**'마음의 나침반' 프로젝트 최종 기획서**

**1. 프로젝트 비전: 길 잃은 MZ세대를 위한 나침반**

**문제 정의**: MZ세대는 '자기계발 콘텐츠의 홍수' 속에서 길을 잃고 있습니다. 유튜브, 숏폼 콘텐츠 등에는 '성공', '성장', '끌어당김'과 같은 키워드가 넘쳐나지만, 이는 오히려 심각한 \*\*'정보 피로 증후군'\*\*을 유발합니다. 사용자는 수많은 콘텐츠를 소비하지만 "그래서 뭘 해야 하는가"에 대한 답을 찾지 못하고 \*\*'결국 제자리'\*\*라는 좌절감을 느낍니다. 이들은 '나침반'이 아닌 '정보의 바다'에 머물러 있는 것입니다.

**우리의 해결책**: '마음의 나침반'은 감정 진단과 개인화된 콘텐츠 추천을 결합하여, 사용자가 스스로의 마음을 이해하고 성장하는 **'나만의 길'을 제시하는 개인 맞춤형 플랫폼**입니다. 기존의 파편화되고 획일적인 알고리즘 추천의 한계를 극복하고, 사용자가 내면을 탐험하고 성장하는 여정을 돕는 것이 우리의 목표입니다.

**2. 핵심 가치: 왜 '마음의 나침반'인가?**

**진정성**: 데이빗 홉킨스의 \*\*'의식 지도(The Map of Consciousness)'\*\*라는 심리학적 뼈대 위에, 유튜브 댓글 분석을 통해 얻은 MZ세대의 날것 그대로의 \*\*페인 포인트(Pain Points)\*\*를 결합하여 깊은 공감을 이끌어냅니다.

**왜 데이빗 홉킨스의 '의식 지도'인가?**: 수많은 심리학 이론 중 이 이론을 선택한 이유는 \*\*'감정의 수치화 및 단계화'\*\*에 있습니다. '의식 지도'는 인간의 감정 상태를 20(무기력)부터 1000(깨달음)까지의 수치로 체계화합니다. 이는 '불안'(100점), '용기'(200점), '사랑'(500점)처럼 감정을 명확한 단계로 구분합니다. 이 체계는 앱 사용자에게 \*\*'지금 내 마음이 어디쯤에 있는지'\*\*를 객관적으로 보여주고, \*\*'다음 단계로 나아가기 위해 무엇이 필요한지'\*\*를 명확하게 제시하는 강력한 근거가 됩니다. 단순한 감정 기록을 넘어, **'마음 근육을 기르는'**여정을 시각화하는 핵심 도구입니다.

**실용성**: 막연한 위로가 아닌, **바로 적용 가능한**실용적인 통찰과 콘텐츠를 제공하여 사용자의 실제적인 변화를 유도합니다. '무기력'에 빠진 사용자에게 '작은 성취감'을 줄 수 있는 5분짜리 콘텐츠를 추천하는 식입니다.

**확장성**: 오늘 만드는 MVP는 시작일 뿐입니다. 데이터 기반의 **AI 코칭 시스템**으로 발전하고, 궁극적으로는 **평판 기반의 콘텐츠 생태계**로 확장 가능한 명확한 로드맵을 가지고 있습니다.

**3. 오늘 목표: 1단계 MVP(최소 기능 제품) 기획**

오늘 해커톤에서는 '마음의 나침반'의 핵심 가치를 가장 빠르게 증명할 수 있는 **1단계 MVP**를 구현하는 데 집중합니다. 이는 \*\*'사용자가 자신의 길을 찾는 첫 번째 경험'\*\*을 제공하는 것입니다.

