



eRAPPORT

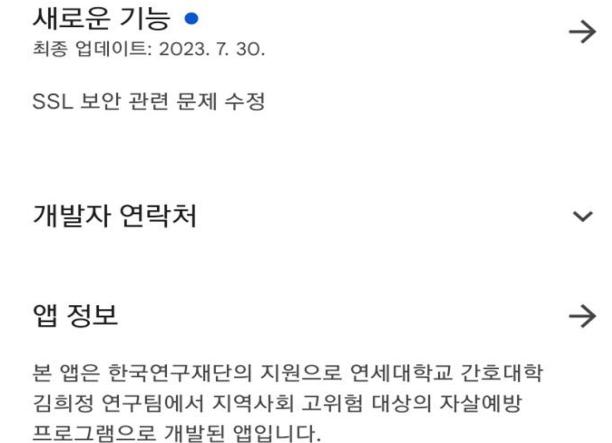
자살예방 프로그램  
**eRAPPORT© 모바일 앱**

# 앱 다운로드

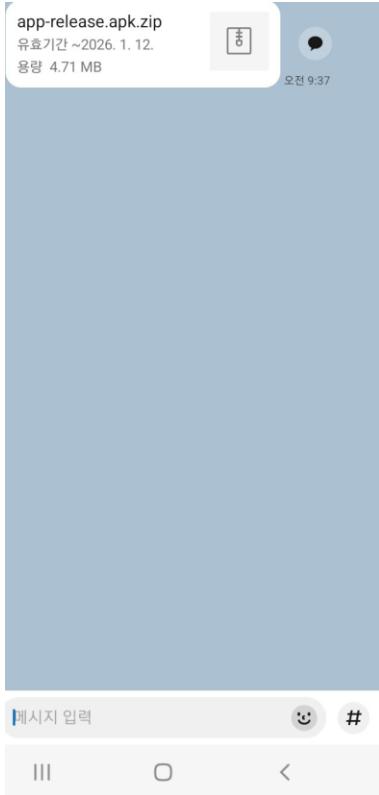
① Android(Google Play Store): Zip File로 제공



