

경희대학교 시각디자인학과

: 사용자 리서치를 기반으로 한 스몰브랜드 기획

Team 너의 세상으로

노가영 / 박서연 / 오다원 / 우태림

2026. 06. 22 (월)

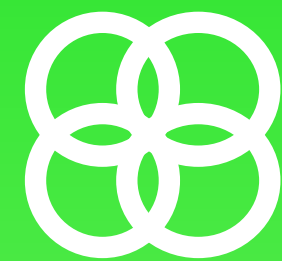


본 발표는 경희대학교 시각디자인학과
「스몰브랜드창업과운영」 수업에서 진행한 프로젝트 pt로,

**사용자 리서치를 바탕으로 소비자 니즈를 분석하고,
인사이트와 브랜드 기회영역을 도출하여
가상의 스몰브랜드를 기획한 과정입니다.**

스몰브랜드의 특징

1. 매출/ 순이익이 작은 것이 아니라 **고용 인원이 작은**
2. 투자유치를 목표하지 않고 **자기자본으로 소소하게**
3. 단기적 매출만을 목표로 하지 않고 **진정성있게 장기적으로**
4. 잘 할 수 있는 것을 중심으로 **브랜드의 개성을 뽐내**지게
5. 그 무엇보다도 **고객을 중심에 두는**



