1 记录心情。可以记录当时的心情。根据心情分析产生的原因，然后建议他做一个心理测试

2 阶段提示。根据一段时间的心情的汇总，进行分析

3 胡思乱想，比如 发牢骚，求安慰，施虐，求虐等，然后如果发布了一个，并且找到当时一个匹配的话 就发给他。

4 看看 别人都在发什么感慨