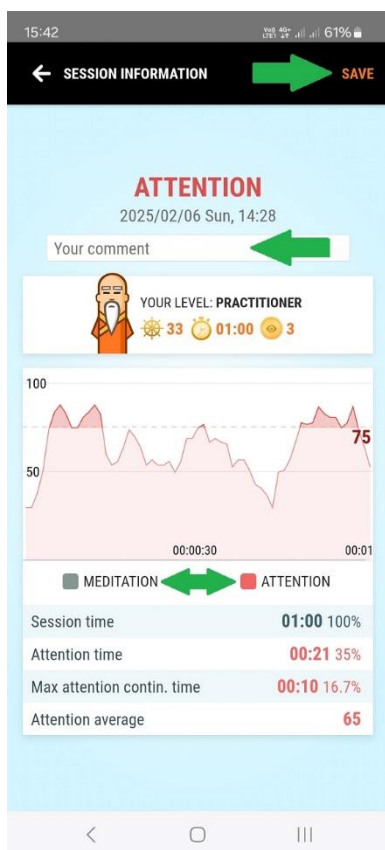


(۷) پس از اتصال اولیه، هدست و نرم افزار برای کالیبراسیون و شروع تمرین همگام می شوند. این فرآیند در کمتر از ۱۵ ثانیه پایان می یابد.



(۸) اکنون می توانید مقدار مراقبه و توجه را بصورت لحظه ای در بازه ۰ تا ۱۰۰ ببینید. همچنین طیف های توان سیگنال EEG در بازه های فرکانسی مختلف فقط قابل مشاهده هستند.





(۹) پس از پایان زمان تمرین، مقدار مراقبه/ توجه فقط به صورت گراف برای شما نمایش داده خواهد شد. می‌توانید با گذاشتن کامنت و ذخیره کردن، بعداً این گراف را مجدد ببینید. در گراف قابلیت فعال و غیر فعال‌سازی نمایش مراقبه و توجه نیز وجود دارد.