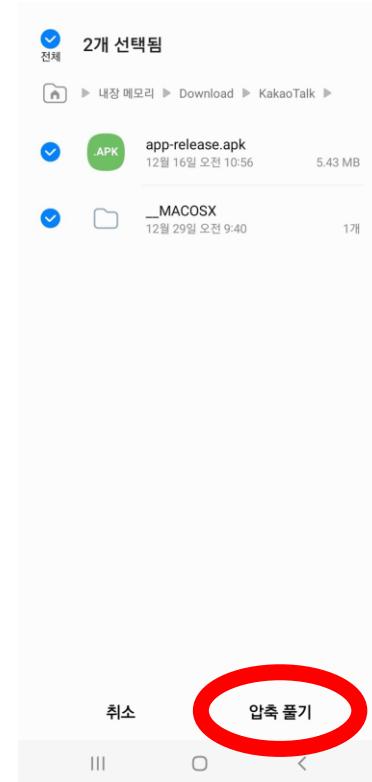
② iOS(Apple App Store): eRAPPORT 검색



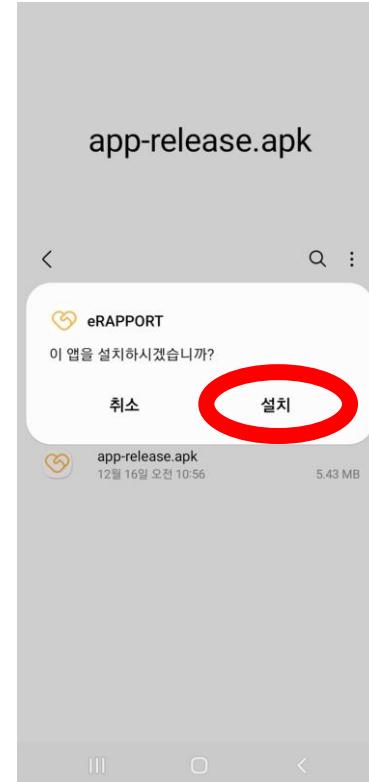
# Android 앱 설치 방법



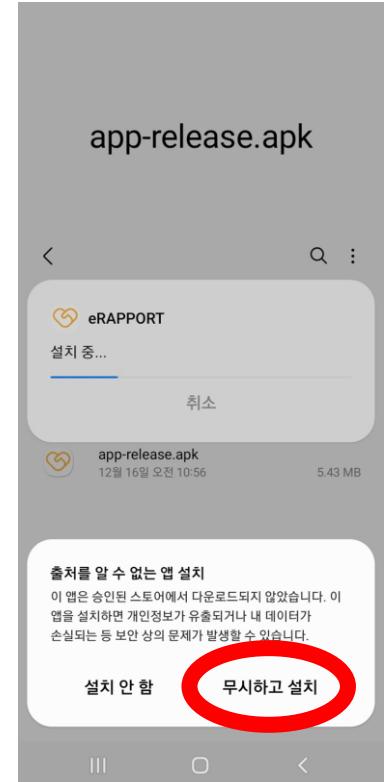
① 카카오톡으로 받은 Zip 파일을 다운로드합니다.



② 2개 항목을 모두 선택하여 '압축 풀기'를 실행합니다.



③ '압축 풀기' 후 '설치'를 클릭합니다.

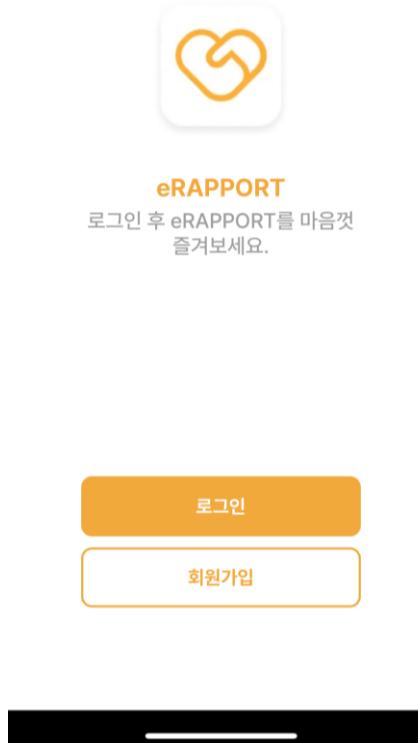


④ '무시하고 설치' 클릭 시 앱 설치가 완료됩니다.

# iOS 앱 설치 방법



① App Store에서  
'eRAPPORT' 검색 후  
다운로드 합니다.

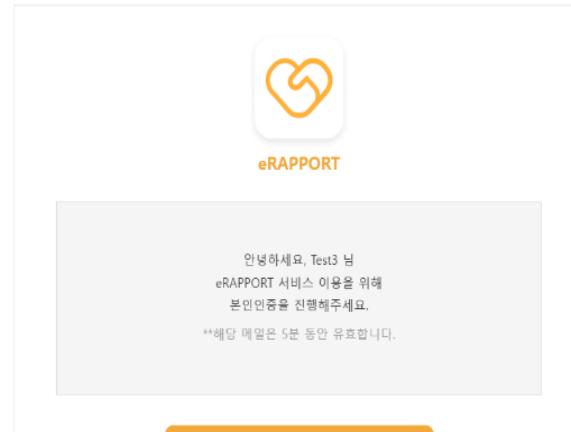


② 다운로드 후  
앱을 실행합니다.

# 회원가입 절차



1. 이용약관 및 개인정보 수집 동의
2. 닉네임(연구팀으로부터 부여 받은  
닉네임 “이라포00”)
3. 이메일 등록 (“Google mail 만 가능”)
4. 비밀번호 설정
5. 기본정보 등록



