

# 14기 멋사대학 아이디어톤

AI로 “열심히 했는데 성장이 안 보이는 것”을 없앤다.



학 교	순천향대학교
프로젝트명	GrowthLens
팀 장	순천향대학교 멋쟁이사자처럼 14기 풀스택 운영진 김종건
팀 원	순천향대학교 멋쟁이사자처럼 14기 AI 아기사자 서민지
	순천향대학교 멋쟁이사자처럼 14기 기획·디자인 아기사자 서유진
	순천향대학교 멋쟁이사자처럼 14기 기획·디자인 아기사자 양은서

# - 목 차 -

1. 왜 만드는가 .....	3
1-1. 후크 .....	3
1-2. 문제 정의 .....	4
1-3. 타겟 사용자 .....	6
2. 무엇을 만드는가 .....	7
2-1. 핵심 아이디어 .....	7
2-2. AI / 데이터 분석 원리 .....	8
2-3. 핵심 기능 .....	10
3. 왜 우리인가 .....	12
3-1. 경쟁 비교 .....	12
3-2. 사용자 임팩트 .....	13
4. 어떻게 실현하는가 .....	14
4-1. 기술 & 실현 가능성 .....	14
[부    록] .....	16

# 1

# 왜 만드는가

## 1 후크 - “당신은 망한 게 아닙니다.”

자기계발 기록 앱 사용자가 매일 마주치는 한 가지 순간이 있다. 며칠치 데이터를 확인했는데 어제보다 떨어지고 그제보다도 떨어진 상황이다. 3일째 정체 또는 하락에 직면한 사용자가 떠올리는 질문은 거의 동일하다. - “나는 잘못된 방향으로 가고 있는 것은 아닐까?”

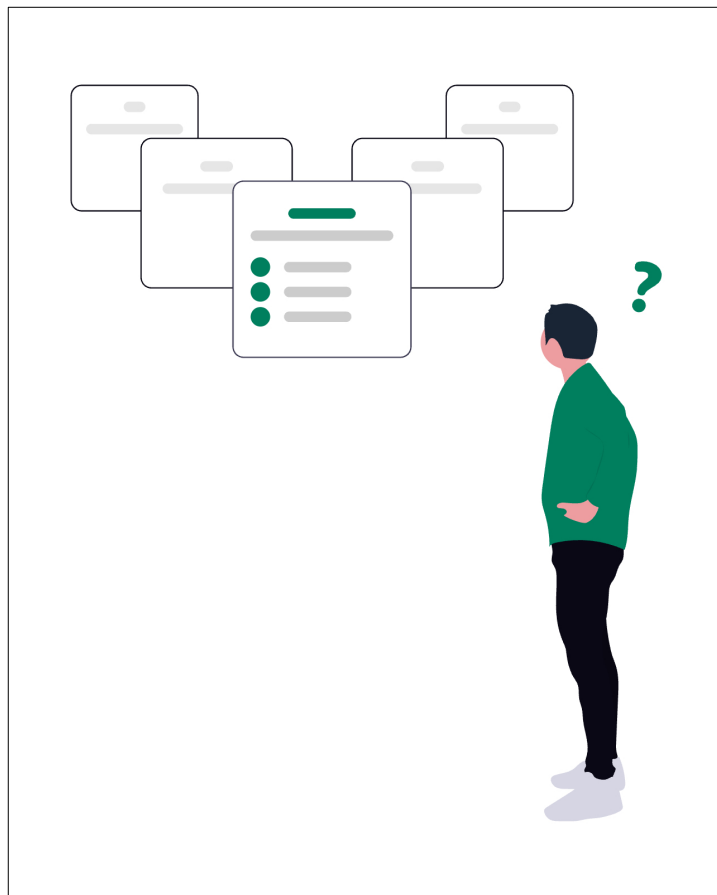
본 팀(The Nudge)에서 진행한 사전 인터뷰에서 응답자 전원이 동일한 경험이 있다고 응답하였다.



3일째가 되면 ‘내가 지금 잘못된 방향으로 공부하고 있나?’ 라는 의심이 들어요

[인터뷰 응답자 A]

해당 의심은 곧 행동으로 이어진다. 실제로 자기계발 앱 이탈의 가장 큰 이유는 “효과가 없어 보여서” 다. 그러나 본 팀은 다음과 같이 가정한다. - 효과가 부재한 것이 아니라, 사용자에게 데이터를 해석할 도구가 부족한 것이라고, 본 팀의 프로젝트인 GrowthLens는 이 가설에 기반한다.

