|  |
| --- |
| **1. 주제**  금연 성공률을 높여주는 사용자 맞춤 금연 도우미 앱 제안  **분반, 팀, 학번, 이름**  (가)반, 9팀, 20241981, 정윤서 |

|  |  |
| --- | --- |
| **2. 요약**  이 프로젝트는 근본적으로 금연을 실천하는 사람들이 성공할 수 있도록 도와주는 것을 목표로 합니다.  프로젝트의 핵심적인 기능으로는 캘린더, 절약한 돈과 회복된 건강상태 확인, 그리고 동기부여 주기가 있습니다. 여기까지는 평범한 금연 앱의 모습입니다. 제가 가져가는 저만의 차별점은 커뮤니티입니다. 앱 안에 게시판을 개설해 금연을 하는 사람들과 서로 팁이나 일상을 공유하며 동질감을 느낄 수 있습니다. 또한 사용자가 직접 금연 현상금을 내거는 시스템을 추가했습니다.  지금 사회를 살아가는 현대인들은 대부분 도파민 중독입니다. 스마트폰 중독, 니코틴 중독, 카페인 중독 등 우리는 우리도 모른 채 중독으로 가득 찬 삶을 살아가고 있습니다. 그런 사회에서 건강에 좋지 않은 담배를 피지 않게 도와주는 제 금연 앱은 중독을 해결할 수 있다는 점에서 그 자체로 의의가 있습니다. 앞으로 계속 변할 세상에서 그 중요성은 더욱 커질 것이고 사회에 긍정적인 영향을 끼칠 수 있습니다. 이 앱을 통해 유발될 기대효과는 금연 성공률 증가, 사회 구성원들의 건강 향상, 의료비 절감 등 입니다. | **3. 대표 그림**  제가 이 프로젝트를 떠올린 이유는 주변 사람들이 금연을 시작한다고 했지만 얼마 못 가 실패하는 모습을 여러 번 목격했기 때문입니다. 그래서 그들을 돕고 싶은 마음에 프로젝트를 구상하게 되었습니다.    <직접 그린 머리 속으로 구상한 모습> |

`

|  |
| --- |
| **4. 서론**  현대 사회는 다양한 중독 문제에 직면해 있습니다. 특히, 니코틴 중독은 많은 사람들에게 심각한 건강 문제를 초래하고, 이를 극복하기 위한 노력은 여전히 힘든 상황입니다. 저는 주변에 금연을 결심한 지인들이 금방 포기하는 모습을 여러 차례 목격했고, 금연은 단순한 의지만으로 쉽게 성공할 수 없는 일이라는 것을 깨달았습니다. 먼저, 금연을 시도하는 많은 사람들은 초기의 강한 의지와는 달리 시간이 지나갈 수록 지속적인 동기 부여 부족과 담배의 유혹으로 결국 실패하게 됩니다. 금연을 통해 건강과 경제적 이득을 누릴 수 있음에도 불구하고, 그 과정에서의 심리적 어려움과 사회적 지지가 부족하여 어려움을 겪는 것입니다. 저는 이런 상황에서 금연 성공률을 높이기 위한 효과적인 방법을 고안했습니다.  극복 방안으로 금연을 실천하는 사람들을 지원하는 전용 앱의 개발을 생각해봤습니다. 이 앱은 사용자가 금연 시작일을 기록하고 진행 상황을 추적할 수 있는 캘린더 기능을 제공하며, 그동안 절약한 돈과 건강 상태를 볼 수 있도록 합니다. 평소에 담배를 피던 양을 하루 기준으로 입력해 놓으면 절약한 돈과 건강 상태를 시각적으로 한 눈에 볼 수 있어 성취감이 배가 될 것입니다. 여기까지는 누구나 생각하고 지금 사용되고 있는 평범한 금연 앱의 모습입니다. 사람들이 담배를 떨쳐 내려면 더 강력하고 기발한 아이디어가 필요하다고 생각했습니다. 그래서 현상금 기능을 추가했습니다. 금연을 시작하는 사람이 현상금을 걸어놓고 주변 지인이 담배를 피는 모습을 포착하고 사진을 찍어 인증하면 현상금을 받는 시스템입니다. 담배를 피는 걸 스마트폰으로 직접 감지하기에는 무척 어렵기 때문에 이와 같은 방법을 사용하였습니다. 친구끼리 재밌게도 활용할 수 있기 때문에 소셜 미디어를 통해 사람들을 빠르게 모을 수도 있을 것입니다. 또한 게시판을 개설해 사용자들이 자유롭게 글을 쓸 수 있도록 할 것입니다. 커뮤니티를 활성화시키면 사람들이 더 많이 방문하고 앱의 기능을 이용할 수 있을 것이고 금연 중인 사람들이 서로 팁과 금연 성공 경험을 공유하며 긍정적인 효과를 이끌어 낼 수 있습니다. |

