

~~心情溫度計APP下載示範~~



~~心情溫度計APP下載示範~~

心情溫度計

定期檢測心情 即時提供資源協助
搭配心理健康秘笈 你我成為守門人

心情溫度計(簡式健康量表)之介紹

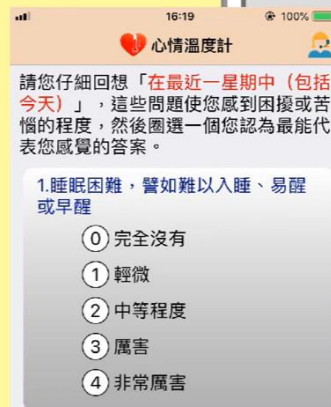
掃描下載



FREE

 社團法人台灣自殺防治學會

 全國自殺防治中心



~~心情溫度計APP下載示範~~

01

開啟軟體



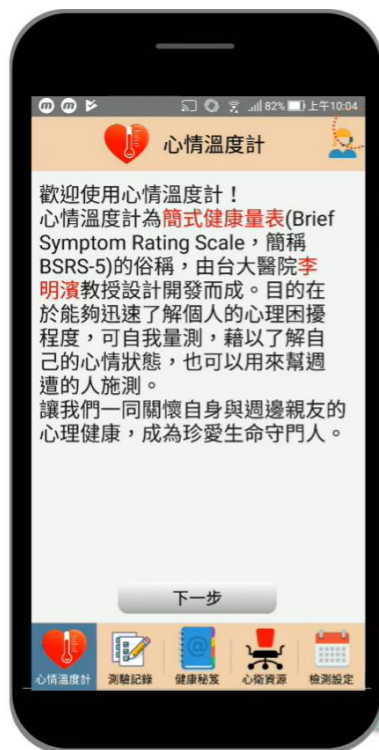
打開APP
進入歡迎畫面



~~心情溫度計APP下載示範~~

02

進行測驗



該測驗為
簡式健康量表
Brief Symptom Rating Scale



~~心情溫度計APP下載示範~~

02

進行測驗



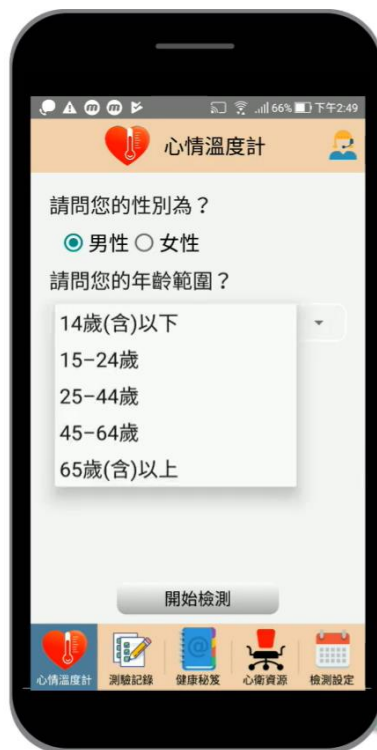
該測驗為
簡式健康量表
Brief Symptom Rating Scale



~~心情溫度計APP下載示範~~

02

進行測驗



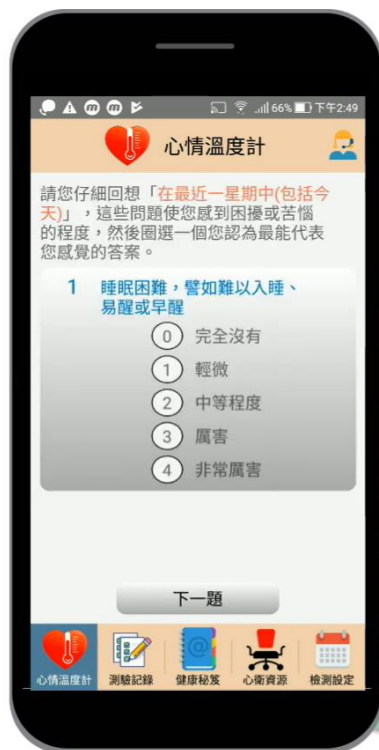
該測驗為
簡式健康量表
Brief Symptom Rating Scale



~~心情溫度計APP下載示範~~

02

進行測驗



請使用者回想
最近一星期內
心情困擾程度



~~心情溫度計APP下載示範~~

02

進行測驗



請使用者回想
最近一星期內
心情困擾程度

完全沒有 輕微 中等程度 厲害 非常厲害

0 1 2 3 4



~~心情溫度計APP下載示範~~

02

進行測驗



請使用者回想
最近一星期內
心情困擾程度



完全沒有 輕微 中等程度 厲害 非常厲害

0 1 2 3 4



~~心情溫度計APP下載示範~~

02

進行測驗



請使用者回想
最近一星期內
心情困擾程度



完全沒有 輕微 中等程度 厲害 非常厲害

0 1 2 3 4



~~心情溫度計APP下載示範~~

02

進行測驗



請使用者回想
最近一星期內
心情困擾程度



完全沒有 輕微 中等程度 厲害 非常厲害

0 1 2 3 4



~~心情溫度計APP下載示範~~

03

測驗結果



▲第六題-(有無自殺意念)
為單項評分!
評分為2以上(中等程度)時
宜尋求專業諮群或接受精神科治療

0 - 5 分

身心適應良好

6 - 9 分

輕度
情緒困擾

10 - 14 分

中度
情緒困擾

15 分以上

重度
情緒困擾



~~心情溫度計APP下載示範~~

03

測驗結果



分數、等級、長條圖
視覺化一目了然

0 - 5 分

6 - 9 分

10 - 14 分

15 分以上

身心適應良好

輕度
情緒困擾

中度
情緒困擾

重度
情緒困擾



~~心情溫度計APP下載示範~~



測驗記錄

~~心情溫度計APP下載示範~~

04

測驗記錄



每筆測驗結果
會依新到舊排序



~~心情溫度計APP下載示範~~

04

測驗記錄



每筆測驗結果
會依新到舊排序



~~心情溫度計APP下載示範~~

04

測驗記錄



讓使用者了解
自己的心情起伏



~~心情溫度計APP下載示範~~



健康秘笈



~~心情溫度計APP下載示範~~

05

健康秘笈



[電子書]
自殺防治手冊
可直接點擊觀看



~~心情溫度計APP下載示範~~

05

健康秘笈



[電子書]
自殺防治手冊
可直接點擊觀看



▲觀看時記得開啟網路連線喔!



~~心情溫度計APP下載示範~~

05

健康秘笈



[影音]
心理健康影音
可直接點擊觀看



▲觀看時記得開啟網路連線喔!



~~心情溫度計APP下載示範~~



心衛資源



~~心情溫度計APP下載示範~~

06

心衛資源



使用者
可自行選擇地區



~~心情溫度計APP下載示範~~

06

心衛資源



顯示該區 心衛資源服務



~~心情溫度計APP下載示範~~



檢測設定



~~心情溫度計APP下載示範~~

07

檢測設定



使用者
可自行設定
檢測提醒時間



~~心情溫度計APP下載示範~~

07

檢測設定



透過手機
行事曆
發送提醒



~~心情溫度計APP下載示範~~

07

檢測設定



新增刪除都easy



~~心情溫度計APP下載示範~~

08

求助資源



此頁提供
心理諮詢服務專線

☺歡迎分享給需要的朋友們☺

~~心情溫度計APP下載示範~~



心情溫度計

iOS/Android
即刻掃描下載



全國

報告完畢
感謝聆聽