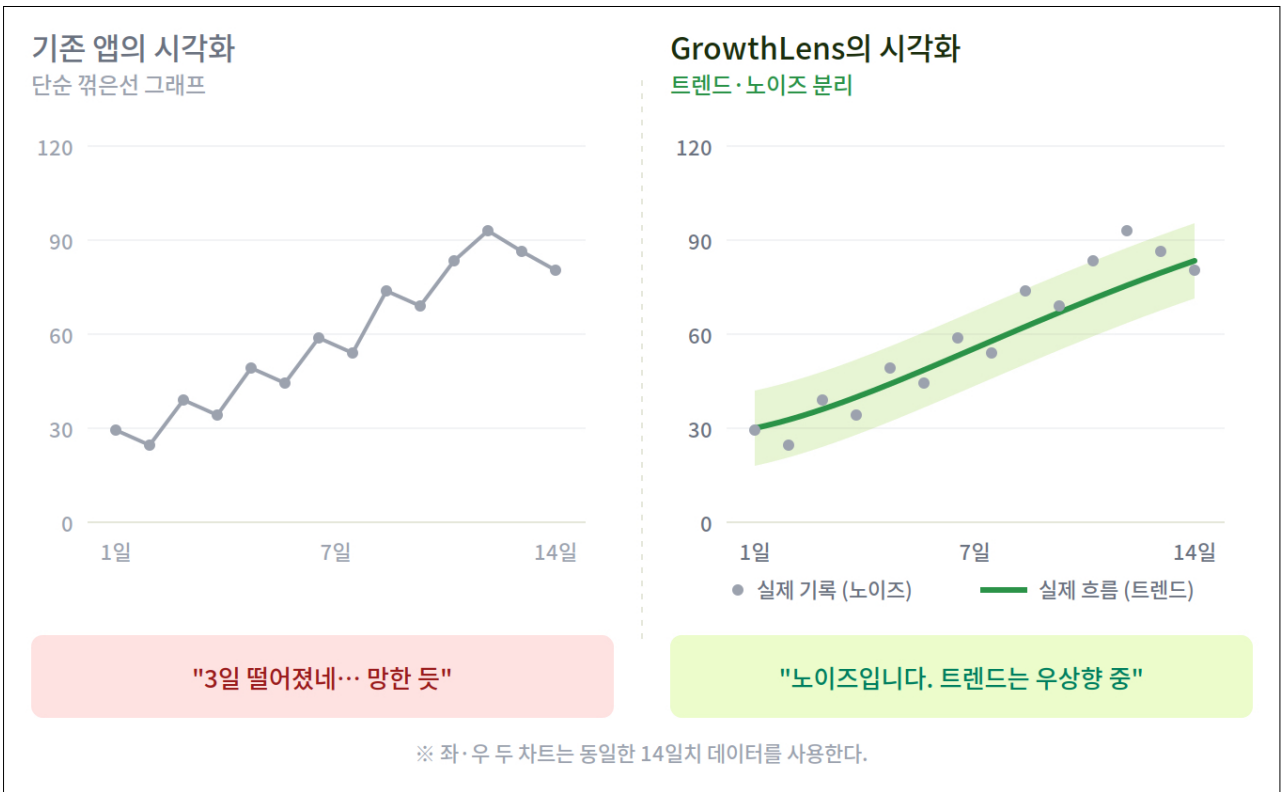


[고민하고 있는 사용자]

## 2 문제 정의 - “성장은 보이는데, 안 보입니다.”

기록은 분명히 누적되지만, 그 의미는 사용자에게 전달되지 않는다.

이 모순은 단순한 UX 결함이 아니라 시계열 데이터의 본질적 특성에서 발생한다. 매일의 측정값은 본래 들쭉날쭉하다. 컨디션, 일정, 계절성 등 다양한 외부 변수가 단기 변동, 즉 노이즈를 만든다. 그러나 기존의 기록 앱들은 노이즈를 가공 없이 그대로 노출하여 해석의 책임을 사용자에게 떠넘기는 구조이다.



[단순 꺾은선 그래프 vs 분리 시각화 그래프]

인터뷰에서 결정적 패턴을 도출되었다. 3명의 표본 전원이 “그래프의 공백”을 이탈의 결정적 순간으로 응답했다. 또한 하루 기록이 누락되어 기록의 빈칸이 생기면, 사용자는 그 빈칸을 자기 자신에 대한 평가로 해석하는 경향도 확인했다.