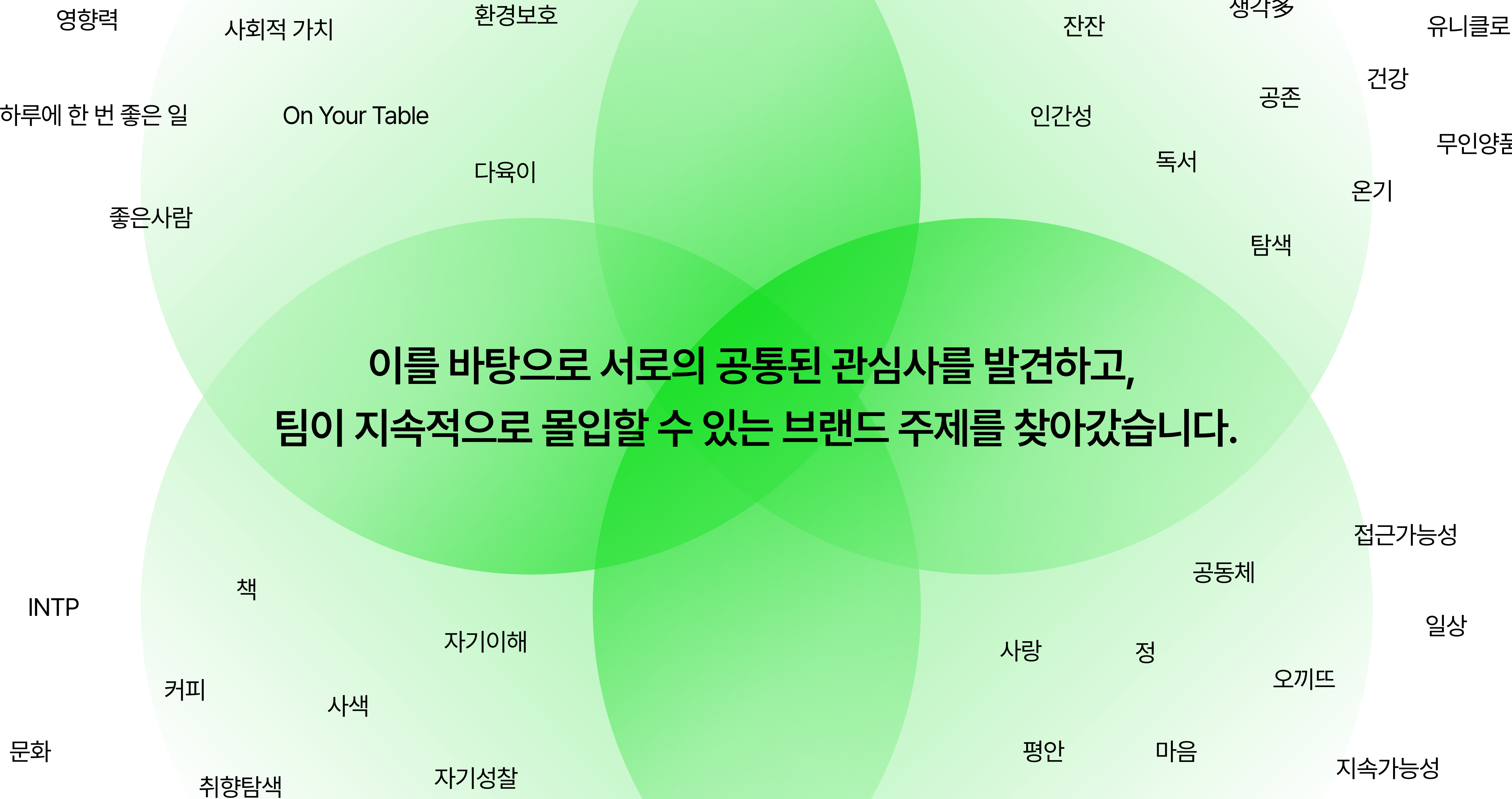
브랜드 탐색 다이어그램

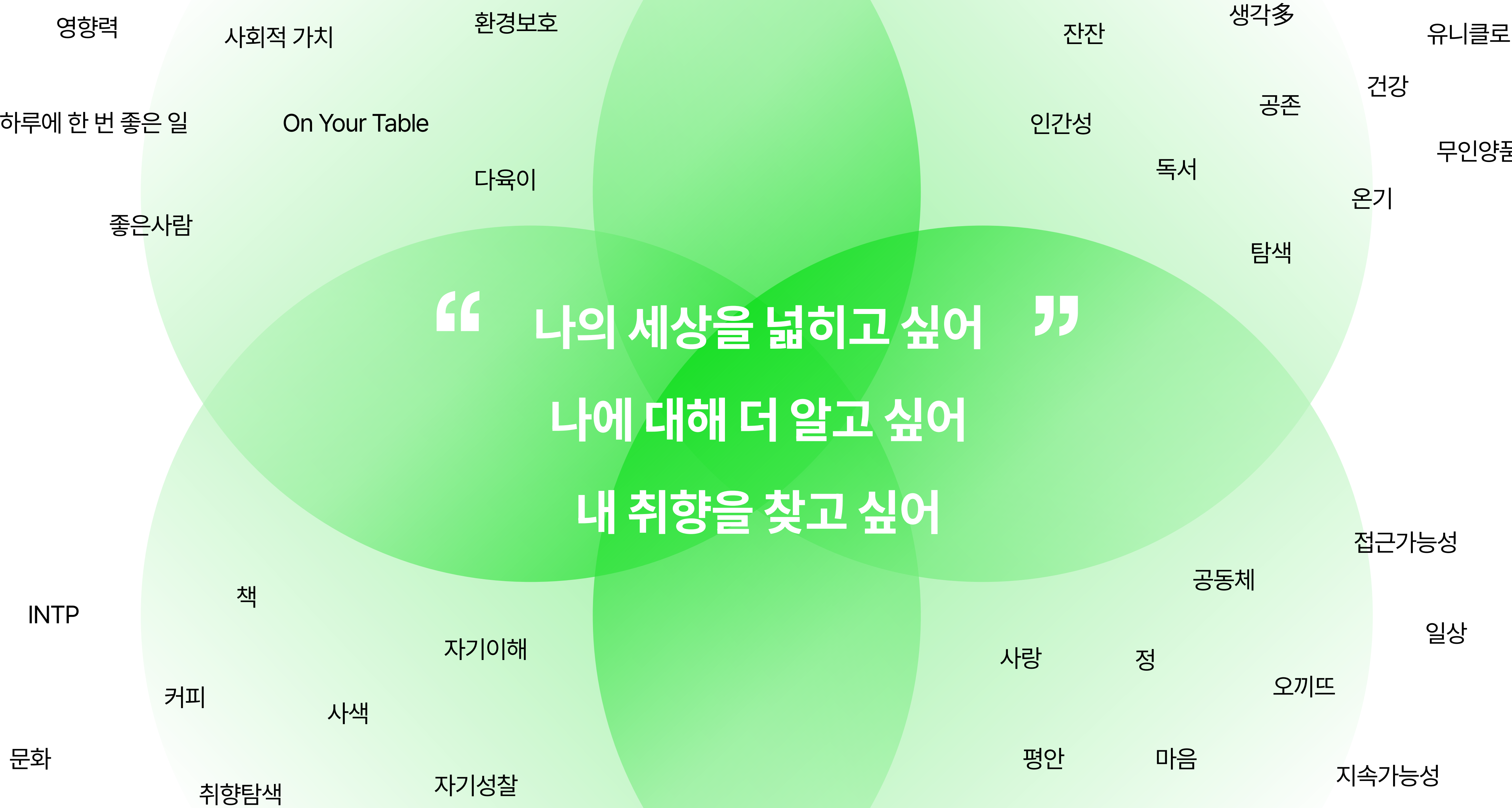
스몰브랜드는 우리가 지속적으로 애정을
가질 수 있는 관심사에서 출발합니다.

팀원 모두가 12가지 질문에 답하며 각자의 취향과 가치관을 정리했습니다.

Q. 나는 어떤 사람?	Q. 내게 중요한 가치와 메시지	Q. 내 브랜드의 핵심 아이템
Q. 내가 좋아하는 브랜드?	Q. 어떤 사람들의 공감을 받나?	Q. 내가 VS 사람들이 좋아할까
Q. 그 브랜드의 대표는 어떤 사람?	Q. 가치관 시각적 예시	Q. 브랜드 방향에 영향: 나? 고객?
Q. 대표와 나의 공통점	Q. 가치관에 관한 스토리	Q. 내 브랜드는 어떤 니즈를 충족?

브랜드 탐색 다이어그램







TEAM

너의 세상으로

창업 분야

나의 (고객의) 세상을 넓혀가는 어떤 것/경험

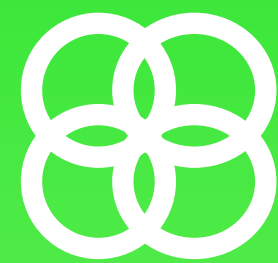
창업 이유

팀원들이 핵심 가치로 꼽은 키워드는 성찰, 좋은 일, 기분, 편안함, 온기 등으로 개인에게 초점이 맞추어져 있는 요소들입니다.

