



HWANGPARKLEENAE

1

2

3

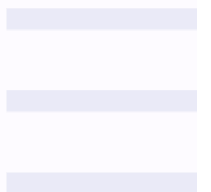
4

5

6

INSIDE U

감정카드와 시를 활용한 일기 작성 및 분석 서비스



목차



1

프로젝트 개요

기획 의도, 프로젝트 주제, 주제 선정 배경

2

프로젝트 설계

기술 스택, 개발/협업 툴, 프로젝트 설계

3

프로젝트 주요 기능

주요 기능 시연 및 화면 설명

4

프로젝트 결과, 향후 개선 방안

기대효과, 개선 방안

부산 온종합병원 “청년 정신건강 적신호... 우울증 경험, 열 명 중 두 셋”

내년부터 청년 대상 정신건강검진 2년마다 실시
“슬픔·불안·초조, 2주간 지속되면 의심해 봐야”
정신건강증진센터 “조기진단 놓치면 만성화로 고통”

보건복지부의 '2022년 청년 삶 실태조사'에 따르면 청년 중 32.1%가 우울 위험군으로 나타났다. 2019년의 22.9%에 비해 9.2%포인트 증가했다.

건강보험심사평가원 통계에서도 전체 우울증 환자 중 20,30대가 차지하는 비율은 2018년 26%에서 2022년 36%로 증가했다.

청년 100명 중 9명이 '은둔형 외톨이'...해결책 없나?

2023년 한국보건사회연구원 조사에 따르면, 19~34세 청년 가운데 고립 청년의 비율은 2021년 기준 전체 청년의 5.0%, 약 53만8000명에 달하는 것으로 나타났다.

85% of Participants Reported Better Mental Health

Research by Dr. James Pennebaker and colleagues found that writing about difficult experiences for just 15-30 minutes, four times over the course of a month, can significantly improve both mental and physical wellbeing.

The benefits are wide-ranging: from strengthened immune system function and reduced symptoms of autoimmune disorders, to better sleep and decreased anxiety. What makes this particularly remarkable is that the positive effects aren't just temporary—they can last for months or even years after completing the journaling practice.

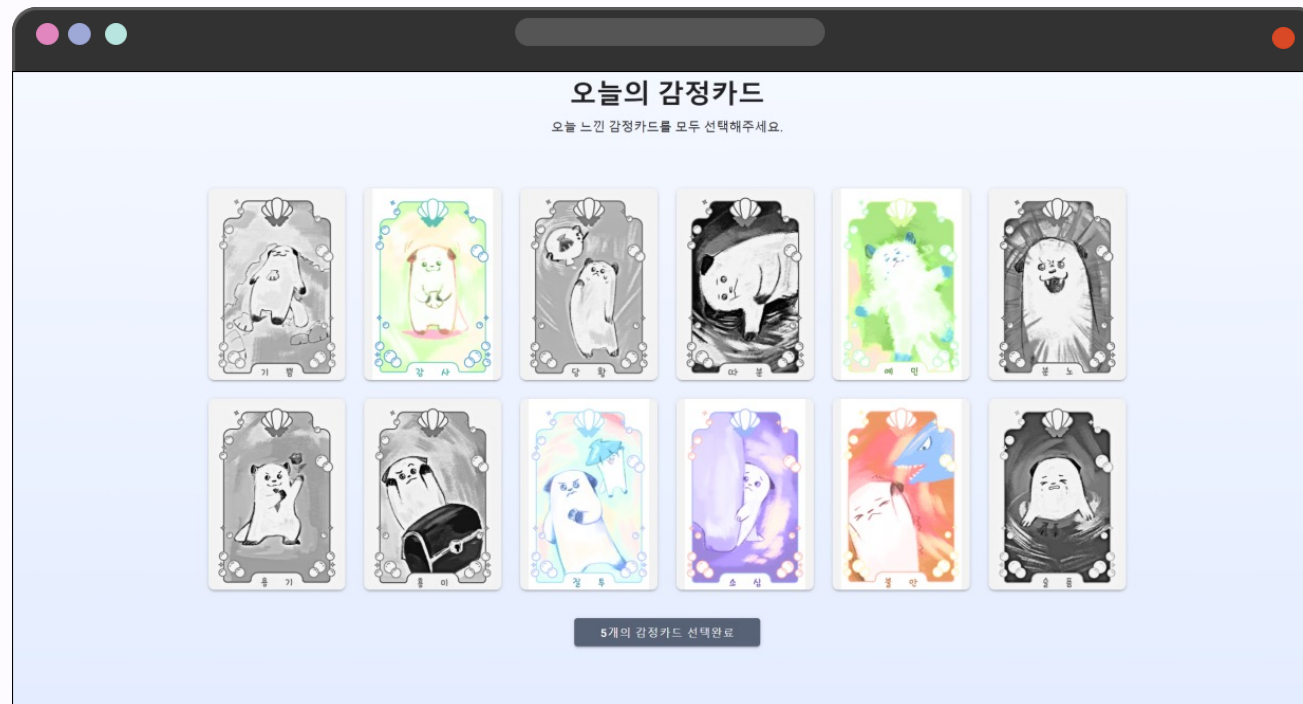
The process works by engaging the prefrontal cortex of the brain, helping to organize traumatic memories and reduce stress responses in the body. While the initial writing sessions might feel emotionally challenging, 85% of participants reported that the experience was beneficial for processing difficult events and improving their overall mental health.