기록 데이터가 쌓여도 나중에 다시 보지 않아요. 숫자가 나열될 뿐이라 의미가 없어요.

[인터뷰 응답자 C]



데이터에 계절성이나 일시적 요인이 반영되지 않으니, 며칠 성적이 안 나오면 자책하게 됩니다.

[인터뷰 응답자 A]



빈칸에서 허무함이 느껴져 한동안 앱을 이용하지 않았던 적이 있어요

[인터뷰 응답자 D]

본 팀은 이 한계가 개별 앱의 문제가 아니라 시장 전반의 구조적 문제임을 시장 자료를 통해 확인하였다. **글로벌 습관 추적 앱 시장은 약 20조 원 규모로 성장하고 있으나, 사용자가 습관 형성에 실패하는 원인은 다음의 다섯 가지로 정리된다.**

포기 이유 (시장 분석)	본 프로젝트 대응
처음부터 너무 크게 시작함	(부분 대응)
하루 빠졌을 때 실패로 해석함	노이즈 판정 - “잠간의 흔들림”
행동 자체보다 결과만 봄	트렌드 분리로 흐름 시각화
자기 방식이 아닌 남의 방식을 따라함	비교 없는 개인 패턴 분석
환경 설계 부재	(부분 대응)

[시장 분석 및 대응 방안]

여기서 주목할 점은 다음과 같다. - 습관 포기 5가지 이유 중 3가지가 본 서비스의 핵심 가치 설계와 직접 대응한다. 성장은 데이터 안에 분명히 존재한다. 다만 그것을 해석할 도구가 사용자에게 주어지지 않았을 뿐이다. 본 프로젝트가 해결하고자 하는 본질적 문제가 여기에 있다.

### 3 타깃 사용자 - “이런 분, 한 명쯤 주변에 있을걸요”

이 답답함의 주체는 누군인가. 본 팀은 인터뷰 분석을 통해 세 가지 페르소나 유형을 도출하였다. 영역과 목표는 상이하나 모두 동일한 인사이트를 공유한다. - “내가 잘하고 있는 것인지 알 수 없다.”

페르소나	상황	답답한 순간	사용자 발화 (인터뷰 기반)
수험생 지민	<ul style="list-style-type: none"> <li>수능 D-50</li> <li>모의고사 주 2회</li> </ul>	점수 며칠 하락 시 자책	“기록이 꺾이는 순간부터 불안감이 엄습해요”
직장인 민재	<ul style="list-style-type: none"> <li>퇴근 후 코딩 1시간</li> <li>사이드 프로젝트</li> </ul>	일정상 공백 발생 시 좌절	“갑작스러운 사정으로 못할 때, 앱은 그냥 실패로 기록해요”
헬린이 수민	<ul style="list-style-type: none"> <li>헬스 시작 2개월</li> <li>체중·체지방 측정</li> </ul>	변동 폭에 효과 의심	“숫자가 내 상태를 전시만 하고 있다는 느낌이에요”

[타깃 페르소나 매트릭스]

세 페르소나가 공유하는 행동 패턴은 아래와 같다.

- 매일 정량 지표를 기록한다.
- 며칠간의 변동에 심리적으로 흔들린다.
- 의심이 누적되면 앱을 이탈한다.



남들은 계속 발전하는 것 같은데 나만 제자리인 것 같거든요.

[인터뷰 응답자 B]

이들에게 필요한 것은 더 정교한 시각화 도구가 아닌, 자신의 데이터를 대신 해석해줄 분석 주체이다.

# 2

# 무엇을 만드는가

## 1 핵심 아이디어 - "AI가 가려서 보여드립니다"

GrowthLens는 단순한 명제 위에서 설계되었다. - 기록을 입력하면, 의미가 산출된다.

기존의 자기계발 기록 앱이 데이터를 수집하고 표시하는 단계에서 멈춘다면, GrowthLens는 그 다음 단계, 즉 데이터 해석까지 자동화한다. 사용자가 자신의 데이터를 직접 분석할 필요가 없다. 매일의 기록은 AI에 의해 즉시 트렌드와 노이즈로 분해되며, 그 결과는 정량 수치가 아닌 자연어 인사이트로 사용자에게 전달된다.



[3단계 플로우]

이 구조는 아래와 같이 작동한다.

