

Project ”Alive” Portfolio

组长： 25121360 陈艺彬

组员： 25121366 索昊

25126579 卢晓晴

25126566 李艺攀

25121365 钱波

25126625 张至柔

2025 年 12 月 30 日

项目开发日志 (Daily Log)

2025 年 12 月 23 日

任务： 1) 组建小组， 2) 确定项目

成果 (Achievements):

1. 小组已组建。成员包括：

- 陈艺彬 - 25121360 (组长)
- 索昊 - 25121366
- 卢晓晴 - 25126579
- 李艺攀 - 25126566
- 钱波 - 25121365
- 张至柔 - 25126625

2. 项目标题： Alive

3. 项目简述：“Alive”是一款专为处于“情绪亚健康”和“隐性焦虑”的大学生及研究人员设计的心理支持软件。不同于传统的医疗问诊类 App，Alive 侧重于情绪共鸣、社交陪伴和轻量化的心理救赎。它旨在打造一个“当代大学生精神自救互助社群”，通过“每日生存确认”和“遗忘清单树洞”等功能，帮助用户在内卷中找到“活着”的低门槛意义。技术上，拟采用“Flutter”进行跨平台开发，并使用“SQLite”进行本地数据加密存储以实现“本地优先 (Local-First)”架构，确保极致的隐私安全。

任务与成果之间的差距 (Gaps):

- 核心概念已确定，但关于“树洞”功能的具体技术架构（离线版与在线版数据库的衔接）仍需小组进一步讨论。

2025 年 12 月 24 日

任务：识别利益相关者 (Stakeholders)

成果 (Achievements):

- 利益相关者 1：大学生/研究生（核心用户）。
 - 描述：面临激烈的学术竞争、就业压力以及社会期望，处于“内卷”中心的人群。他们往往不认为自己有精神疾病，但感到持续疲惫。他们需要一个去专业化、能说真话的宣泄空间。
- 利益相关者 2：产品开发团队（我们）。
 - 描述：负责产品的设计与落地。关键职责包括设计“多巴胺”风格的 UI，确保隐私安全，并把控软件“反内卷、反焦虑”的温情基调。

Gap (差距):

- 需要进行初步的用户访谈，以验证“把活着当成一种打卡”这一概念是否真能引起目标群体的共鸣。
- 利益冲突 (Conflict of Interest)：**我们在“监管方要求的实名追溯”与“用户渴望的完全匿名”之间发现核心冲突。这不仅是技术问题，更是产品伦理问题，需要进一步探讨“去标识化 (De-identification)”技术的可行性。

2025 年 12 月 25 日

任务：识别利益相关者 (Stakeholders)

成果 (Achievements):

- 利益相关者 3：监管机构 / 平台审核方。
 - 描述：负责执行网络内容法规的实体。由于心理健康属于敏感话题，软件必须内置完善的“脱敏处理”和心理预警机制，以避免触碰监管红线。
- 利益相关者 4：高校管理层 / 学生心理咨询中心。
 - 描述：潜在的推广合作对象，也可能是阻力方。他们关注学生的安全，可能会要求软件具备针对高危用户的干预协议。

3. 利益相关者 5：内容创作者（营销引流）。

- 描述：小红书/微博上的博主，负责制作具有冲击力的“共鸣文学”海报，为App 引流。

Gap (差距):

- 目前尚未联系到专业的心理咨询师或志愿者，无法验证我们的“心理预警机制”在专业角度是否足够完善。
-

2025 年 12 月 26 日

任务：识别需求 (Requirements)

成果 (Achievements):

1. 需求类型 1：功能性需求（核心玩法）。名称：每日生存确认。来源：核心用户。
 - 细节：一个低门槛的“打卡”系统。用户只需确认“今天我活着”，作为当日的指标。旨在缓解学业和就业焦虑，提供当日的“记忆点存储”。
2. 需求类型 2：功能性需求（游戏化）。名称：生命可视化/情绪植被。来源：核心用户/团队创意。
 - 细节：将“生存确认”具象化。用户每确认一次“活着”，虚拟界面中的植物/宠物获得一次成长。核心设计原则是：只提供正向反馈，长期不打卡仅会“休眠”而非“死亡”，避免制造新的焦虑。