텍사스 대학교 심리학 교수의 '일기 작성'이 정신 건강에 미치는 영향에 대한 연구에 따르면, 한 달 동안 15~30분씩, 총 4번 어려운 경험에 대해 글을 작성하면 정신적, 신체적 건강이 크게 개선된 것으로 나타났다.

<https://www.mindsera.com/articles/benefits-of-journaling-the-science-of-reflection>

프로젝트 개요

MIRI
INTELLIGENCE



- AI를 활용해 일기를 작성하고 감정을 분석하여 관리할 수 있는 서비스
- 선택한 감정카드와 간단한 상황 입력만으로도 완성되는 AI 일기 작문
- AI 감정 분석 및 인사이트 제공으로 사용자 스스로의 감정 이해와 성찰 지원

기술 스택



디자인



Figma

프론트엔드



Vue CLI 3



Vuetify



Axios

백엔드



Node.js

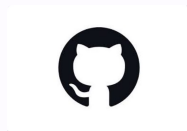


Express

협업



Git



Git Hub



Git Fork



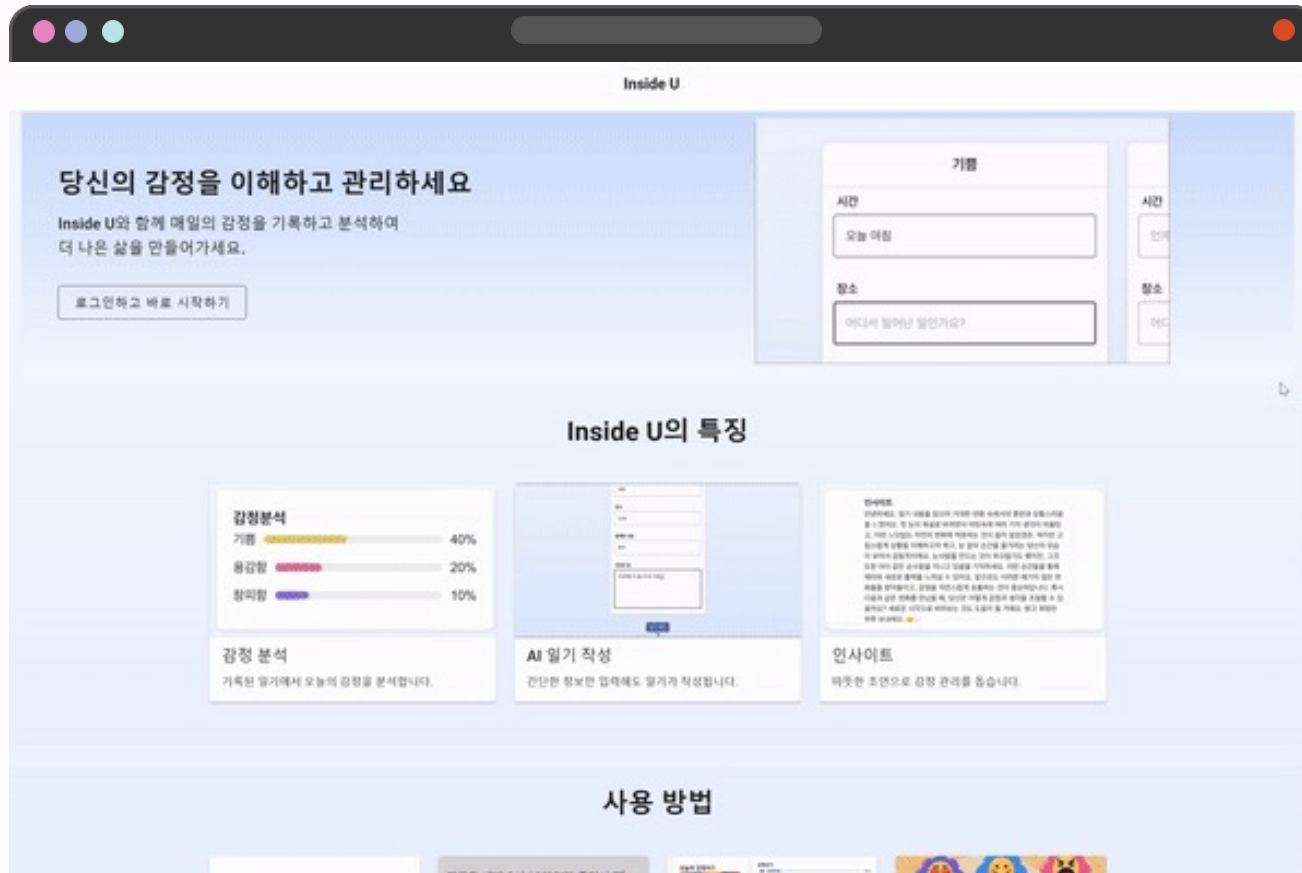
Notion

데이터베이스, 서버



Fire base

주요 기능, 화면 설명



로그인 전 페이지

- 서비스 소개 및 주요 기능 요약
- 로그인 유도를 위한 버튼

주요 기능, 화면 설명



카카오 로그인

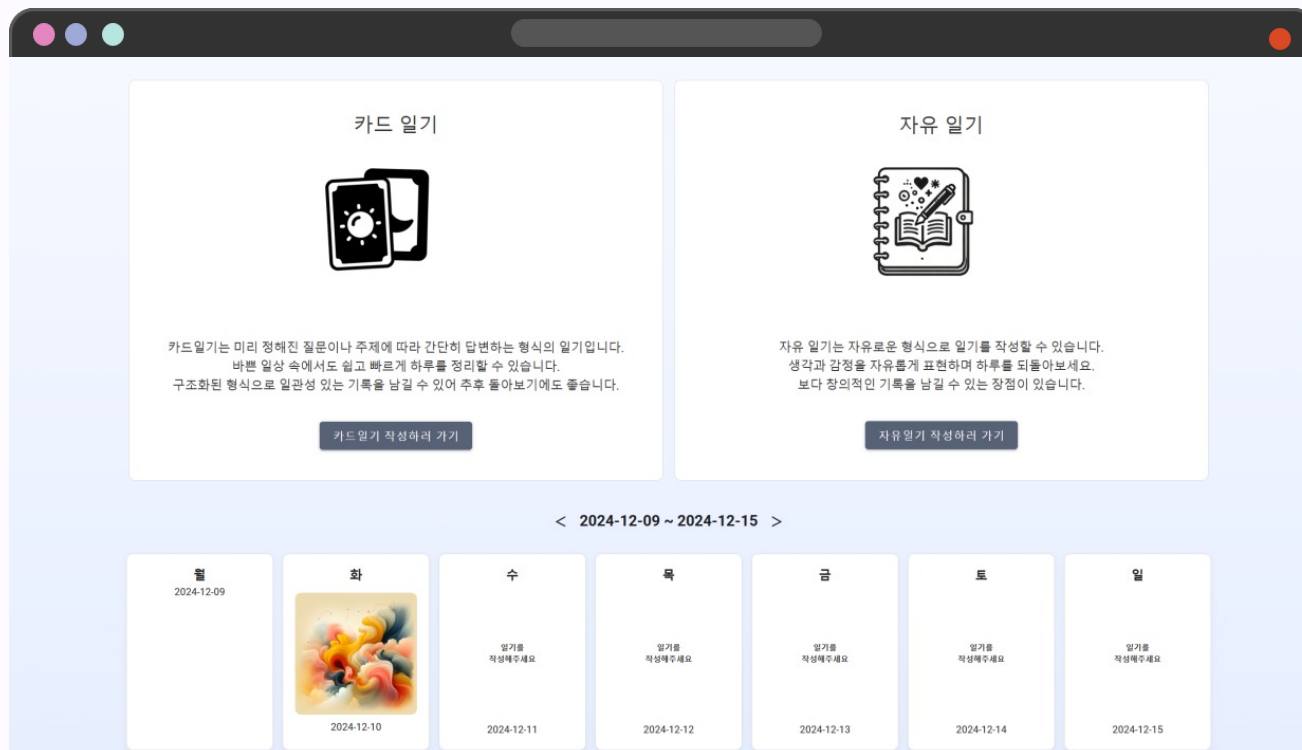
카카오 계정 연동 로그인

- 간편 로그인 기능 제공.

주요 기능, 화면 설명



