

项目开题报告

姓名：万金诚

学号：19335186

专业：计算机科学与技术

1. 引言

据世界卫生组织统计，全球抑郁症发病率约11%，根据我国有关专家推算，我国抑郁症的患病率约为6.1%，中国的抑郁症患者已达9000多万，每年至少20万人因抑郁症而自杀。30年间，报告的抑郁症发病率暴增10~20倍，并且依旧呈上升趋势，现在抑郁症是世界第四大疾病，预计到2021年它将成为第二大疾病。

虽然对抑郁症已有较为有效的治疗办法，但全球只有不足一半的患者（在许多国家中仅有不到10%的患者）接受有效治疗。影响有效治疗的因素有：缺乏资源，缺乏训练有素的卫生保健人员，以及社会对精神疾患的歧视等。

《2017年中国网民抑郁症调研报告》显示50%左右的个人主要通过明星或者其他热门事件第一次接触到抑郁症，而令人讶异的是，当个人可能出现抑郁情绪时，竟只有5%的人表示会寻求专业机构或个人的帮助，而其他95%则选择忍或者跟亲友倾诉。

关键词：抑郁症；治愈；焦虑；公益

2.作品设计构思介绍

2.1 作品名称及作品logo



healer

2.2作品用途

Healer这款APP的设计初衷是为了给以抑郁症及抑郁症潜在患者为主体的，在社会与生活巨大压力下具有一定倾诉需求的人群一个适合于他们的，能够让他们在倾心相诉的同时得到专业反馈的公益性的平台。产品的设计初衷似乎已经说明了它的用途，也就是这款产品的用途在于以下几点：

1. 为那些具有倾诉需求但却无人倾诉，或倾诉之后只会被人们当作无病呻吟的人们提供一个理解的、专业的平台，不仅可以倾诉心中感受，还会得到专业人士抑或已经从抑郁中走出来的人们的反馈，与他们进行交流沟通。
2. 为希望帮助抑郁症患者的社会公益群体，公益机构以及政府医务医疗机构提供平台，通过这种方式帮助饱受困扰的他们。
3. 为那些在该软件或社会各界帮助下走出抑郁症困扰，并有心帮助其他正深受其害的人们的朋友们提供一个回馈于社会的机会。

2.3作品受众

受众主要为抑郁症患者和抑郁症潜在患者，以及作为救援方的专业心理咨询人员及抑郁痊愈患者。

2.4作品使用说明

移动设备发展到现在，人们大都已经使用过很多的社交软件，因此使用Healer会很容易上手，因为Healer同样属于社交软件，只不过使用群体不那么相同。那么具体的使用我们初步设计如下：

- APP的初始页面的主要内容为APP名及其LOGO——不仅包含了Healer的首字母，两只手相牵也寓意着人与人之间的相互关怀，以及社会对于抑郁症的关注和理解。另外，APP会随机播放设定好的治愈系音乐片段。
- 在登陆与注册操作上与其它APP的差别不大，唯一的差别在于需要选择用户是作为倾诉者还是聆听者（治愈者），并且治愈者需要通过认证。
- 聆听者点击星球后系统自动匹配正在寻找聆听者的倾诉者并建立倾诉小屋。对Healer仅提供用户编号用于紧急情况下向警方提供。当倾诉者言辞中出现危险词句时出现感叹号预警，防止聆听者没注意到。
- 当聆听者发现倾诉者有危险行为倾向时可即时向后台人员反馈，后台人员收到消息后会通知healer、查看聊天记录并跟进确认后会将进行报警；若聆听者或倾诉者认为电话沟通更为有效也可选择电话沟通（倾诉者可选择变声）；若（经过认证的）聆听者认为对方属于无端寻衅或撩骚，可进行举报，经平台管理人员确认后将予以警告或封号；若有改进建议可即时反馈。
- 如果在一定时间内得不到后台回应（保证在极少数情况下），且不能阻止用户危险行为时可报警，请及时点击初次反馈，若在2分钟内得不到回应且危险尚存在或情况十分紧急，可选择紧急反馈，后台将自动报警。

3.可行性分析

3.1 受众分析

海明威吞枪自尽、张国荣从24楼一跃而下、阮玲玉留下“人言可畏”的遗言后服药自尽、海子、顾城、乔任梁.....

