

# 삶을 개선하기 위한 첫걸음



AI.SW/경영학과 20251518 김대한

# CONTENTS

CHAPTER 01 | 체감하던 문제점

CHAPTER 02 | 소프트웨어 소개

CHAPTER 03 | 기대 효과

CHAPTER 04 | 추가할 사항이나 아쉬웠던 점

# 체감하고 있는 문제점

"대학교를 입학한 후"

01

집 청소



02

과소비



03

늦잠



04

지각



# 습관

"무의식적으로 반복되는 행동"

1. 잘못된 습관은 스스로 인지하기 어렵다.
2. 변화에 저항해 새로운 행동이나 성장을 방해한다.
3. 단기적인 편안함에 중독되어 장기적으로는 손해를 주는 선택을 계속하게 만든다.

# [습관개선어플]

제작 과정 5단계 세분화

```
app.py > ...
1 import os
2 from openai import OpenAI
3 import streamlit as st
4
5 # 키는 무조건 제거하고 환경 변수 or secrets로 처리해야 함.
5 os.environ["OPENAI_API_KEY"] = st.secrets['API_KEY']
7 client = OpenAI(api_key=os.environ.get("OPENAI_API_KEY"))
8
```

## 1단계: API 키를 안전하게 불러오기

이 프로그램은 OpenAI API를 사용하기 때문에 키가 필요함  
하지만 코드 안에 직접 적으면 위험하니 Streamlit의 secrets 기능을  
이용해서 숨겨진 상태로 불러옴.

A screenshot of a web browser window titled "localhost:8502". The page has a dark background with white text. At the top, there is a header with icons for search, refresh, and user profile, along with a "Deploy" button and three dots. The main content area features a large title "좋지 못한 습관을 개선해드립니다" (We will help you improve your bad habits). Below it is a question "어떤 습관을 가지고 계신가요?" (What habit do you have?) followed by a text input field containing "ex) 늦잠". A button labeled "개선안 듣기" (Don't listen to improvement advice) is located below the input field. In the bottom left corner of the main content area, there is a callout box with the text "2단계: 사용자에게 습관 입력받기" (Step 2: Receive habit input from the user). In the bottom right corner, there is a link to "Windows 정품 인증" (Windows Product Activation) with the subtext "[설정]으로 이동하여 Windows를 정품 인증합니다." (Move to [Settings] to activate Windows as genuine).

좋지 못한 습관을 개선해드립니다

어떤 습관을 가지고 계신가요?

ex) 늦잠

개선안 듣기

2단계: 사용자에게 습관 입력받기

화면에 입력창을 만든 뒤 사용자가 “고치고  
싶은 습관”을 적을 수 있게 함.

Windows 정품 인증  
[설정]으로 이동하여 Windows를 정품 인증합니다.

# 좋지 못한 습관을 개선해드립니다

어떤 습관을 가지고 계신가요?

늦잠

개선안 듣기

습관 개선 파트: 늦잠 극복하기

## 1. 수면환경 개선

- 침실의 온도와 조명을 조절하여 쾌적한 수면 환경을 조성하세요.
- 전자기기 사용을 줄이고, 취침 30분 전에는 스마트폰을 멀리 두세요.
- 편안한 침구를 사용하여 수면의 질을 높이세요.

## 2. 수면 패턴 조정

## 3단계: AI가 습관 개선 방법을 작성

사용자가 입력한 습관을 AI에게 보내고  
AI가 그 습관을 어떻게 고치면 좋은지  
항목별로 보기 좋게 정리해서 만들어 줌.

인증

Windows를 정품 인증합니다.

```
# 2) “개선된 모습” 프롬프트 자동 생성
improved_prompt_msg = client.chat.completions.create(
    messages=[
        {"role": "system",
         "content": "사용자가 입력한 나쁜 습관이 완전히 개선된 후의 모습을 시각적으로 묘사한 이미지 프롬프트를 만들어줘. "
                    "사진 스타일로 자연스럽고 긍정적인 분위기를 강조해."},
        {"role": "user", "content": habit},
    ],
    model="gpt-4"
)
improved_prompt
```