단계	입력	출력
기록 입력	• 공부 시간, 운동량, 점수, 자유 텍스트	시계열 데이터 누적
AI 분석	• 시계열 데이터 • 회고 텍스트	트렌트 / 노이즈 / 정성 변화
인사이트 산출	• 분석 결과	"지금 3일 하락은 잠깐의 흔들림입니다. 트렌드는 9주 동안 우상향 중"

[단계 설명]

사용자는 매일 1분 이내로 기록을 마치고, AI가 산출한 인사이트를 통해 자신의 위치를 쉽게 파악할 수 있다.



분해된 결과를 바탕으로 본 프로젝트는 사용자의 현재 상태를 네 가지 케이스로 판별한다.

케이스	판별 조건	사용자에게 전달되는 메시지 (예시)
일시적 변동	잔차가 평균 변동량 표준편차 1.5 이내	“잠간의 흔들림입니다”
실제 성장 중	트렌드 양수 및 최근 하락	“노이즈입니다. 트렌드는 우상향 중”
진짜 슬럼프	트렌드 음수 7일 이상 지속	“방법 변경이 필요해 보입니다”
변아웃 위험	변동성 급증 및 트렌드 하락	“휴식이 필요해 보입니다”

[4가지 판별 케이스]

여기서 강조할 점은 이 판별이 통계 모델 없이는 구조적으로 불가능하다는 사실이다. 단순 꺾은선 그래프 는 데이터를 시각화할 뿐 해석하지 않는다. 트렌드와 노이즈를 분리하려면 STL과 같은 분해 알고리즘이 반드시 필요하다.

### 3 핵심 기능 - “구체적으로 뭘 할까요”

본 프로젝트의 기능 설계는 사전 인터뷰에서 도출된 사용자 인사이트를 직접 반영한 결과이다.

인터뷰 인사이트	대응 기능
정체 시 자기 의심과 이탈	노이즈 판정
단순 기록의 한계	트렌드 분리 시각화
경쟁 피로도	자기 패턴 중심 분석
텍스트 회고 분석 필요성	정성 회고 분석
AI 해석·예측 수요	목표 ETA 예측

[인터뷰 인사이트 ↔ 핵심 기능 매핑]

또한 설문조사 결과에서 응답자의 다수가 주간/월간 성장 리포트 카드 형태의 시각화를 가장 선호한다고 응답하였다. 이는 일일 단위의 변동에 휘둘리지 않고 거시적으로 자신의 성장 흐름을 조망하고자 하는 사용자 니즈를 보여주며, 본 프로젝트는 이를 반영하여 '주간/월간 리포트 카드' 기능을 핵심 기능에 포함하였다.

기능	설명	사용자 경험 예시
자연어 입력	문장 한 줄로 다중 지표 자동 분류	“수학 2시간, 모의고사 85점” → 2건 자동 저장
트렌드 분리 시각화	관측값·트렌드·잔차를 분리해 시각화	회색 점 및 초록 트렌드 라인
노이즈 판정	4가지 케이스 자동 판별	“3일 하락은 잠깐의 흔들림”
목표 ETA 예측	신뢰구간 포함 도달일 산출	“목표까지 D-37 (예상 범위 30~45일)”
정성 회고 분석	회고에서 키워드·태도 감지·역량 추출	“팀프로젝트 기록 → '역할 조정 능력', '의견 조율 능력' 도출”
주간/월간 리포트 카드	1주·1개월 단위로 트렌드·노이즈·정성 회고를 종합한 성장 요약 카드	이번 주 트렌드 +9/주 주요 키워드 : '집중', '꾸준함'

[핵심 기능 6개]

특히 4번 ETA 예측과 5번 정성 회고 분석은 인터뷰에서 가장 강한 사용자 니즈로 확인되었다.



이 페이스로 목표까지 디데이를 데이터로 예측해준다면, 오늘의 하락을 견딜 힘이 생길 것 같아요.

[인터뷰 응답자 A]



자세히 어떤 부분이 성장했다고 판단되는 근거인 부분을 보여주면 더 큰 성취감을 느낄 것 같아요.

[인터뷰 응답자 F]

# 3

# 왜 우리인가

## 1 경쟁 비교 - “쌓는 앱 VS 읽어주는 앱”

기존 자기계발 기록 앱들은 데이터를 수집하고 시각화하는 단계에서 멈춘다. 즉, 사용자가 입력한 숫자를 표나 그래프 형태로 보여주는 것까지가 해당 앱들의 역할이다. 이러한 한정된 역할로 인하여 **데이터 해석이라는 큰 어려움은 사용자 본인의 몫으로 남는다.**

이 점은 인터뷰 응답자 전원이 일관되게 지적한 한계였다.