抑郁症患者日益增多，而目前医疗方面却没有给出完善的治疗方案，这也就导致越来越多的人承受着抑郁带来的痛苦而无法解脱。这些人就是作品想要救援帮助的人，即我的APP想要推广面向的一部分人。

3.2用户调查

然而，在近期的调查表明，在抑郁症发病率日益上升的情况下，大多数人却依旧对它知之甚少。

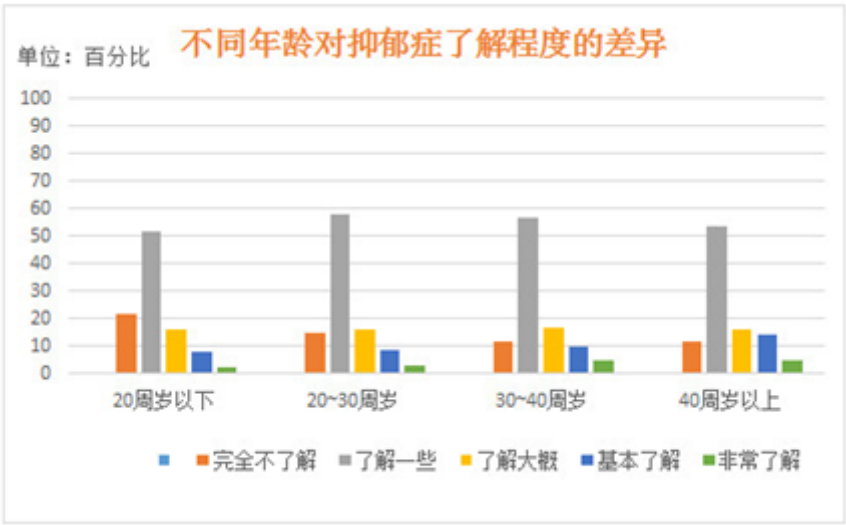


表1.不同年龄对抑郁症了解程度的差异

此外，目前医疗方面也基本没有构建出成熟的系统来治疗抑郁症患者。

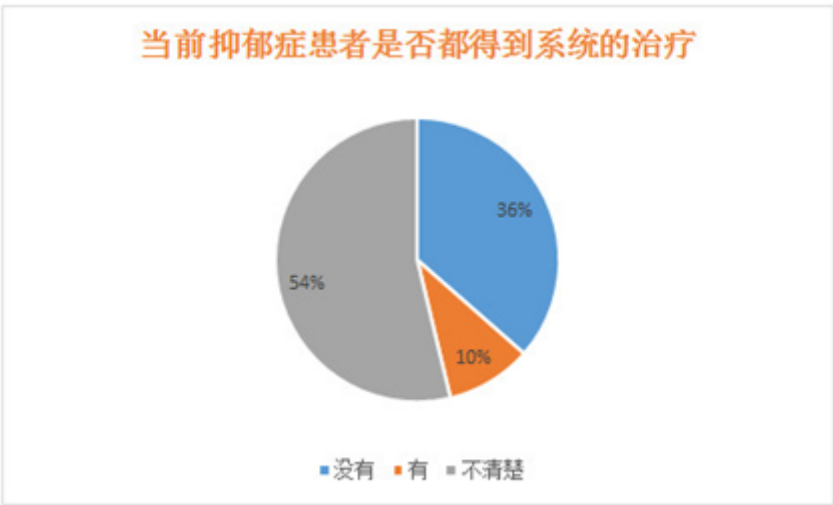


表2.抑郁患者已得到系统地治疗的比例

更严重的是，调查结果显示，大部分人遇到情绪长期低落时，都是默默忍受或找亲人朋友倾诉，很少会寻求专业的帮助，这也就导致他们很可能无法采取正确的方式面对抑郁，从而引发抑郁症及更严重的后果。比如张国荣、乔任梁和金钟铉都是很典型的例子。

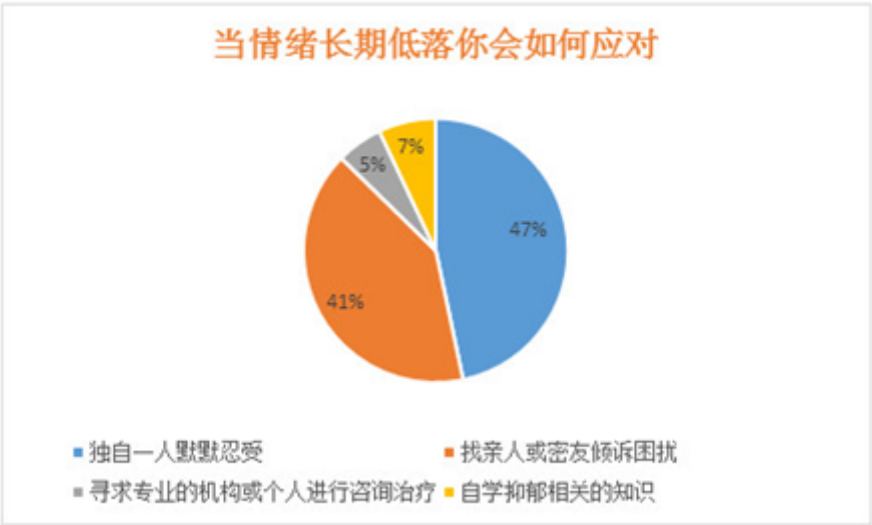


表3.潜在抑郁患者应对低落情绪的反应

而我们的APP就能很好地从以上三点切入来救助抑郁症患者。针对第一点，APP会普及大量抑郁症相关的知识，同时你也可以通过和专业的心理咨询人员沟通来判断自己的心理状况。对于第二点，当你一旦被确认患上抑郁症，与你对接的专业人员就会为你提供合理的专业性指导甚至现实可行的治疗方案。第三点则是我的APP的初衷，为长期处于低落情绪的人提供与专业人员交流的平台，让他们不必再独自默默承受负面情绪；同时由于在交流过程中，不会暴露双方的身份，因此不用在意他人的眼光，可以更安心地接受治疗。