## 4단계: 개선된 미래 모습에 대한 이미지 문장 만들기

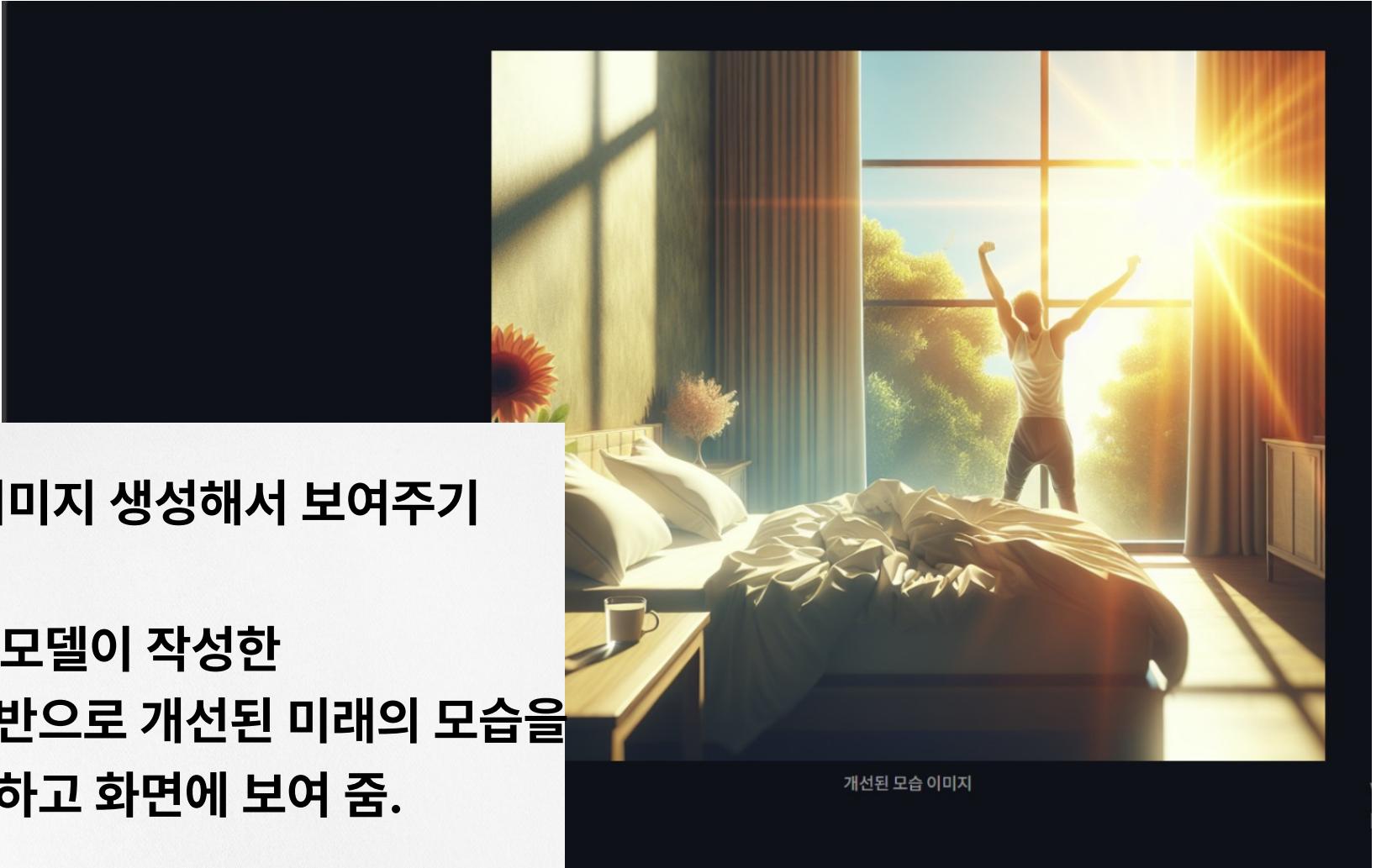
```
# 3) 개선된 모습 이미지 생성
image = client.images.generate(
    model="dall-e",
    prompt= improved_prompt_msg,
    size="1024x1024",
    quality="standard",
    n=1,
```

**그 다음에는 “그 습관을 완전히 고친 후의 모습”을  
AI가 작동할 수 있도록 조건적으로 삽입.**

```
image_url = image.data[0].url
st.write(result)
```

**5단계: 실제 이미지 생성해서 보여주기**

마지막으로 AI모델이 작성한  
프롬프트를 기반으로 개선된 미래의 모습을  
이미지로 생성하고 화면에 보여 줌.



# [기대 효과]

## 개선으로 인한 효과

1. 불규칙적인 생활습관을 개선할 수 있고 더 나아가 건강과 학업에도 긍정적인 영향을 받을 수 있다.

2. 사용자는 개인의 발전에서 이득이며 개개인의 가치가 올라간 사회는 전체적으로 이득이다.

## AI를 활용하여 나타나는 효과

1. 생성형 AI의 방대한 데이터를 통해 혼자서 파악하기 힘든 개선 결과들을 찾을 수 있다.

2. 본인이 개선하고자 하는 방안과 AI의 방안을 비교하여 약점을 보완해 나갈 수 있다.

## **[아쉬웠던 점, 추가적인 탐구]**

**소프트웨어 기능과 활용이 미숙하여 프로젝트 제안서의 기능을 모두 구현하지 못하여 아쉬웠다.**

**추가적인 활동을 더 진행하게 된다면 어플의 활용과 판매가 어떻게 이루어지는지~**

**발표를 들어주셔서 감사합니다**