|  |
| --- |
| **5. 본론**  금연 앱은 사용자의 금연을 효과적으로 돕는 플랫폼입니다. 앱의 전체적인 구조는 아래의 시스템 개요 그림을 통해 주요 기능과 구성 요소를 시각적으로 파악할 수 있습니다.    앱의 기술적 측면을 살펴보면, 프론트엔드는 Flutter 같은 크로스 플랫폼 프레임워크를 활용해 iOS와 Android 모두에서 사용 가능하도록 개발됩니다. 모든 사람이 사용하기 위해 범용성이 높은 방법을 이용했습니다. 백엔드는 Node.js와 Express.js 기반의 RESTful API를 통해 사용자 및 커뮤니티 데이터를 관리하며, MongoDB 같은 NoSQL 데이터베이스로 정보를 저장합니다. 실시간 기능을 위해 Firebase나 Socket.IO를 도입하여 즉각적인 사용자 간 소통과 업데이트를 지원합니다. 또한 Push Notification을 통해 금연 진행 상황, 응원 메시지, 커뮤니티 소식 등을 사용자에게 전달합니다. 개발 과정은 다음과 같이 진행됩니다. 먼저 사용자 요구사항을 분석해 앱의 핵심 기능(캘린더, 절약한 돈 계산, 격려 메시지, 커뮤니티 게시판 등)을 정의합니다. 그 다음 Figma로 앱 프로토타입을 만들고 사용자 피드백을 반영해 디자인을 개선합니다. 프론트엔드와 백엔드 개발은 병행되며, RESTful API를 통해 두 부분이 원활히 연동되도록 합니다. 데이터베이스 구조를 설계하고, 보안을 강화하는 것도 중요한 과정입니다. 각 기능별로 테스트를 거친 후, 최종적으로 앱스토어와 구글 플레이에 출시합니다. 앱 출시 이후에도 지속적으로 사용자 의견을 수렴해 기능을 개선하고 새로운 요소를 추가함으로써 앱의 가치를 높여갈 계획입니다. 이러한 접근 방식을 통해 금연 앱은 사용자들의 성공적인 금연을 효과적으로 지원할 수 있을 것입니다. |

|  |
| --- |
| **6. 결론**  본 제안서에서는 금연 앱 개발에 관한 목표, 핵심 기능, 기술 요소 및 구현 방법, 기대 효과 등을 상세히 다루었습니다. 이 앱은 금연을 시도하는 사용자들에게 지속적인 동기부여를 제공함으로써, 금연 성공률을 높이고 더 건강한 사회 조성에 이바지할 것입니다. 주요 기능으로는 금연 캘린더, 절약한 총 금액 계산, 동기부여 메시지 시스템, 그리고 커뮤니티 기능 등이 포함됩니다.  향후 계획은 차례대로 다음과 같습니다.  1. 사용자 분석: 흡연자들과의 인터뷰 및 설문조사를 통해 앱의 기능에 대한 의견을 수집합니다.  2. 프로토타입 개발: 앱의 초기 프로토타입을 만들고, 테스트를 통해 개선점을 파악합니다.  3. 기능 구현: 핵심 기능들을 구현합니다.  5. 테스트 및 검증: 기능별 테스트를 진행하여 앱의 성능을 확인하고, 피드백을 반영하여 버그 수정 및 개선 작업을 진행합니다.  6. 배포 및 마케팅: 최종 버전을 앱스토어와 구글플레이에 출시하고, 사용자의 확보를 위해 효과적인 마케팅 전략을 구상합니다. 이러한 단계를 거쳐 개발된 금연 앱은 사용자들에게 실질적인 도움을 제공하며, 금연을 통한 건강한 삶에 크게 기여할 것입니다. |

**7. 출처**

[Flutter]( <https://flutter.dev/> )

[Firebase]( <https://firebase.google.com/?hl=ko> )

[MongoDB] ( <https://www.mongodb.com/ko-kr> )