기존 앱들은 기록과 시각화에서 그쳐서 직접 저를 뜯어봐야 했어요. 시간이 아까울 때가 많아요.

[인터뷰 응답자 C]



단순히 숫자를 쌓는 건 메모장으로도 가능하죠. 우리에게 필요한 건 기록의 해석이라고 생각해요.

[인터뷰 응답자 B]

GrowthLens는 바로 이 한계가 시작되는 지점에서 작동한다. 수집과 시각화 그 다음 단계, 즉 **데이터 해석과 미래 예측까지 자동화한다.**

영역	열품타	투두메이트	GrowthLens
핵심구조	시간 측정.랭킹	완료 체크.SNS형 피드	AI 해석.예측
데이터 처리	숫자 누적.노출	완료 여부 표시	트렌드/노이즈 분리
동기 부여	경쟁/감시	친구 반응	자기 데이터 해석
한계	<ul style="list-style-type: none"> <li>비교 스트레스</li> <li>시간 채우기 변질</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>보여주기식 성실</li> <li>진행 흐름 부재</li> </ul>	(해결)
사용자 부담	랭킹 압박	루틴 관리 피로	1분 입력

[기존 서비스와 비교]

이 차이는 사용자에게 한 줄로 요약된다. - “**숫자를 쌓는 앱이 아니라, 성장을 읽어주는 앱**”

본 프로젝트의 차별점은 단순한 기능 추가가 아니라, 기록 앱이라는 카테고리 자체의 층위를 한 단계 끌어올린 것이다. 이 층위로 진입하기 위해서는 통계 모델(STL), 예측 모델(Prophet), LLM 통합, 그리고 이 모두를 사용자 친화적 인터페이스로 묶어내는 설계가 동시에 필요하다. 해당 결합 자체가 본 프로젝트의 진입 장벽이다.

## 2 사용자 임팩트 - “이 사람의 어제가 어떻게 바뀌니까”

이러한 차별화가 사용자 경험에서 실제로 어떻게 작동하는지를 시나리오로 정리하면 아래와 같다.

구분	Before (기존 앱)	After (GrowthLens)
화면	들쭉날쭉한 꺾은선 그래프	트렌드 인사이트 카드
사용자 인식	“3일 떨어졌네... 망한 듯”	“노이즈구나, 트렌드는 성장중!”
행동	의심 → 이탈	안심 → 지속
감정	“내가 잘하고 있나?”	“내가 잘하고 있구나”

[Before / After 시나리오]

[구현 화면 추가 예정 / 실제 성장 중 대시카드 추가]

이 변화는 인터뷰에서 사용자가 직접 묘사한 기대 효과와 정확하게 일치한다.



내가 며칠간 쉬어도 이건 큰 문제가 아니다라고 말해주는 분석이 있다면, 착각하고 그만두는 일은 확실히 줄어들 거예요.

[인터뷰 응답자 B]

이를 통해 기대되는 정량적 효과는 두 가지로 정리된다.

- 이탈률 감소 : “효과가 없어 보여서” 이탈하는 사용자 비율을 노이즈 판정 기능을 통해 감소시킨다.
- 목표 달성률 상승 : ETA 예측이 동기를 유지시킴으로써 중도 포기를 줄인다.

그러나 본 프로젝트가 만들어내는 가장 중요한 변화는 정량 수치가 아닌 사용자 인식의 전환이다. “내가 잘하고 있는지 모르겠다”는 만성적 의심이 “지금 잘하고 있다”는 확신으로 전환된다. 이것이 본 서비스가 만들어내는 핵심 임팩트다.