6. 인증메일 확인 후 인증 번호 입력
7. 회원가입 완료

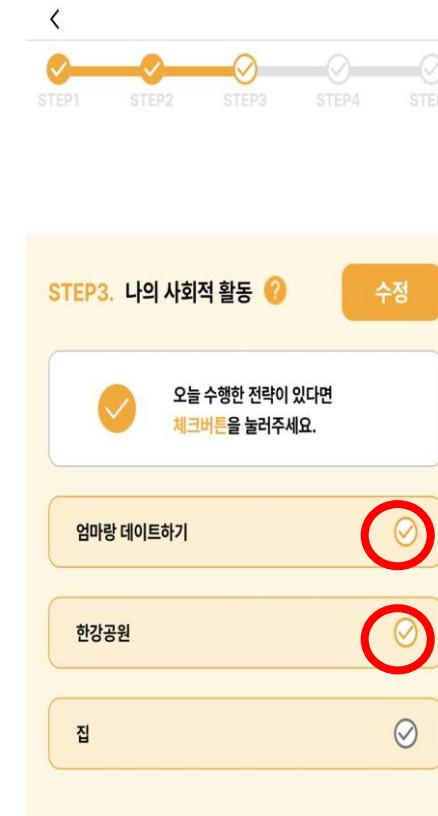
# 안전 계획 작성하기



The screenshot displays the five steps of the safety plan creation process. Each step is shown in a separate card with a progress bar at the top. Step 1: "나의 위험징후" (My Risk Signs) includes options like 비오는날, 사랑하는사람과의 이별, and 시험기간. Step 2: "나의 대처 전략" (My Response Strategy) includes 운동하기, 산책하기, 책읽기, and a note about checking a button if performed. Step 3: "나의 사회적 활동" (My Social Activities) includes 엄마랑 데이트하기, 환경공원, and 집. Step 4: "나를 도와주는 사람들" (People Who Help Me) lists Call3, Call2, and Call1. Step 5: "환경안전 개선계획" (Environmental Safety Improvement Plan) includes 집 밖에 나오기. Each step has a "수정" (Edit) button at the top right.

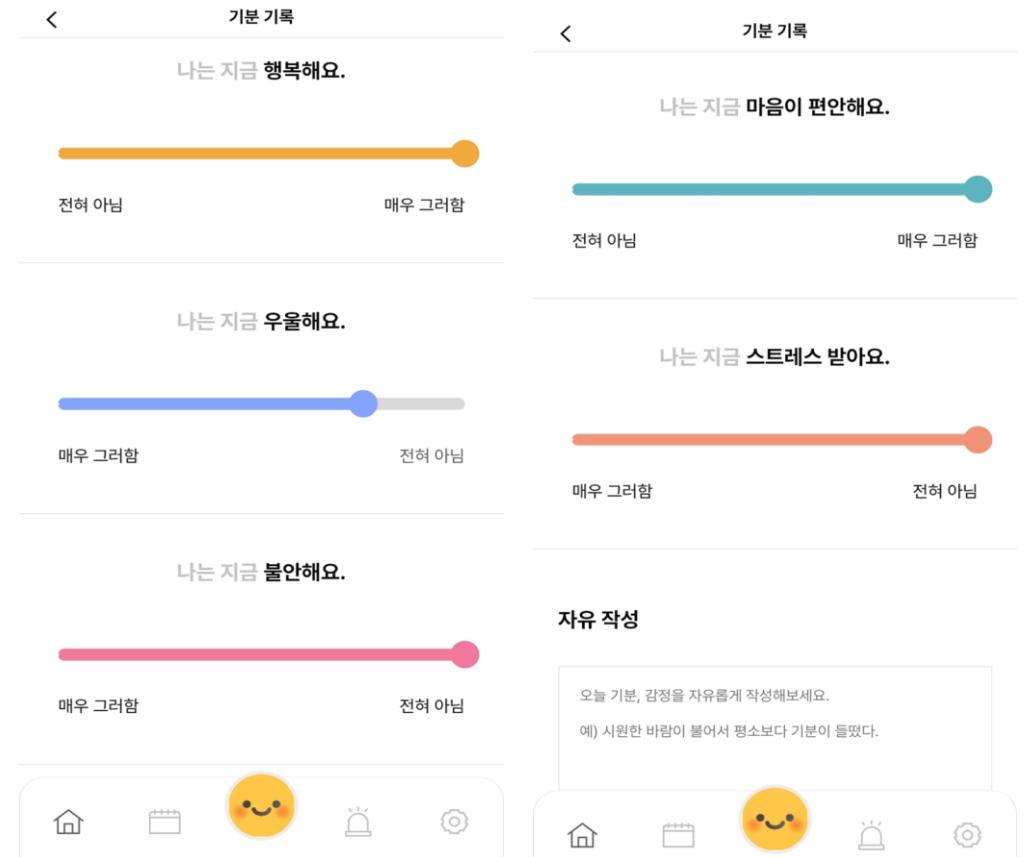
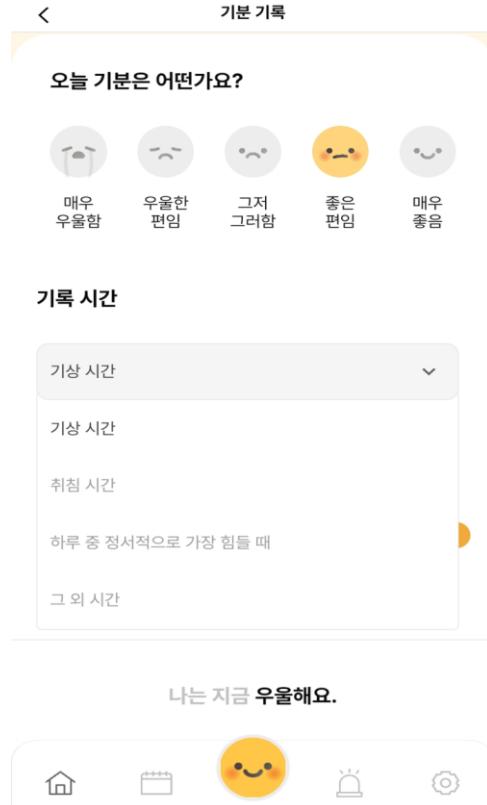
1. Step1. 나의 위험징후
2. Step2. 나의 대처 전략
3. Step3. 나의 사회적 활동
4. Step4. 나를 도와주는 사람들
5. Step5. 환경안전 개선계획

