

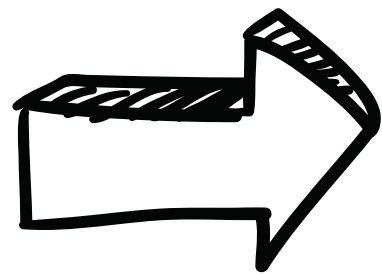
시를 활용한 감정일기

경영학부 1학년 윤성재

목차

- 01 추진배경
- 02 기존 감정일기 앱의 한계
- 03 기술활용
- 04 핵심기능소개
- 05 앱 시연 설명
- 06 기대효과
- 07 아쉬운 점 & 마무리

추진배경



정신건강

추진배경

정신건강 문제 급증

최근 청년층에서는 우울감, 불안, 스트레스가 급격히 증가하고 있습니다. 사회의 변화 속도와 미래의 불확실성이 심리적으로 압박 작용을 하고 있습니다.

상담 접근성 한계

정신건강 상담은 접근성이 낮고, 시간 및 비용 부담이 큼니다. 바쁜 일정 속에 예약조차 쉽지 않은 현실입니다.

감정 기록의 중요성

감정을 꾸준히 기록하고 돌아보는 것은 우울감과 불안감을 줄이는데 매우 효과적이며, 자신의 감정패턴을 파악하는 데 큰 도움이 됩니다.

기존 앱의 한계점



기술활용

사용자 입력



맥락 이해



월간 요약, 조언



감정 분석
(GPT-5o)



공감 대화 생성

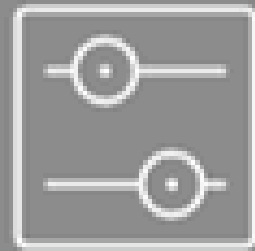


챗봇의 핵심 기능



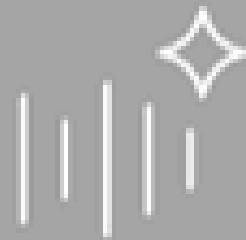
감정 입력

감정을 쉽고 빠르게 선택하거나 직접 입력합니다.



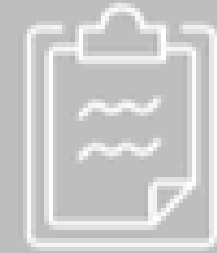
감정 강도

감정의 강도를 1부터 100까지 선택합니다.



AI 공감 대화

입력된 감정에 맞춰 AI가 맞춤형 대화를 제공합니다.



자동 일기 저장

대화 내용을 포함한 감정 기록이 자동으로 저장됩니다.



월간 요약

일주일 감정을 AI가 정리하고 간단한 조언을 제공합니다.



앱 시연

기대 효과



감정을 기록하는 습관을 통해
자가 치유력 향상

5분 투자로 심리관리
시간 단축

감정패턴 분석을 통해
우울증, 불안증세 완화

기대 효과



정신적 질병 예방률 상승

접근성 향상 및
상담 수요 부담 완화

공공 의료비 절감 효과

기대 효과



정서기반 개인화 서비스
확장가능

AI 시장의 정신건강
시장 진출

헬스케어 사업과의
협업

느낀 점

그래프를 통한 감정 추이, 사용자의 상태를 병원과의 공유, 자동 신고 서비스 등 구상한 아이디어가 몇 개 있지만, 아직 실력이 미흡해 다 담아내지 못한 것이 아쉽게 느껴졌습니다.

감사합니다