이 가치들은 단순한 소비나 외부 자극에서 비롯되기보다, 나 자신에 대한 깊은 이해가 있을 때 비로소 경험할 수 있다고 생각했습니다. 따라서 저희는 '나와 대면하는 순간'에 주목하게 되었습니다.

사람들은 빠르게 변화하는 사회 속에서 끊임없이 유행과 경쟁을 마주하고, 그 과정에서 "나만 뒤처지는 것은 아닐까"라는 생각에 불안과 압박을 느끼기도 합니다. **살아가는 데 필요한 진정한 힘은 본인의 내면에서 나온다고 생각합니다.**

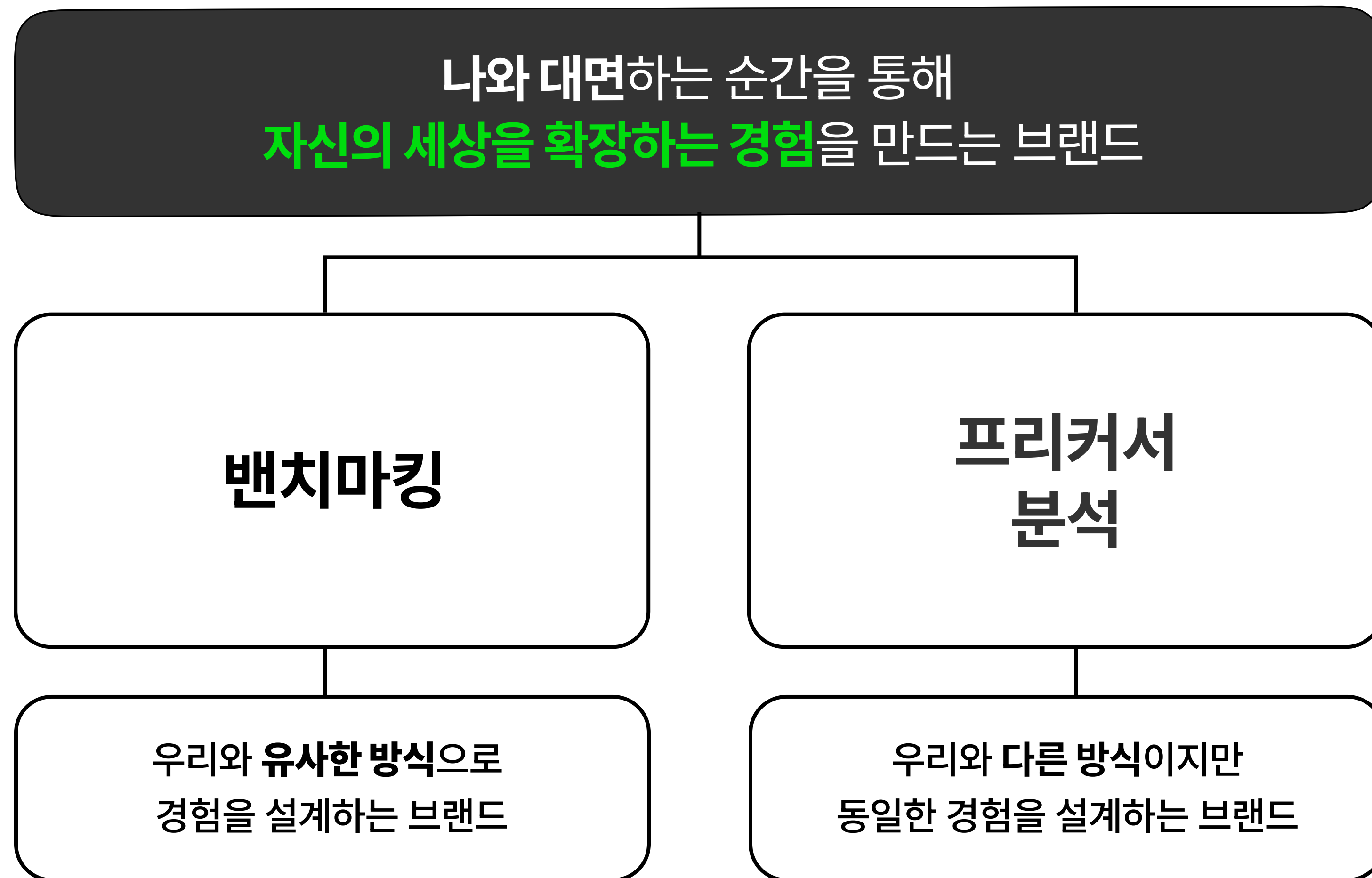
이에 저희는 사람들이 편안함을 느끼며 브랜드와 교류하고, **스스로를 발견할 수 있는 경험을 제공하고자 합니다.** 이를 통해 고객들이 자신의 감정과 생각을 마주하고, 나아가 **'자신의 세상을 넓히는 경험'을 하도록 돕고자 합니다.**



유사브랜드 분석

나의 세상을 넓혀가는 경험을 제공하는 브랜드들을
조사하고 분석했습니다.

두 가지 분석 방법을 활용했습니다.



다음 기준을 바탕으로 8가지의 유사 브랜드를 선정한 후, 분석을 진행했습니다.





그렇다면, 우리는 어떤 아이템으로 고객의 세상을 넓힐 것인가!

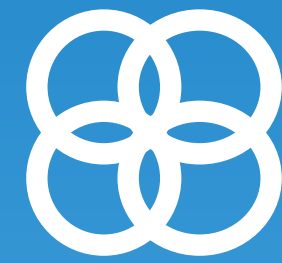
팀원들과 각자의 관심사를 바탕으로 아이디어이션 및 회의를 통해
아이템 후보군 선정 과정을 거쳤습니다.