메인 화면 -1



카드일기/자유일기 선택

- 사용자 맞춤형 일기 작성 방식 선택
- 감정 카드 일기 또는 자유일기 옵션

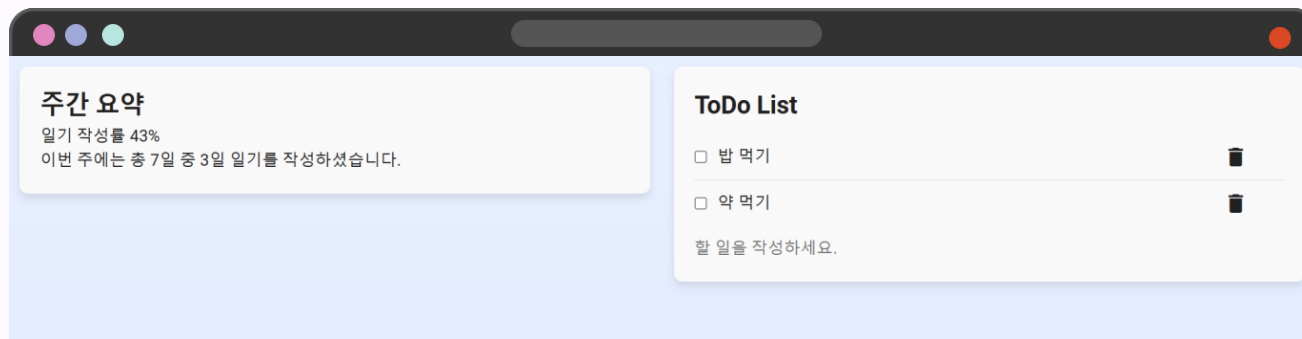
위클리 갤러리

- 한 주 동안의 일기 작성 상태 시각화

주요 기능, 화면 설명



메인 화면 -2



주간 요약

- 일주일 간 일기 작성 비율 시각화

투두리스트

- 간단한 투두리스트(CRUD) 제공

주요 기능, 화면 설명



카드 일기



감정 카드 일기

- 일상 중 느낄 수 있는 보편적인 감정들로 카드 구성
- 감정 선택 기반의 간단한 일기 작성

주요 기능, 화면 설명



카드 일기 작성

감정 스토리보드

감정들에 대한 이야기를 간단하게 남겨주세요. 오늘의 일기로 만들어드립니다.