Gap (差距):

- 关于“在线模式”的算法逻辑及其内容审核成本较高，可能暂时推迟到软件的第二阶段开发。
-

2025 年 12 月 27 日

任务：识别需求 (Requirements)

成果 (Achievements):

1. 需求类型 3：非功能性需求（UI/UX）。名称：自适应情绪 UI。来源：开发团队/人本设计。
 - 细节：虽然主打“多巴胺配色”，但需提供“深夜/低能量模式”。针对深夜使用的焦虑人群，降低色彩饱和度，减少蓝光，避免视觉刺激造成失眠加重或情绪波动。

2. 需求类型 4：非功能性需求（安全/合规）。名称：匿名性与危机干预。来源：监管机构与用户。

- 细节：必须保证用户的完全匿名性以鼓励说真话；同时必须植入自动关键词检测，一旦识别到自残/自杀倾向，立即触发预警机制。

Gap (差距):

- 如何在“保证完全匿名（不收集实名信息）”和“遇到生命危险时能有效干预”之间取得平衡，在技术实现上存在难点。

2025 年 12 月 28 日

任务：完善需求 (Refine Requirements)

成果 (Achievements):

1. 完善需求 1：每日生存确认。描述：它可衡量吗？是的。

- 衡量标准：系统记录用户每日点击“确认活着”的次数和时间戳。成功标准是该功能的日活跃用户数 (DAU) 占比。

2. 完善需求 2：危机预警机制。描述：它可衡量吗？是的。

- 衡量标准：系统需在用户输入内容后的 1 秒内识别出预设的“高危关键词”，并确保 100% 弹出包含本地求助热线的弹窗。

Gap (差距):

- 需要定义第一版具体的“高危关键词库”，以确保既不误报（把吐槽当自杀），也不漏报。
- 社区氛围熵增风险 (Risk of Community Entropy)：纯粹的宣泄会导致社区氛围迅速恶化（变为情绪垃圾桶）。我们正在考虑引入“正向反馈算法”，即只有在用户给予他人鼓励后，才能解锁更多树洞内容，以此维持社区的温暖度。

2025 年 12 月 29 日

任务：成功指标 (Success Metrics)

成果 (Achievements): 成功指标描述：

1. 用户留存率 (Retention Rate)：作为一个主打“陪伴”的 App，目标是 7 日留存率达到 30% 以上。

2. **情绪缓解评分 (Emotional Relief Score)**: (定性指标) 通过应用内简短调研：“打卡后你是否感觉焦虑减轻？”，目标是获得 70% 的肯定回答。
3. **安全合规性 (Safety Compliance)**: 高危预警零漏报；用户真实身份数据零泄露。
4. **误报率 (False Positive Rate)**: 危机预警系统的误报率需控制在 5% 以下，以免频繁骚扰用户导致卸载。
5. **社区内容量**: 树洞数据库中积累的有效“愿望清单”数量。

2025 年 12 月 30 日

任务：PPT 制作

成果 (Achievements):

1. 完成了项目演示文稿 (PPT)，内容涵盖：
 - **痛点分析**: 学生的隐性焦虑与内卷现状。
 - **解决方案**: Alive App (生存打卡 + 树洞)。
 - **利益相关者分析**: 如何平衡学生需求与监管要求。
 - **原型演示**: 展示多巴胺 UI 配色与匿名交互流程。
 - **未来规划**: 第一阶段 (离线工具) → 第二阶段 (互助社区)。制定了下一步开发路线图 (Roadmap)，明确了寒假期间的 MVP (最小可行性产品) 开发计划。

Gap (差距):

- 无。PPT 已准备好接受审核。