브랜드 아이템 선정

식물을 통한 멘탈케어

오프라인 스토어 중심 + 온라인 케어 서비스로 대략적인 방향을 설정했습니다.





맥락적 리서치 설계 : 공감

①

리서치 계획

②

리서치 결과

③

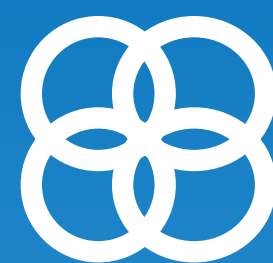
팩트 추출

④

니즈 도출

⑤

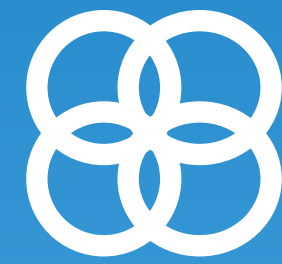
인사이트 도출



실제 고객이 되어보지 않는 이상,
고객의 니즈를 온전히 이해하기는 어렵습니다.

그래서 고객을 더 깊이 공감하기 위해,
그들의 삶의 맥락을 가까이에서 바라보고
깊은 마음을 이끌어낼 수 있는 리서치를 설계하고자 합니다.





리서치 계획

먼저 설정 아이템과 서비스를 기반으로 리서치를 계획했습니다.

①

리서치 계획

②

리서치 결과

③

팩트 추출

④

니즈 도출

⑤

인사이트 도출

소비자들에게 알고 싶은 정보를 카테고리로 나누어 정리했습니다.

라이프스타일

- 자기 소개
- MBTI
- 성격 및 성향
- 평일 & 주말 하루 루틴
- 좋아 하는 것
→ 물건/ 음식/ 사람/ 가치관 등
- 삶에서 큰 힘/원동력
- 최근 3개월간의 소비 중 가장 마음에 드는 소비
- 소비습관 & 패턴
- 취미
- ...

성격 및 성향,
생활 패턴, 소비 등

공간

- 좋아하는 공간과 이유, 특징 (분위기 등)
- 어떤 공간에서 힐링을 얻는지 (힐링 포인트)
- 평소에 제일 자주 가게 되는 장소
→ 그 공간에서 주로 뭘 하는지
- 특별한 날 가고 싶은 장소가 있다면
- 너무 힘들 때 어디로 도망 가고 싶은지?
- 본능적으로 찾는 자신만의 도피처
- 마음이 편한 장소가 있다면 (내부/ 외부)
- 가장 별로였던 공간, 어느 부분이 별로였는지?
- 가장 오래 머무르는 장소
- 목적에 따라 방문하는 장소의 종류
→ 쇼핑, 공부, 독서, 산책 등
-

개인의 공간 경험
및 취향 등

멘탈케어

- 스트레스를 가장 많이 받는 원인과 장소
- 어떨 때 멘탈이 가장 흔들리는 지?
- 스스로 실수하거나 부족하다고 느낄 때,
자신을 어떻게 대하시나요? (자책 or 너그러운?)
- 잠들기 전 가장 많이 드는 생각은?
- 멘탈이 무너졌을 때 본인의 모습
- 현재 멘탈케어를 위해 어떻게 하고 있는지
- 멘탈을 회복하기 위한 과정과 걸리는 시간
- 멘탈케어 방법이 변화된 과정
: 옛날엔 어떻게, 지금은 이렇게
- 기분 전환 할 때 내부 or 외부?
- 멘탈 케어를 위해 소비한 경험이 있는가
- ...

스트레스 원인과 회복,
개인의 주요 루틴

식물

- 식물을 키워본 경험의 유무
→ O : 식물을 키우는 데에 부담이 있는지 + 이유
→ X : 식물을 키우고 싶었던 적은 없는지
- 식물을 처음 키우게 된 계기
- 식물 관리는 어떻게 하고, 어떻게 생각하는지
- 식물을 기를 때 드는 감정은? 죽었을 때 or 잘 자랄 때
- 식물을 좋아하는지, 싫어하는지? + 이유
- 식물은 주로 어디서 구매하는가 (주요 구매처)
- 식물 구매 시, 고르는 기준
- 가장 좋아하는 식물, 피하게 되는 식물? + 이유
- 웃자란 식물에 대해 알고 있는지
- 식물 제외하고 다른 반려 아이템이 있는지
- 환경에 관심이 많은지?
- ESG에 대해 얼마나 알고 있는지
- ...

식물 및 자연에 대한
경험과 의견

이를 통해 총 5가지 데이터를 얻고자 했습니다.

first

사용자의 자아 인식 및 심리 상태 파악

- 평소 자신을 어떻게 평가하며,
어떤 상황에서 죄책/자책감을 느끼는가?

second

식물과 소비자 사이의 관계

- 식물을 보았을 때 자신과/자신의 어떤
모습과 닮았다고 느끼는가?
- 식물은 개인과 어떻게 상호작용하는가?

third

브랜드 수용도

- 식물을 구매할 의사가 있는가?
- 식물에 어떤 가치가 있어야
소비자의 구매를 유도할 수 있는가?

fourth

식물을 돌보는 행위와 소비자 사이의 관계

- 식물을 돌보는 행위가 본인에게 '나는
좋은 사람'이라는 확신을 주는 지점은
어디가 될 것인가?
- 식물을 돌보는 행위는 개인에게 어떠
한 영향력을 가지는가

fifth

실패에 대한 내성

- 식물을 키워본 적 있는가?
- 식물을 죽였을 때 감정적 타격은 어느 정도이며,
이를 어떻게 극복하는가?