기쁨

시간
언제 일어난 일인가요?

장소
어디서 일어난 일인가요?

함께한 사람
누구와 함께 있었나요?

있었던 일
어떤 일이 있었나요?

감사

시간
언제 일어난 일인가요?

장소
어디서 일어난 일인가요?

함께한 사람
누구와 함께 있었나요?

있었던 일
어떤 일이 있었나요?

당황

시간
언제 일어난 일인가요?

장소
어디서 일어난 일인가요?

함께한 사람
누구와 함께 있었나요?

있었던 일
어떤 일이 있었나요?

일기 생성

감정 카드 일기

- 선택한 감정에 대한 짧은 메모 작성.

주요 기능, 화면 설명



카드 일기를 기반으로 AI 작문



AI 일기 작문

- 감정 카드 데이터를 바탕으로 AI가 일기를 자동 생성.
- 사용자의 감정을 반영한 맞춤형 텍스트 제공.

주요 기능, 화면 설명



자유 일기

2024-12-11

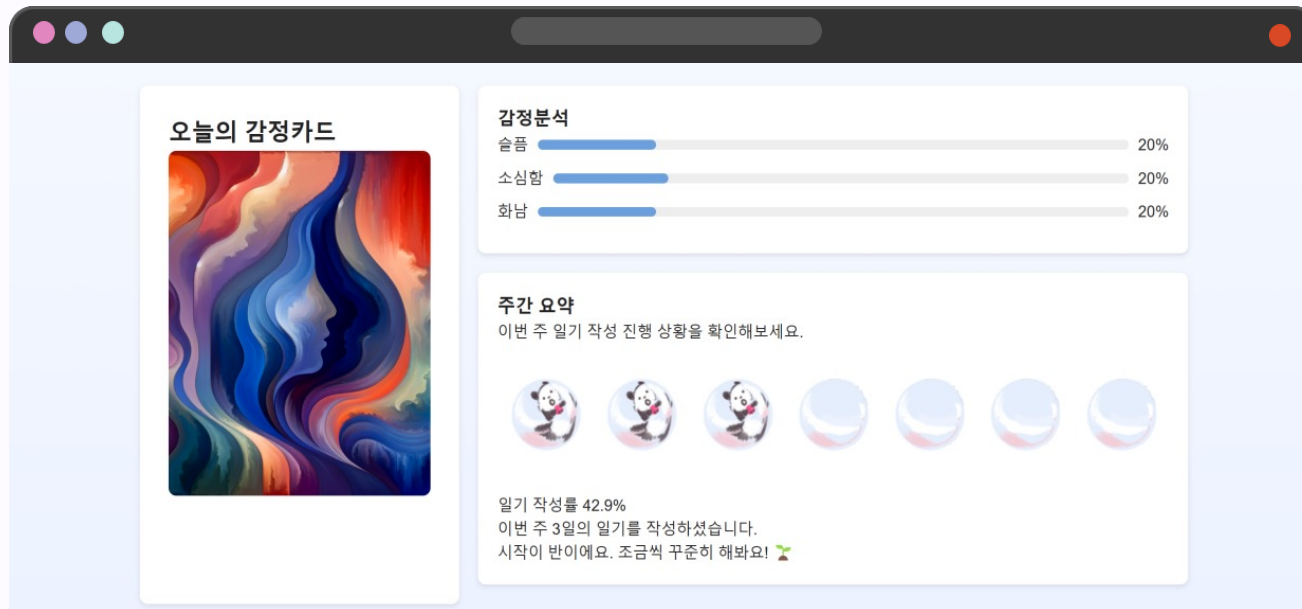
내용을 입력하세요

저장하기

자유 일기 작성

- 자유롭게 텍스트로 하루를 기록.
- 감정 제한 없이 창의적으로 작성 가능.