# 안전 계획 수행하기



수립한 안전 계획 중  
오늘 수행 한 항목이 있다면 체크!

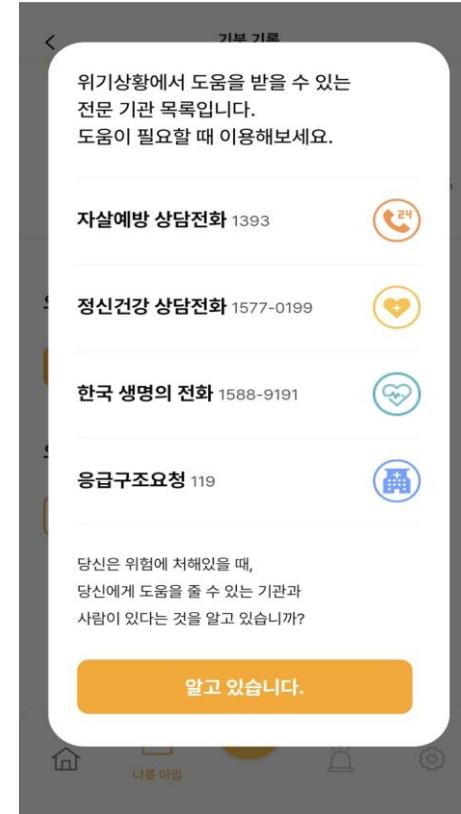
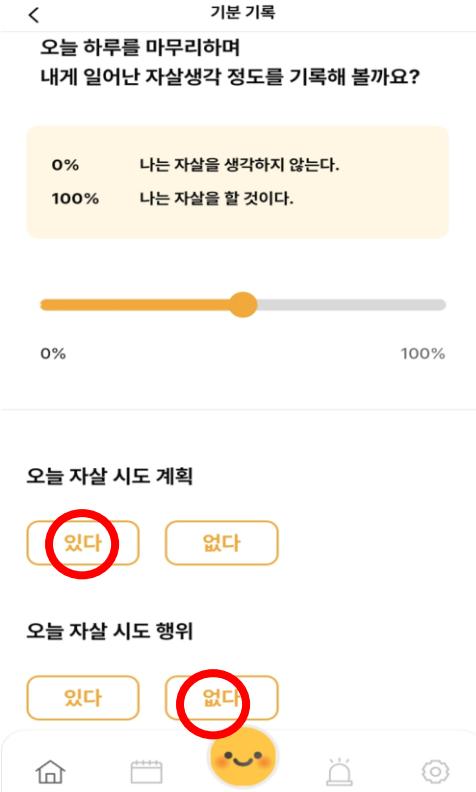
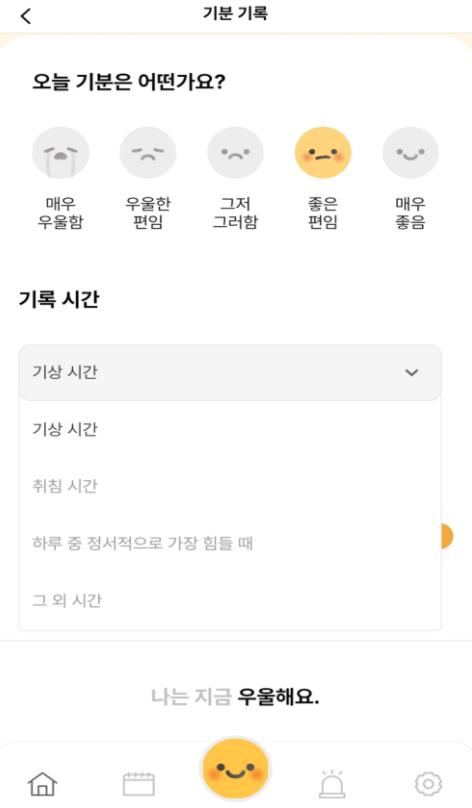
# 감정기록하기