첫번째, 심층인터뷰

심층 인터뷰 (In-depth Interview)

연구 주제에 대해 응답자의 생각, 경험, 동기, 가치관 등을 깊이 있게 탐색하는 1:1 인터뷰 방법

표면적인 의견만이 아니라, 질문을 파고들어 응답자가 스스로 인식하지 못한 욕구나 행동의 이유까지 밝혀내는 것이 목적임

개방형 질문을 중심으로 자유롭게 대화하면서 풍부한 질적 데이터를 얻을 수 있음

심층 인터뷰(In-depth Interview, IDI)는 서비스·제품 기획, 마케팅 조사, UX 리서치 등에서 고객의 경험·생각·감정을 깊이 파고들어 숨겨진 니즈를 발견하기 위해 자주 활용되는 질적 연구 방법으로 주로 신규 기획이나 고객 경험 분석에 유용

언제

- 신규 사업/서비스/브랜드/마케팅 기획 초기 단계 : 고객의 숨겨진 니즈, 동기, 불편을 발견하고자 할 때
- 고객 경험 이해 : 고객이 서비스/제품을 어떻게 사용하고, 어떤 감정을 느끼는지 깊이 파악할 때
- 고객 페르소나/여정맵 개발 및 구체화 : 실제 고객의 구체적인 이야기와 인용문으로 생생한 자료를 확보하고자 할 때
- 가설 또는 설문조사 보완 : 양적 데이터만으로 설명되지 않는 결과의 배경을 이해하고 싶을 때



In-depth interview 질문 가이드라인	
질문 영역	질문 예시
아이스 브레이킹 & 배경 파악	1. 간단히 자기소개 부탁드립니다. (연령, 직업, 생활 패턴 등) 2. 평소 하루 일과에서 자주 사용하는 서비스나 앱이 있나요? 3. 최근에 즐겨웠던 소비 경험이 있다면 어떤 것이었나요?
관련 서비스 이용 경험 탐색	1. [서비스/카테고리]를 언제, 어떻게 처음 접하셨나요? 2. 최근 [서비스/제품]을 이용한 경험을 떠올려 주실 수 있나요? 3. 그때 어떤 계기로 사용하게 되셨나요? (예: 필요, 추천, 광고 등) 4. 구체적으로 어떤 과정으로 이용하셨나요? (검색-선택-구매-사용)
만족/불만족 요인 파악	1. 이용하시면서 가장 **좋았던 점(만족 포인트)**은 무엇이었나요? 2. 반대로, **불편하거나 아쉬웠던 점(불만족 포인트)**은 어떤 것이었나요? 3. 그 경험에서 특히 기억에 남는 순간은 언제였나요? 왜 그렇게 느끼셨나요? 4. 해당 서비스/제품을 친구에게 추천한다면, 어떤 점을 강조하시겠어요?
심층 탐색 (동기·가치관 파악)	1. [서비스/제품]을 이용하면서 어떤 감정을 주로 느끼셨나요? (예: 편안, 피곤, 신뢰, 불안 등) 2. 만약 [서비스/제품]이 사람이라면 어떤 성격일까요? 3. 이 서비스가 없다면 어떤 점이 가장 불편할 것 같으세요? 4. 앞으로 이 서비스에서 꼭 개선되거나 추가되었으면 하는 점은 무엇인가요?
이상적 경험 및 기대 사항	1. 앞으로 [서비스/제품]을 이용할 때, 어떤 경험을 기대하시나요? 2. 본인이 생각하는 이상적인 서비스 경험은 어떤 모습인가요? 3. 만약 직접 이 서비스를 만든다면, 어떤 점을 가장 먼저 바꾸고 싶으세요?
마무리	1. 오늘 이야기 나누면서 추가로 떠오른 생각이 있으신가요? 2. 저희가 놓친 부분이 있다면 자유롭게 말씀해주세요.

심층 인터뷰(In-depth Interview, IDI)는 서비스·제품 기획, 마케팅 조사, UX 리서치 등에서 고객의 경험·생각·감정을 깊이 파고들어 숨겨진 니즈를 발견하기 위해 자주 활용되는 질적 연구 방법으로 주로 신규 기획이나 고객 경험 분석에 유용

어떻게

심층 인터뷰는 단순 질의응답이 아니라 탐구 과정이기 때문에 단계별 준비가 필요함

1.준비단계

- 연구 목적 정의: 무엇을 밝히고 싶은가? (예: “MZ세대가 브랜드 충성도를 갖게 되는 요인”)
- 대상자 선정: 연구 목적과 관련된 경험이 풍부한 사람을 리쿠르팅 (보통 5~15명 내외)
- 인터뷰 가이드(질문지) 작성 (일상 경험 → 특정 서비스 이용 경험 → 만족/불만족 이유 → 이상적인 경험)

