1-2 動機

我們計畫開發一款專屬臺灣 ADHD 族群、且完全採用繁體中文的情緒記錄 App，不僅能降低使用門檻，也能滿足臺灣 ADHD 患者在視覺化數據與個人化建議上的需求，並提供個人化建議，協助患者更有效地管理情緒與行為，提升生活品質。

自我追蹤（self-tracking）能夠提高個人對情緒變化的敏感度與主動調節能力，美國加州大學研究證實，行動裝置上的情緒追蹤功能能夠協助使用者更好地了解自身情緒趨勢，並提升情緒健康意識與自我調適能力但目前市面上可供下載的情緒記錄行動裝置應用程式多數為英文或簡體中文版，尚未有真正針對ADHD而且介面為繁體中文的選擇，且外語版本並未充分考量臺灣ADHD患者的語言文化與使用需求。雖然使用者仍需自行輸入心情與事件，但我們將透過圖像化的方式引導使用者，讓他們以照片與簡易文字記錄今天的心情與發生的事情，這方式真實地捕捉日常情緒變化，有助於建立長期數據，進而提供更精準的個人化建議。

若能開發一款符合臺灣 ADHD 族群習慣，並兼具自動化提醒、視覺化統計、行為與情緒關聯分析等功能的行動裝置應用程式，將能填補現有市場缺口，並提升臺灣 ADHD 患者的情緒自我管理效能。