1. 하루에 세번 이상 감정기록하기

2. 다섯가지 질문에 대해 슬라이드바로 답변
3. 추가로 기록하고 싶은 내용은 [자유작성]에 기입

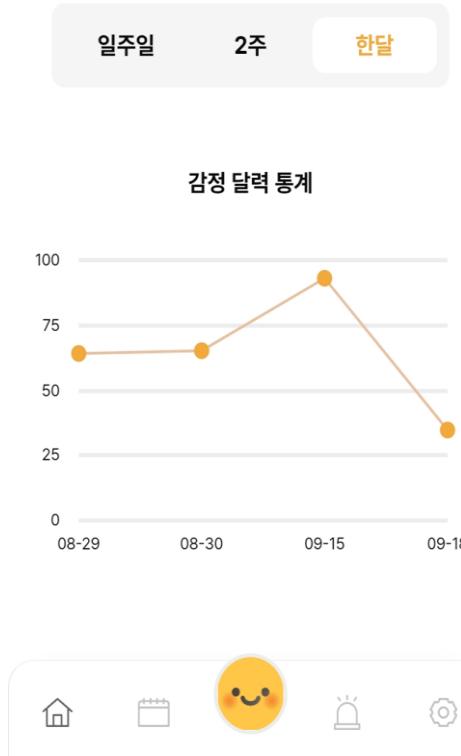
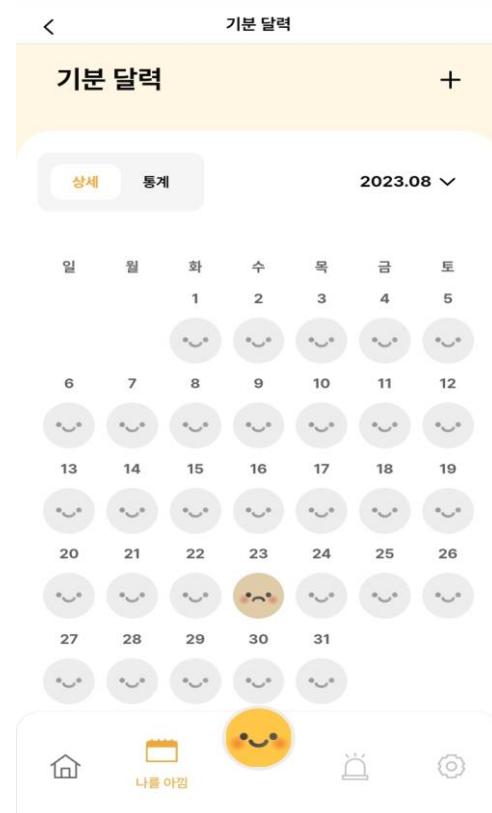
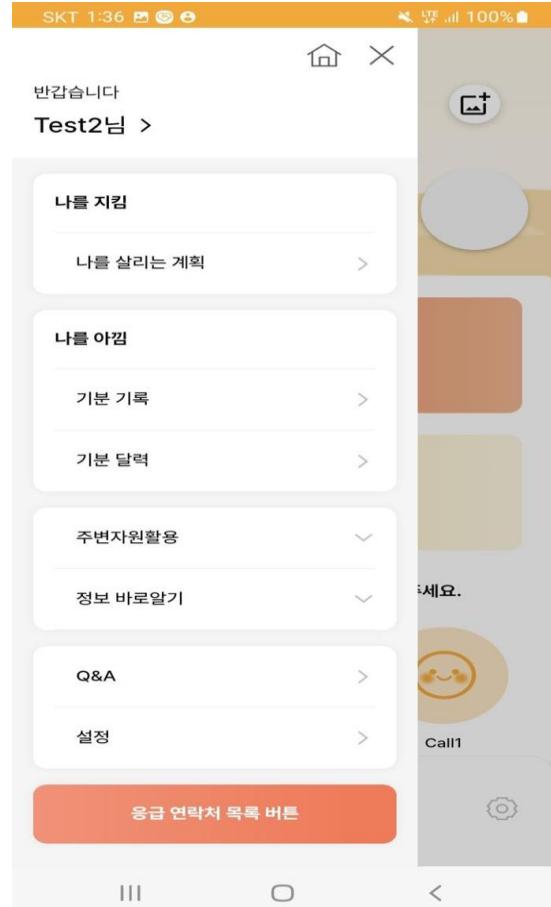
# 감정기록하기