2. 인터뷰 진행

- 분위기 조성: 편안한 대화처럼 시작 (스몰토크, 아이스브레이킹)
- 개방형 질문 활용: “왜 그렇게 생각하시나요?”, “구체적인 사례를 말씀해주실 수 있나요?”
- 탐색형 기법 사용
- 꼬리질문(probing): “그건 어떤 점 때문에 그렇게 느끼셨나요?”
- 투사법(projective techniques): “만약 이 브랜드가 사람이라면 어떤 성격일까요?”
- 비언어적 관찰: 표정, 말투, 망설임도 메모

3. 기록 및 정리

- 인터뷰는 반드시 녹음/녹화 + 필기 병행
- 이후 전사(transcription) 작업 → 주요 인용문, 키워드, 패턴 정리

4. 분석 및 인사이트 도출

- 패턴 찾기 클러스터링(clustering) : 응답을 주제별로 분류, 공통 경험, 반복적으로 언급되는 감정/니즈 도출
- 인사이트 정리: 서비스 개선 포인트, 새로운 기회 영역, 고객 가치 제안

5. 유의사항과 팁

- 소수 응답자의 내용으로 인사이트 도출에 활용하는 목적이며 통계적 대표성은 부족
- 통계적 대표성 필요 시 정량 조사(설문, 관찰 등)와 병행하면 좋음

호손 효과
(Hawthorne Effect)

사람들이 자신이 관찰되고 있다는 사실을 인식할 때, 평소와 다르게 행동을 바꾸는 현상

관찰자의 존재가 피관찰자의 행동에 영향을 미쳐 실제 '자연스러운 모습'을 왜곡하게 만드는 효과

1920~30년대 미국 시카고 근교 웨스턴 일렉트릭사의 호손 공장(Hawthorne Works)에서 진행된 생산성 연구에서 유래

유래

- ① 연구자들이 조명 밝기를 조정하면서 근로자들의 생산성을 측정했는데, 조건이 좋아지든 나빠지든 생산성이 항상 상승함
- ② 이유는 작업자가 '누군가 자신들을 연구하고 주목한다'는 사실 때문에 더 열심히 일했기 때문 → 이를 "호손 효과"라고 명명

Shadowing 등 관찰 조사에서의 호손 효과 문제

- ① 연구자가 옆에서 지켜보는 상황 자체가 조사 대상자의 행동을 바꿀 수 있음
- ② 이 경우, 실제 고객 경험과 다른 '가짜 행동 데이터'가 수집될 위험이 있음
- ③ 예:
 - 직원 관찰 시 → 평소보다 더 친절하게 고객 응대
 - 소비자 관찰 시 → 실제보다 더 꼼꼼히 제품을 비교
 - 서비스 사용 관찰 시 → 불만이나 불편을 덜 표현

호손 효과를 최소화 하는 법

- ① 관찰에 익숙해질 시간 주기 : 조사 초반 일정 시간을 '적응기'로 두고, 관찰자가 일정 기간 함께하면서 피관찰자가 익숙해지도록 함.
- ② 비간섭적 태도 유지 : 최대한 말을 걸지 않고, 행동을 유도하지 않으며, '그림자처럼' 따라다니는 태도 유지.
- ③ 장기간/반복 관찰 : 짧은 시간의 단발적 관찰은 왜곡 위험이 큼 → 여러 번 반복하거나 장기간 관찰해 패턴을 확인.
- ④ 보조 기록 활용 : 직접 관찰뿐 아니라 CCTV, 로그 데이터, 포토 다이어리 같은 자료를 병행해 실제 행동과 교차 검증.
- ⑤ 사전 설명 시 최소한의 정보 제공 : 조사 목적을 너무 구체적으로 밝히지 않고, '일상적인 활동을 자연스럽게 해주시면 된다' 정도로 안내.
- ⑥ 사후 인터뷰 병행 : 관찰 이후 '오늘은 평소와 다르게 한 점이 있었나요?' 같은 질문으로 왜곡 가능성을 확인.

두번째, 셀프 포토 다이어리

포토 다이어리 (Photo diary)

참여자가 일정 기간 동안 자신의 일상, 서비스 이용, 제품 사용 상황 등을 사진으로 기록하고 간단한 메모를 남기는 조사 방법

연구자가 직접 관찰하지 않아도, 참여자의 시각적·개인적 경험을 생생하게 수집할 수 있음

참여자가 사진이라는 도구를 통해 자신의 경험을 '눈에 보이는 데이터'로 표현한 직관적 자료임

파일이나 출력물로 제작된 다이어리에 조사 대상자가 자신의 일상, 관심사, 주제 관련 질문에 답을 작성하도록 하여 자료를 수집하는 간접관찰 방법으로, 사용자 생활 맥락·숨은 니즈·감정적 경험을 탐색하는 데 유용

언제

- 생활 속 맥락(Context) 조사: 사용자가 언제, 어디서, 어떻게 서비스를 이용는지 알고 싶을 때
- 신제품/신서비스 기획 전: 고객의 실제 생활 환경과 니즈를 깊이 이해할 때
- 새도입이 어려운 경우: 연구자가 직접 동행 관찰하기 어려운 상황(예: 집에서의 사생활, 장기간 사용)
- 감정·경험 탐색: 말로 설명하기 어려운 감정이나 경험을 사진으로 포착하고 싶을 때