# 4

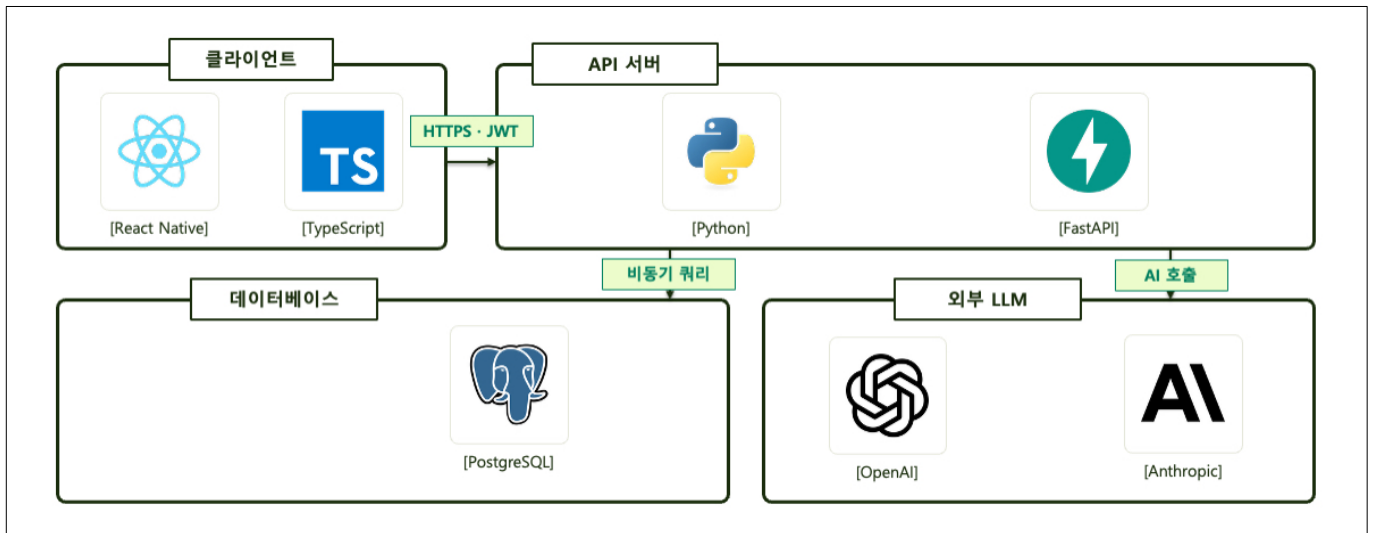
# 어떻게 실현하는가

## 1 기술 & 실현 가능성 - “진짜 만들 수 있다”

본 프로젝트는 검증된 기술 스택을 기반으로 설계되었다. 데이터 분석 영역은 통계학과 시계열 예측 분야에서 표준으로 활용되는 알고리즘을 채택했으며, 애플리케이션 영역은 빠른 프로토타이핑과 안정적 배포가 가능한 스택으로 구성하였다.

영역	사용기술
프론트엔드	React Native (Expo), TypeScript
백엔드	FastAPI, Python
데이터베이스 (예정)	PostgreSQL
AI / 시계열 분석	statsmodels (STL), Prophet, (OpenAI API / Anthropic API)
배포 (예정)	Vercel, Render

[기술 스택]



[시스템 아키텍처]

인터뷰 및 핵심 분석 로직 검증은 본 “아이디어 설명” 작성 이전에 완료되었으며, 와이어프레임과 프로토타입 개발은 현 시점 마무리 단계에 있다.

[구현 화면 추가 예정]

## A 인터뷰 분석 (통합)

### ▶ A.1 조사 개요

본 조사는 자기계발 기록 앱 '열품타' 사용 경험이 있는 대학생 6명을 대상으로 두 단계에 걸쳐 진행되었다. 1차에서는 사용자가 기존 앱에서 겪는 페인포인트를 발굴하였고, 2차에서는 도출된 문제에 대한 본 서비스의 해결 가설을 사용자에게 직접 검증받았다.

### ▶ A.2 종합 인사이트

1차·2차 인터뷰의 응답을 교차 분석한 결과, 다섯 가지 핵심 인사이트가 도출되었다. 각 인사이트는 본 서비스의 기능 설계에 직접 반영되었으며, 본문에서 핵심 주장의 근거로 인용되었다.

#### 인사이트 1. 정체 시 자기 의심과 이탈

기록이 정체되거나 하락하는 짧은 기간조차 사용자는 강한 자기 의심으로 반응하며, 이는 곧 앱 이탈로 이어진다. 1차·2차 인터뷰 응답자 모두에게서 일관되게 확인되었다.