4. 하루 중 [취침시간]에 감정기록 할 경우

5. 다섯가지 감정기록 후 자살생각에 대한 기록 추가
6. [자살시도 계획] 또는 [자살시도 행위] 중 하나라도 [있다]로 답변 할 경우 헬프라인 팝업 발생

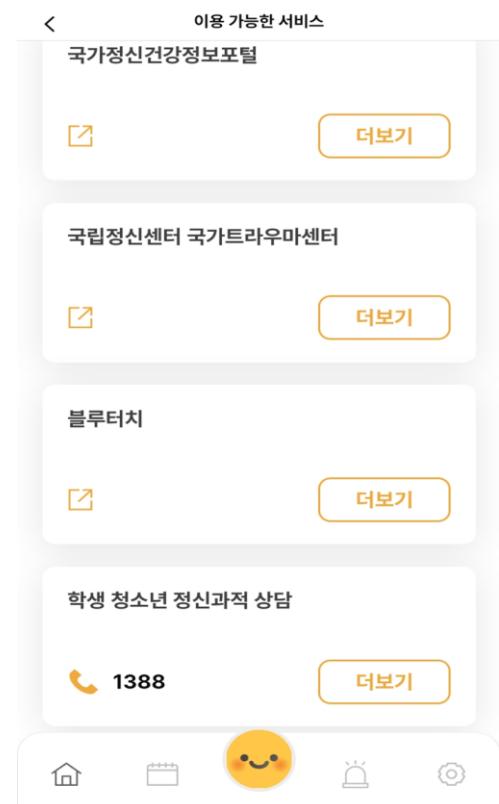
# 기분달력



1. 상세: 하루 동안 입력한 기분 중  
가장 최근 값

2. 통계: 입력한 감정기록들의 통계 값

# 주변자원활용 & 정보 바로알기



1. 주변자원활용  
→ 이용 가능 서비스

2. 정보 바로알기 → 자살예방 수칙  
3. 정보 바로알기 → 자살, 오해와 진실

# 비상 연락처



eRAPPORT

앱 사용 중 어려움이 있으시다면 편하게 연락 주시기 바랍니다.

- 연구 책임자: 김희정
  - 전화번호: 02-2228-3273
  - 이메일: [hkim80@yuhs.ac](mailto:hkim80@yuhs.ac)
- 연구 담당자: 박은주
  - 전화번호: 02-2228-3271
  - 이메일: [ysnur.hjk@gmail.com](mailto:ysnur.hjk@gmail.com)