3.3竞品分析

目前市场上没有一款专门关注抑郁症，并且提出让专业的心理咨询师与匿名抑郁症患者沟通交流，为其提供合理的指导甚至实际可行的治疗方案的公益型APP。

大部分有关关注抑郁症的APP都侧重在抑郁症自评和自我心情的记录上，并没有提出切实的治疗抑郁的方法；而看上去较为专业的APP，都倾向于医院的治疗方式，并且都是商业性质的APP，无法打消抑郁症患者对治疗的恐惧，使他们难以与倾听者建立起友好的关系。

目前与我设想的APP相类似的有松果倾诉和心灵密友。

	松果倾诉	心灵密友
功能	1对1匿名通话，24小时真人在线倾听；通话变声，隐私安全有保障	个性化定制，疏解师信息全面且正规，一对一聊天疏解
使用流程	选择倾听者，下单，通话	选择性别、年龄、婚姻状况，选择疏解师，下单，打电话
缺点	消息弹出的频率高；收费较高，通话1小时至少要花200人民币；指导的专业性不明	没有匿名，没有变声处理，个人隐私得不到保障

3.4技术可行性

该APP的实现，汇聚了计算机专业的很多内容，包括：机器学习与神经网络、数据库、操作系统与接口、自然语言处理等。

3.5盈利分析

由于不想对抑郁患者造成额外的负担，本APP决定采用公益的形式，即对用户完全免费，不收取任何费用。

那么APP要如何维持并运行下去呢？作为一款公益型APP，必然需要获取社会各界的支持，因此我决定争取到相关慈善机构以及公益基金会的支持。

目前相关且较出名的慈善机构有“关爱抑郁症公益联盟”和“北京尚善公益基金会”。

青音是关爱抑郁症公益联盟的发起人。2014年，青音搭建了一个有效的心理帮扶平台，让她的心理咨询师的同行们和大量需要科学的心理指导和咨询的人们能快速找到彼此；帮助有需求的普通人找到靠谱的心理咨询师，也帮助心理咨询师们找到有咨询需求的来访者。青音女士的做法与我们不谋而合，相信她会愿意与我们携手，一同帮助抑郁症患者。

北京尚善公益基金会由毛爱珍女士成立，她的儿子尚于博，因患抑郁症，在北京跳楼自杀身亡，年仅28岁。2012年，毛爱珍女士从丧子的震痛中站起来，将对自己独子的挚爱转化为对更多抑郁症患者的关爱。北京尚善公益基金会自成立以来资助了许多公益机构，相信他们也会与我们共同合作，救援抑郁症患者。

除此此外，我还会考虑许多其它像中华社会救助基金会、中国心理卫生协会等的公益基金会或组织。另外我们还可以向社会各界人士发出募捐。一方面增强大家对抑郁症的认识，一方面邀请大家为救援抑郁症患者出一份力。

4.总结

抑郁症患者日益增多，越来越多的人承受着抑郁带来的痛苦而无法解脱。一个适合于他们的，能够让他们在倾心相诉的同时得到专业反馈的公益性的平台是未来生活中必不可少的。给予抑郁症患者充分的关怀，聆听他们的心声，在专业的心理疏导和药物治疗下，抑郁症是完全可以战胜的，这正是产品的设计初衷。在经济快速增长，社会生活压力日益增长的今天，人的内心世界越来越被人忽视。我能够通过这个APP呼吁大家更多地关心人类的内心世界，让每个抑郁症患者能够被倾听，让所有抑郁症患者走出病情。

5.参考资料

- [1] 王兴成. 心理护理对抑郁症患者情绪及自我接纳的影响 [J]. 中国健康心理学杂志, 2014, (10) : 1522-1523, 1524.
- [2] 胡立红, 时德菊. 心理护理在临床治疗 72 例抑郁症患者中的应用 [J]. 国际护理学杂志, 2015, (13) : 1737-1739.
- [3] 《2017年中国网民抑郁症调研报告》
- [4] 刘赅秀.原生家庭视角下的大学生心理健康教育探究 [J]. 科教导刊 (中旬刊), 2018 (6) : 166-167.
- [5] 于彩艳.心理护理干预及健康宣教对肺癌患者癌性疼痛及生活质量及生存质量影响[J].实用临床护理学电子杂志,2016,4(3):113- 114.

