마음의 나침반 프로젝트 기획서 (개정 v1.1)

1. 프로젝트 비전: 길 잃은 세대를 위한 나침반

문제 정의: 자기계발 콘텐츠의 홍수 속에서 많은 사용자가 정보 피로를 경험합니다. 숏폼/유튜브/책 등을 끝없이 소비하지만, “그래서 나는 무엇을 해야 하지?”라는 질문에 답을 찾지 못하고 결국 제자리로 돌아갑니다.

우리의 해결책: ‘마음의 나침반’은 감정 인지 → 작은 행동 제안 → 성취 기록이라는 3단계 루프를 통해, 사용자가 자기 내면을 이해하고 ‘한 걸음 실행’을 경험하도록 돕는 초경량 실행 코치입니다.

2. 핵심 가치

진정성: 유행하는 자기계발 문구가 아니라, 실제 이용자의 감정 언어와 경험에서 출발합니다.

실용성: 막연한 위로가 아닌, 5분 안에 실행 가능한 행동을 제안합니다.

안전성: 진단/등급/점수를 피하고, 사용자의 상태를 존중하는 따뜻한 언어를 사용합니다.

확장성: 초기에는 규칙 기반 매칭으로 시작하되, 기록 데이터가 쌓이면 AI 기반 코칭으로 확장할 수 있습니다.

3. 오늘의 목표: 1단계 MVP (90일 로드맵 중 Day 1)

핵심 경험: 사용자가 앱 첫 진입 후 90초 이내에 “Aha!”를 느끼고, 5분 이내에 작은 행동을 실행하며, 그 성취를 한 줄로 기록하는 것.

필수 플로우 (5화면)

감정 기류 선택 (무기력 / 불안 / 잘 모르겠어요)

메타포 입력 (예: 돌덩이, 미로, 안개)

규칙 기반 매칭 → 카드 1개 제시 (짧은 텍스트/오디오)

행동 완료 체크 (버튼 + 축하 메시지)

한 줄 기록 (오늘 마음의 기류 기록)

4. 기능 상세 (MVP v1.0)

A. 가이드형 온보딩 & 챗봇

질문 예시: “오늘 마음의 기류를 선택해 주세요.” / “무기력함을 색깔이나 물체로 표현한다면요?”

규칙 기반 응답: 키워드(돌덩이, 미로, 안개 등)에 따라 맞춤 코칭 카드 연결

카피 톤: “당신은 고장난 게 아닙니다. 오늘 필요한 건 단 한 걸음일 뿐입니다.”

B. 성장 중심 콘텐츠 카드

외부 영상 의존을 최소화, 우선은 앱 내 짧은 카드(60~90초 오디오/텍스트)제작

외부 영상은 보조 채널로만 제시 (품질 검수 필수)

카드 메타데이터: 감정태그 / 행동유형(호흡, 정리, 글쓰기 등) / 맥락(퇴근 후, 잠들기 전) / 소요시간(1/3/5분)

C. 한 줄 감정 기록

프롬프트: “오늘 마음의 기류를 한 문장으로 남겨보세요.”

기록은 즉시 시각화(달력 or 리스트) / 다음날 같은 시간에 리마인드 알림

5. 규칙 기반 매칭 테이블 (예시)

무기력 + 돌덩이 → “책상 위 한 구역 정리 3분”

무기력 + 멈춤 → “심호흡 4번”

불안 + 미로 → “뉴스/알림 끄기 10분”

불안 + 안개 → “4-4 호흡 1분”

모름 → “감정 어휘 퀵픽 카드”

모름 + 속도빠름 → “30초 몸 흔들기”

6. 지표 & 측정

Aha 도달률: 첫 세션에서 개인화 카드 확인 비율

첫 실행률: 제안된 행동 완료 체크 비율

D1/W1 리텐션: 다음날/7일 뒤 재방문율

연속 기록 유지일수 (Streak)

7. 안전 및 법적 고려

고지: “본 서비스는 정보 제공 및 자기 성찰을 돕는 도구이며, 의료적 진단이나 치료를 대신하지 않습니다.”

위기 키워드 감지 시(자책, 무가치감, 극단 표현 등) → 자동 안내 카드로 전문기관/상담 리소스 연결

개인정보 최소 수집: 비로그인 사용 가능 / 기록은 로컬 우선 저장, 동의 시 서버 업로드

8. 향후 확장 (2~3단계)

AI 코치: NLP 기반 감정 분석, 맞춤 피드백, 마음 근육 점수 시각화

커뮤니티/평판 시스템: 사용자 평가 + 제작자 협업 + 구독 모델

9. 오늘 3시간 빌드 액션 플랜

룰 테이블 v0.1 작성 (6개 규칙)

프로토타입 툴(Glide/Bubble)로 5화면 MVP 제작

카피라이팅/톤 적용

테스트 시나리오 3개 실행 및 개선 기록 작성

포지셔닝 문장 (한 줄)

마음의 나침반은, 감정의 기류를 읽고 5분 안에 ‘한 걸음’을 떼게 만드는 초경량 실행 코치입니다.