**프로덕트 상세 기획**

**A. 가이드형 온보딩 및 챗봇 (핵심 기능)**

**목적**: 사용자가 자신의 감정 상태를 객관적으로 인지하고, 개인화된 통찰을 얻는 \*\*'Aha! Moment'\*\*를 제공합니다.

**구현 방법**:

**감정 진단**: 데이빗 홉킨스의 의식 지도를 기반으로 '무기력'(20점)과 '불안'(100점) 감정을 선택하도록 합니다. 이는 사용자가 가장 많이 느끼는 고통 지점을 건드리는 전략입니다.

**심층 질문**: "무기력함은 어떤 색깔, 어떤 모양인가요?"와 같은 감각적인 질문으로 사용자의 추상적인 감정을 구체화하도록 유도합니다.

**규칙 기반 매칭**: 사용자의 답변에서 '돌덩이', '미로'와 같은 키워드를 인식하여 미리 준비된 통찰을 제공합니다. 이는 AI 모델 학습 없이도 개인화된 듯한 위로와 공감을 전달하는 핵심 로직입니다.

**B. 성장 중심의 콘텐츠 큐레이션**

**목적**: 진단된 감정 상태에 맞는 실질적인 도움을 주는 콘텐츠를 추천하여 다음 단계로 나아갈 방향을 제시합니다.

**구현 방법**:

**콘텐츠 소싱**: 유튜브에서 '무기력', '불안'과 관련된 검증된 콘텐츠를 미리 선별합니다.

**3단계 태그 시스템**: 각 콘텐츠에 \*\*①감정 태그(#무기력, #불안), ②스타일 태그(#따뜻한 위로, #실용적 조언), ③길이 태그(#5분 미만, #15분 미만)\*\*를 부여하여 추천 로직을 만듭니다.

**C. 한 줄 감정 기록**

**목적**: 사용자가 자신의 감정을 간결하게 기록하고, 스스로의 내면에 집중하는 루틴의 시작을 돕습니다.

**구현 방법**: 챗봇 대화 종료 후 "오늘의 마음은 어떤가요? 한 문장으로 기록해 보세요."라는 프롬프트를 제시하고, 입력된 텍스트를 파일로 저장합니다.

**4. 향후 확장성: 지속 가능한 비전**

**2단계 (AI 도입)**: MVP에서 쌓인 기록 데이터(사용자의 답변 및 기록)를 바탕으로 **NLP 기반의 AI 코치**를 도입하여 더욱 정교한 감정 분석과 개인 맞춤형 코칭을 제공합니다. '마음 근육 점수'와 같은 지표로 사용자의 성장을 시각화하는 기능도 추가합니다.

**3단계 (플랫폼 확장)**: 사용자가 콘텐츠에 평점을 남기는 **평판 시스템**을 구축하고, 마이크로 콘텐츠 제작자들과 협력하여 **프리미엄 구독 모델**을 도입합니다. 단순한 앱을 넘어, 콘텐츠 제작자와 사용자 커뮤니티가 상생하는 **선순환 생태계**를 구축합니다.

**[별도 자료] 사용자 여정 시나리오**

**김하나(28세)의 '마음의 나침반' 여정**

**1. 문제 인식 (Before)**

**상황**: 퇴근 후 침대에 누워 SNS를 보던 김하나는 친구들의 '성공' 스토리에 극심한 무기력함을 느낍니다. '나는 왜 이러고 있을까'라는 생각에 불안해집니다.

**행동**: 유튜브에서 '무기력 극복', '번아웃'을 검색하지만, 쏟아지는 정보 속에서 길을 잃고 결국 아무것도 시도하지 못합니다. \*\*'정보 피로 증후군'\*\*에 지쳐버린 상태입니다.

**2. 첫 만남 (온보딩)**

**앱 진입**: 친구에게 추천받은 '마음의 나침반' 앱을 실행합니다. 로그인 없이 바로 시작할 수 있어 부담이 없습니다.

**감정 진단**: 앱은 김하나에게 '무기력'과 '불안' 중 현재 상태를 묻고, 김하나는 '무기력'을 선택합니다.

**챗봇 대화**: 챗봇이 "무기력함은 어떤 색깔, 어떤 모양인가요?"라고 묻자, 김하나는 \*\*"무거운 돌덩이 같아요."\*\*라고 답합니다.

**통찰 획득**: 챗봇은 "그 무거움은 당신이 약해서가 아니라, 너무 많은 짐을 지고 가고 있다는 증거입니다."라고 답합니다. **'아, 내가 약한 게 아니었구나.'**김하나는 공감을 느끼며 다음 단계로 넘어갑니다.

**3. 솔루션 탐색 (콘텐츠 큐레이션)**

**추천 받기**: 챗봇이 "지금 당장 시도해볼 만한 작은 변화를 원하시나요?"라고 묻습니다. 김하나가 "네"라고 답하자, 챗봇은 **'무기력', '실용적 조언', '5분 미만'**태그가 붙은 유튜브 영상을 추천합니다.

**실행**: 김하나는 '방 정리만으로 무기력 극복하는 3가지 방법'이라는 영상을 보고, 5분 만에 책상 정리를 시작합니다.

**4. 작은 성취와 기록**

**성취감**: 책상 정리를 마친 김하나는 작은 성취감을 느낍니다.

**감정 기록**: 앱으로 돌아온 김하나는 '오늘의 마음을 한 줄로 기록해 보세요'라는 프롬프트에 \*\*"작은 돌덩이를 하나 치웠다."\*\*라고 기록합니다.

**5. 다음 여정 (지속적인 사용)**

김하나는 이후에도 불안함이 느껴질 때마다 앱을 찾아 자신의 감정을 진단하고, 그에 맞는 콘텐츠를 추천받아 조금씩 마음의 힘을 길러나갑니다. 궁극적으로는 **'자기 스스로의 힘으로 나만의 길을 찾아가는'**여정을 시작합니다.