어떻게

새도입은 단순히 지켜보는 것이 아니라, 체계적인 계획과 기록이 필요함

- 1.준비 단계
 - ① 조사 목적 설정: 무엇을 알고 싶은가? (예: "집에서의 스마트가전 사용 경험")
 - ② 참여자 모집 & 안내: 대상자에게 조사 목적과 방법 설명 → 동의 확보
 - ③ 가이드라인 제공: 무엇을 찍어야 하는지 task 제공 (예: 서비스 이용 순간, 불편한 장면, 즐거운 순간), 어떻게 기록할지 방법 가이드 (예: 사진+ 메모, 앱 업로드, 종이 다이어리), 작성 기간 안내 (보통 3일~2주 정도)
- 2.수행 단계
 - ① 참여자가 자신의 일상 속에서 주어진 주제에 맞춰 사진 촬영 → 간단한 설명 작성
 - ② 연구자는 중간에 간단한 피드백이나 알림을 보내 참여율을 유지
- 3.수집/정리
 - ① 참여자가 제출한 사진과 메모를 수집
 - ② 시간 순서·주제별로 정리 (예: 불편 포인트 모음, 즐거운 경험 모음)
- 4.분석 단계
 - ① 시각 자료(사진)와 텍스트를 함께 해석
 - ② 공통된 패턴, 반복적으로 등장하는 상황, 고객의 숨은 니즈 도출
 - ③ 이후 심층 인터뷰(IDI)와 연결해 활용하면 더 깊은 인사이트 확보 가능

A. 심층 인터뷰

선택이유

- 팀 주제에 대해 깊이 있는 질문과 꼬리 질문 가능
- 응답자의 경험, 의견, 감정, 심층적 내면 파악 가능

유연한 대처 가능

꼬리질문을 통해 즉석으로 심도있는 질문이 가능
새로운 기회를 만들 수 있다는 점이 장점

풍부한 소통 가능

응답자의 말투, 억양, 표정 등 비언어적 신호를 함께 포착 가능하여,
이를 통해 답변에 대한 중요도와 감정 등 다양한 메시지를 얻을 수 있음.

→ 질문을 통해 4가지(라이프스타일, 공간, 식물, 멘탈) 항목 모두 균형있게 파악 가능

우려사항

한정적 기회

정해진 시간 내 대화 한번으로 인터뷰이를 모두 파악하기 어려움
또한 즉석에서 질문을 받는다면, 기억을 회상해야하므로 답변의 정확성이 떨어질 가능성 있음

답변의 부정확성

인터뷰이가 개인적인 부담을 느껴 스스로를 드러내는 질문에 대해 솔직한 답변을 제공하지 않을 수 있음
→ 편안한 일상 대화 환경으로 만들기

B. 셀프 포토 다이어리

선택이유

- 멘탈관리 → 개인의 내밀한 마음을 다루는 것이므로 사적인 측면에 속함
- 인덱스 인터뷰는 인터뷰이가 속마음을 드러내기 어렵다는 한계가 있음
- 인터뷰이가 편한 환경에서 자연스럽게 이야기를 터놓도록 제공하기 위해 선정

정보의 생생함

인터뷰이가 일상 속에서 그때그때 작성 → 보다 생생한 내용을 담기 가능
상대 없이 혼자 토로하는 이야기 → 필터 없이 솔직하게 작성 가능

과정 포착 가능

일시적인 대화 형식인 인덱스 인터뷰와 달리 일정 기간동안 꾸준히 작성
→ 인터뷰이의 생각 변화나 일상 패턴 등 파악 가능

→ 멘탈케어 위주 파악 + 라이프스타일 (추가로 공간 경험 및 식물집사 이야기)

우려사항

높은 자율성

자유롭게 일정 기간동안 작성해야 함 → 개인의 의지와 행동에 결과가 달려있음

내용의 한계

인터뷰는 개인 내면의 이야기이므로 본인의 모든 이야기를 다 드러낼 확률은 적음 → 얻는 정보 한정적
한계점 보완을 위해 팀원끼리 각자 작성하기로 결정

인터뷰 흐름



인터뷰 유의사항

- 질문 리스트에 적힌 대로 딱딱하게 묻는 것 지양하기
- 열린 질문과 닫힌 질문을 적절히 섞기
- 꼬리 질문 적극 활용 (ex. 왜? 무엇을?)
- 응답자에게 양해를 구한 뒤 꼭 녹음할 것
- 기록 정리 시, 응답자의 말투를 그대로 기록할 것
- 응답자의 마음을 열기 위해, 내 이야기도 전달하고 진심을 기꺼이 내비칠 것
- **응답자의 마음 속에 있는 진심과 니즈를 끌어올리도록 노력할 것**

인터뷰 대상자 및 선정이유

자신만의 세상을 넓히고자 하는 열망과 식물을 통한 소소한 성취감은 누구에게나 유효
특정 연령이나 성별에 국한되지 않는 우리 브랜드만의 폭넓은 잠재 고객을 확인하기 위해 대상을 제한하지 않음

- 20대 후반의 취준생, 남성
- ISTP
- 식물을 사랑함, 식물이랑 대화도 하는 듯
- 주기적 양재 방문 → 식물 구매
- 중고사이트에서 식물 구매
- 식물에 잡학다식

P

- 50대 중반, 여성
- 식품 기업 사업가, ESFP
- 카리스마 넘치면서도 소녀 감성
- 식물을 좋아하지만, 여유가 없어 돌볼 시간이 없음

H

- 20대 중반의 학생, 남성
- INTP
- 작년 11월 키우던 강아지랑 이별 (본인 기준 가장 소중했던 존재)
- 진짜 식물인지 모르고 진짜 식물을 구매함 (일본 선인장 가차)