주요 기능, 화면 설명



감정카드 이미지 생성

- 감정별 색상과 패턴을 활용한 Dall - E Ai 이미지 생성
- 감정 표현을 시각화하여 저장

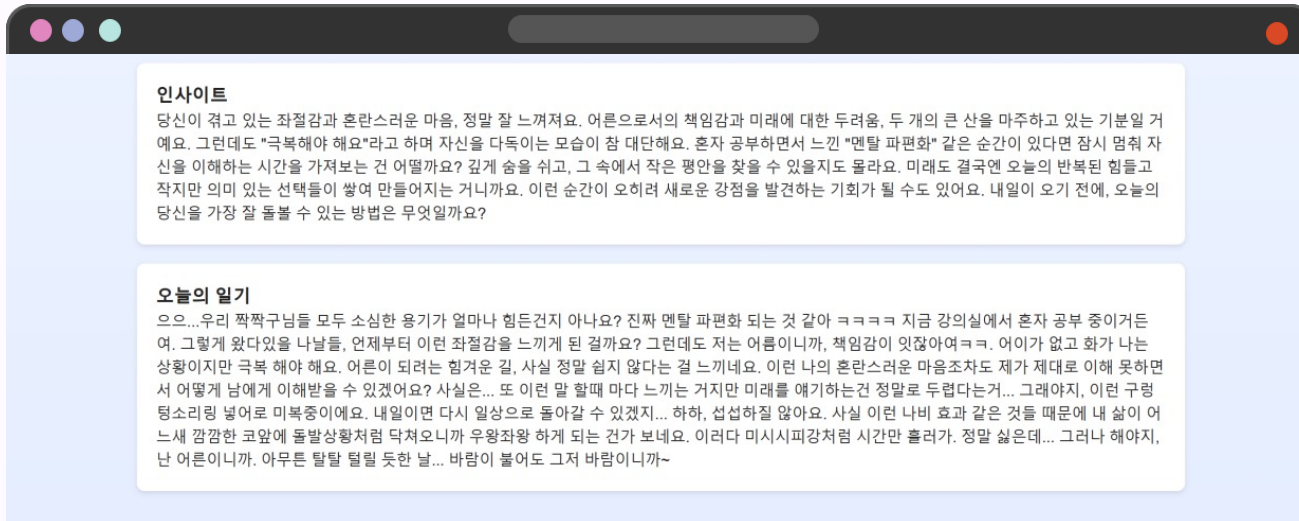
감정 분석

- 작성된 일기에서 감정 비율을 분석
- 상위 3개 감정에 대한 그래프 제공

주간 요약 (주간 일기 작성도)

- 일주일 간 일기 작성 비율 시각화

주요 기능, 화면 설명



인사이트

- 감정별 색상과 패턴을 활용한 Dall - E Ai 이미지 생성
- 감정 표현을 시각화하여 저장

오늘의 일기

- 앞서 작성한 일기를 인사이트와 함께 다시 확인 가능

서비스 URL: <https://insideu-e7710.firebaseio.com/#>

향후 개선 사항



친구 기능

새 일기 알림



민지님이 새 일기를 작성했습니다.
10분 전

일기 보기

- 친구와 연결된 사용자에게 일기 작성 알림을 제공.
- 서로의 기록 상태를 공유하며 긍정적인 동기부여 제공.

하루 일과 자동 기록

오늘의 일과

07:00	기상
08:00	아침 식사
09:00	업무 시작

- 위치 정보, 캘린더 이벤트, 운동 기록 등 데이터를 활용해 하루 일과 자동 요약.
- 사용자가 추가적인 정보를 입력하지 않아도 간편하게 하루를 돌아볼 수 있음.



MIRI
INTELLIGENCE

Q&A

감사합니다. (_ _)