응답자	내용
A	3일째가 되면 '내가 지금 잘못된 방향으로 공부하고 있나?' 하는 의심이 들어요. 데이터가 정체되면 제 재능 탕을 하게 되고 결국 앱을 삭제하게 되더라고요.
B	기록이 꺾이는 순간부터 불안감이 엄습해요. 이 며칠간의 하락에 대한 확신이 없으니 일단 멈추게 됩니다.
C	갑작스러운 사정으로 공부를 못 할 때가 있는데, 앱은 이것 그냥 실패로만 기록해요. 며칠 성적이 안 나오면 나는 공부랑 안 맞나 봐하고 자책하게 됩니다.
D	빈칸에서 허무함이 느껴져 한동안 앱을 이용하지 않았던 적이 있다.

[인사이트 1 응답 내용]

**인사이트 2. 단순 기록의 한계 (데이터는 쌓이지만 의미는 없다)**

기존 앱이 제공하는 단순 수치 기록은 사용자에게 성장의 확신을 주지 못한다. 응답자들은 데이터가 쌓일수록 오히려 무의미감과 보여주기식 사용으로 흐른다고 지적하였다.

응답자	내용
C	기록 데이터가 쌓여도 나중에 다시 보지 않음. 숫자가 나열될 뿐이라 의미가 없음.
B	공부 집중하는 시간을 쌓기 보다는 측정하는 시간을 쌓기 위해 켜놓는 경우가 많아짐.
A	그래프가 오르내리는 건 보이지만, 그게 내 실력의 상승으로 이어지고 있다는 인과관계를 설명해주지는 않는다고 생각해요.

[인사이트 2 응답 내용]

**인사이트 3. 시간과 노력의 질의 불균형**

응답자 D·E·F 모두가 단순히 쌓이는 시간이 자신의 실질적인 노력과 일치하지 않는다는 불안감을 표출하였다. 이는 1차 인터뷰의 응답자 B가 지적한 "측정하는 시간을 쌓기" 경향과 같은 맥락에 있다.

**인사이트 4. 비교·감시·SNS형 구조의 피로**

랭킹·그룹·SNS형 구조는 단기 자극은 되지만 장기적으로 스트레스를 유발한다. 응답자 E는 이를 명확히 지적하며 다른 방향의 분석을 요청하였다.

응답자	내용
E	기록 자체보다 사용자의 상태를 점검해주는 기능.
	경쟁처럼 보여주는 것보다 사용자의 생활 패턴이나 감정흐름까지 함께 분석해주는 기능.

[인사이트 4 응답 내용]

**인사이트 5. AI 해석·예측·정성 회고에 대한 강한 수요**

응답자들은 단순히 데이터를 쌓아주는 앱이 아닌, 데이터의 의미를 해석해주는 AI에 대해 일관되게 강한 수요를 표출하였다. 본 서비스의 핵심 가치인 "성장을 읽어주는 앱" 슬로건은 이 응답들에서 직접 도출되었다.

응답자	내용
A	당연히 성장을 읽어주는 앱입니다. 이 페이스면 목표까지 D-37처럼 데이터로 미래를 예측해준다면, 오늘의 하락을 견딜 힘이 생길 것 같아요.
B	단순히 숫자를 쌓는 건 메모장으로도 가능하죠. 우리에게 필요한 건 기록의 해석이라고 생각해요. 내가 며칠간 쉬어도 이걸 큰 문제가 아니더라고 말해주는 분석이 있다면 내 재능이 없나 착각하고 그만두는 일은 확실히 줄어들 거예요.
C	내 데이터의 진짜 의미를 읽어주는 AI가 있다면 시간이 확실히 줄어들 거예요.
F	자세히 어떤 부분이 성장했다고 판단되는 근거인 부분을 보여주면 시간 기록 그래프보다 더 큰 성취감을 느낄 것 같다.

[인사이트 5 응답 내용]

## B 설문조사

### ▶ B.1 조사 개요

항목	내용
응답자	8명
조사 방법	Google Forms 익명 설문
조사 시기	2026년 5월 10일 ~ 2026년 5월 14일
문항 수	7개 (사용현황, 니즈, 기능 선호도, 사용 의향)

[조사 개요]

### ▶ B.2 응답 통계

Q1. 현재 공부, 운동, 습관, 자기계발 등을 기록하고 있나요?

응답	인원
가끔 기록한다	6명
매우 자주 기록한다	1명
예전에 기록했지만 지금은 하지 않는다	1명

[Q1 응답]

Q2. 기록을 하면서 아쉬웠던 점이 있다면 무엇인가요? (복수 응답)

응답	인원
기록하는 과정이 번거롭고 귀찮다	7명
기록한 내용을 다시 확인하거나 활용하지 않게 된다	6명
기록이 단순 저장 기능에 그친다고 느낀다	1명
특별히 아쉬운 점은 없다	1명

[Q2 응답]

Q3. 결과가 잠시 나빠졌을 때 어떤 생각을 가장 많이 하나요?

