1. 项目名称：个性化心情管理助手

二．功能模块：

1. 心情打卡 + 情绪日记

（1）概述：设计一个日程时段表，用户可以随时在一些时段设计自己的心情状态，记录自己的心情感受，通过emoji和文字结合，设计自己独特的心情笔记/情绪日记。每周统计当周心情情况，并生成对用户的建议。

（2）具体功能：

* 表情选择：开心、焦虑、平静、愤怒、悲伤等emoji风格图标
* 文本记录：输入框记录心情、事件
* 心情主题：背景颜色/图标随心情动态切换
* 数据存储：保存心情记录（表情、文本）
* 心情打卡提醒：用户可设置心情打卡定时提醒

1. 心理测试模块
2. 概述：内置一些标准化心理问卷，用户可以随时做题自测，根据问卷结果分析用户情绪心理状态，给出建议。
3. 具体功能：

* 问卷类型选择：可选择快速自测/全面自测，可选择多种心理测量量表
* 答题界面：进度条、分页显示等
* 智能结果解读：分析结果，给出建议（可接入AI来分析/使用特定标准评判）

1. 虚拟角色聊天系统（“心语AI”）
2. 概述：接入ChatGPT/deepseek, 为用户提供聊天与倾诉的通道，缓解用户的孤独，为用户提供情绪价值。
3. 具体功能：

* 选择角色形象：选择AI虚拟形象及聊天风格（温柔风、活泼风、专业风等）
* 文字对话：用户输入文本与AI对话
* 引导语设计：根据情绪记录/心情测试，给用户建议，比如：“你今天好像不太开心，要不要听首歌？”
* 聊天界面设计：可更改聊天界面风格

1. 沉浸式冥想/休息模块
2. 概述：一个轻量放松工具，用户可选择播放白噪音/轻柔BGM，通过呼吸训练引导/冥想引导，实现沉浸式冥想与休息。
3. 具体功能：

* 白噪音/轻柔BGM播放：海浪、雨声、风铃等
* 冥想引导语音
* 呼吸训练引导动画：圆圈扩张收缩动画
* 倒计时：记录/控制休息时间
* 睡前模式：播放15分钟音乐自动退出

1. 情绪趋势可视化图表
2. 概述：通过统计近7天/30天的情绪变化，通过多种图表可视化展示用户心情趋势
3. 具体功能：

* 一句话概括本周/本月情绪：“你这周3次焦虑，2次开心，整体有点内耗哟～”
* 动画化的图表呈现：呈现本周/本月心情走向，呈现本周/本月情绪占比图，呈现日记关键词云图
* 智能分析总结：总结本周/本月情绪状态（可接入AI分析总结），用户可设置定时推送

1. 成就系统

（1）概述：设置多种成就，增添用户满足感/成就感，激发用户改善心情动力。