

# 系統簡介

組 別：第 114207 組

專題名稱： 日記之森

指導教師： 林宏仁老師

專題學生： 11336016 陳柏任、11336023 朱羿安、11336028 呂其翰、11336031 黃芊瑜

## 一、前言

現代社會中，愈來愈多人面臨憂鬱與孤獨的問題，根據衛福部截至 2024 年的調查統計，台灣每 4 人就有 1 人面臨心理健康問題。心理健康為人們最重要的基礎之一，不但影響人的思考、生活品質，也可能導致至焦慮、憂鬱、飲食失調、自殺等問題。傳統的心裡諮商方式，需要花費較高的金錢及時間考量，人們希望更便利及有效率的方式來進行心理諮商，比較之下，AI 心理諮商在即時性及方便性的優勢較大，因此心理諮商輔助工具需求增加。

系統目標：

- 1.降低心理諮詢門檻
- 2.AI 情緒分析
- 3.了解情緒變化
- 4.培養正向心理習慣

預期成果：

- 1.降低心理諮詢門檻
- 2.AI 情緒分析
- 3.了解情緒變化
- 4.培養正向心理習慣

## 二、系統功能簡介

- 1.註冊／登入：通過 Email 進行註冊與登入。
- 2.寫日記：寫下心情日記。
- 3.情緒分析：提交日記後，AI 會根據日記內容回答使用者的情緒分析。
- 4.歷史日記查詢：查看或收尋自己過去寫的日記紀錄。
- 5.AI 互動：使用者可以與 AI 談心互動。
- 6.收藏：可以收藏日記或貼文以便未來查閱。
- 7.社群貼文：可以在社群發表貼文。
- 8.留言：可以在社群貼文下留言。
- 9.舉報機制：檢舉不當貼文或留言。

### 三、系統使用對象

有心理壓力的人以及對心理健康有關注有動機的人群。

### 四、系統特色

- 1. 日記情緒分析
- 2. AI 助手
- 3. 了解情緒變化
- 4. 社群
- 5. 突破傳統諮商限制，即時性與隨時可用。

### 五、系統開發工具

編輯器	Visual Studio Code
前端	HTML、CSS、JS
後端	Flask、Dify
資料庫	MySQL

### 六、系統使用環境

作業系統	Windows、Ubuntu
伺服器	AWS EC2、

### 七、結論及未來發展

日記之森希望使用者更深入了解自己的情緒，透過寫日記培養正向思考，建立穩定且健康的心理狀態。未來將持續優化情緒分析與回應品質，並與諮商所合作，為有心理壓力的人提供一個情緒抒發的空間。