응답	인원
내가 제대로 성장하고 있는지 의심된다	2명
원인을 분석하고 방법을 조정하려고 한다	2명
노력과 동기부여가 부족하다고 생각한다	1명
잠깐의 변화라고 생각하고 크게 신경 쓰지 않는다	1명
슬럼프가 온 것 같아 의욕이 떨어진다	1명
내가 원래 그렇지 뭐.. 라는 생각을 한다	1명

[Q3 응답]

Q4. 가장 필요한 AI 기능은? (복수 응답)

응답	인원
변아웃이나 슬럼프 가능성을 미리 알려주는 기능	5명
비슷한 목표를 가진 사람들의 평균 패턴과 비교해주는 기능	5명
비현실적인 목표일 경우 목표 재설계를 제안하는 기능	2명
일시적인 하락인지, 실제 정체인지 구분해주는 기능	1명
텍스트 회고를 분석해 역량이나 성장 키워드를 정리해주는 기능	1명
목표 달성 예상 날짜를 알려주는 기능	1명

[Q4 응답]

Q5. AI가 내 기록을 분석해 지금 내가 어떤 상태인지 해석해준다면 도움이 될 것 같나요?

응답	인원
매우 도움이 될 것 같다	3명
어느 정도 도움이 될 것 같다	3명
보통이다	1명
별로 도움이 되지 않을 것 같다	1명

[Q5 응답]

Q6. 성장 과정 시각화 방식 선호도

응답	인원
주간/월간 성장 리포트 카드	4명
과거 슬럼프와 현재 상태를 비교해주는 그래프	3명
목표 달성까지 남은 기간을 보여주는 예측 그래프	1명

[Q6 응답]

Q7. 본 서비스 사용 의향

응답	인원
매우 그렇다	3명
그렇다	1명
보통이다	4명
그렇지 않다 / 전혀 그렇지 않다	0명

[Q7 응답]

## C 시장 조사

### ▶ C.1 시장 규모

지표	수치
글로벌 습관 추적 앱 시장 규모	약 149억 4천만 달러 (한화 약 20조 원)
시장 단계	성장 중
2026년 트렌드	단순 입력·체크 → AI 추천·개입·기록 강제 방향

[시장 규모]

### ▶ C.2 사용자가 집중하는 4가지 니즈

#	사용자 니즈
1	혼자서는 못 하니 지속 장치가 필요함
2	기록은 남기되 입력 부담은 싫음
3	동기부여는 원하되 지나친 비교나 과시는 피로함
4	앱이 자신을 도와주길 바람. 앱을 관리하느라 지치고 싶지 않음

[사용자 니즈]

▶ C.3 습관 포기 5가지 이유

#	포기 이유
1	처음부터 너무 크게 시작함
2	하루 빠졌을 때 실패로 해석함
3	행동 자체보다 결과만 봄
4	자기 방식이 아니라 남의 방식으로 함
5	환경 설계 부재

[습관 포기 이유]

▶ C.4 경쟁사 한계 분석

열품타 (4가지 한계)

#	한계
1	공부의 질보다 시간 숫자 경쟁으로 흐름
2	랭킹.그룹이 동기부여 아닌 비교 스트레스로 작용
3	"순공시간 채우기"가 목표화되어 앉아만 있는 시간이 늘어남
4	스터디 기능이 자기주도성보다 감시받는 공부에 가까워짐

[열품타 한계]

**투두메이트 (5가지 한계)**

#	한계
1	할 일 “완료 체크”에 치우침. 진행 중 과업의 흐름 추적 어려움
2	오늘 할 일에만 초점. 장기 목표 조망 어려움
3	루틴을 많이 등록할수록 관리 부담 증가
4	친구 피드·반응이 동기부여이면서 “보여주기식 성실”을 부름
5	기능이 늘수록 단정한 실행 도구에서 멀어짐

[투두메이트 한계]

**두 경쟁사의 공통된 구조적 한계**

- 데이터를 쌓고 표시할 뿐, 해석하지 않는다.
- 사용자가 직접 데이터를 해석해야 하므로 인지 부담이 크다.
- 비교·경쟁·감시·SNS 등 외부 자극에 의존하는 구조로 자기주도성이 약화된다.