K

- 20대 후반, 여성
- 2년차 직장인, ESTJ
- 자격증 시험 준비 중이어서 바쁨
- 식물에 큰 관심은 없는 것 같은데, 있으면 좋아할 것 같은 느낌

O

- 20대 중반 취준생, 여성
- INFP
- 최근 연애 시작, 잦은 다툼으로 힘들
- 취준 + 알바 + 연애로 바쁨
- 식물에는 전혀 관심 없어보임

N

- 20대 초반 휴학생, 여성
- ENTP
- 집/ 밖 둘다 선호
- 자존감 MAX
- 식물에 관심 많음

G

- 20대 초반의 학생, 여성
- INFJ
- 본인의 외모 때문에 낮은 자존감
- 최근 운동을 하며 자존감을 키움
- 식물에 관심 없음

S

추가 인터뷰 대상자 = 팀원

그리고 선정이유

우리가 만든 브랜드 다이어그램의 공통 요소를 잡아 주제 선정,
따라서 우리 또한 타겟층으로 잡을 수 있다고 판단

또한 팀원 각자 다양한 MBTI와 성향, 취향을 공유한다면
인사이트의 다양한 분석에 용이할 것

- 23살
- ISTJ, 필요시 ESTJ
- 계획을 세워 정해진 대로 움직이는 것 선호
- 예상치 못한 상황을 어려워함
- 낮잠, 간식타임
- 작고 귀여운 식물 좋아함
- 다육이를 주기적으로 구매 후 키우고 있음

U

- 23살
- INTP/J
- 수용적, 내향외향 반반
- 대화, 산책, 구경, 집중 좋아함
- 자연과 식물 선호, 키우는 건 생각 X
- 웃자란 식물에 대한 거부감은 없음

Y

- 22살
- ISFP
- 낮가리지만 친해지면 활발함
- 근본적인 문제를 찾아 해결하는 것을 좋아함
- 날씨 좋은 날 멍 때리는 것을 좋아함
- 웃자란 식물 귀여움
- 식물을 돌봐야 하는 존재로 인식

T

- 25살
- INTP
- 온오프 데이 확실, 호불호 확실
- 해석의 여지가 많은 것을 좋아함
- 식물을 좋아하지만 키우는 데 거부감
- 웃자란 식물 구매 의향 없음

W

질문 리스트

라이프스타일

- 안녕하세요! 간단한 자기 소개 부탁드립니다.
- 00님의 mbti가 궁금해요.
- 00님의 평일 루틴이 궁금해요.
- 00님의 주말 루틴이 궁금해요.
- 00님이 특별히 좋아하시는 게 있나요?
- 00님은 취미가 있으신가요?
- 최근 3개월간의 소비 중, 가장 마음에 들거나 기억에 남는 소비가 있다면 무엇인가요?
- 00님의 삶에서 큰 힘이 되거나 원동력으로 작용하는 것은 어떤 것이 있나요?

성향, 일상 루틴, 관심사, 소비 경험을 중심으로
라이프스타일 탐색

멘탈 케어

- 요즘 하루 중에서 가장 많은 시간을 보내는 곳이 어디인가요?
그곳에서 주로 어떤 일을 하면서 시간을 보내시나요?
그 시간대에 기분이나 컨디션은 어떤 편이신가요?
- 하루를 보내면서 가장 신경 많이 쓰이거나 바쁜 순간은 언제인가요?
그때 가장 신경 쓰이는 건 어떤 부분인가요?
그런 상황이 자주 반복되는 편인가요?
- 최근에 조금 힘들었던 순간이 있었나요?
어떤 점이 가장 부담스럽거나 신경 쓰였나요?
그 상황이 오래 지속됐나요, 아니면 금방 지나갔나요?
- 일이 잘 안 됐을 때 보통 어떻게 넘기는 편이신가요?
그런 방식이 도움이 된다고 느끼시나요?
- 실수하거나 계획대로 안 됐을 때 기분이 오래 가는 편인가요?
보통 얼마나 지나야 괜찮아지시나요?
빨리 회복될 때와 아닌 때의 차이가 있나요?
- 잠들기 전에는 주로 어떤 생각을 하면서 시간을 보내세요?
그 시간이 편안한 편인가요, 아니면 생각이 많아지는 편인가요?
생각이 많을 때는 어떻게 정리하려고 하시나요?
- 평소보다 집중이 안 되거나 컨디션이 떨어지는 날이 있나요?
그런 날에는 하루가 어떻게 흘러가나요?
스스로 그런 상태를 알아차리는 기준이 있나요?
- 기분을 다시 괜찮게 만들 때 주로 어떤 방법을 쓰시나요?
그중에서 가장 효과 있었던 방법은 무엇인가요?
반대로 별로 효과 없었던 것도 있나요?
- 기분이 회복되기까지 보통 얼마나 걸리는 편이신가요?
빠르게 회복될 때는 어떤 조건이 있었나요?
오래 걸릴 때는 어떤 이유가 있었던 것 같나요?
- 기분 전환할 때 혼자 있는 편이신가요 아니면 밖에 나가는 편이신가요?
- 요즘 자주 하는 리프레시 방법이 있다면 무엇인가요?
그것을 하게 된 계기가 있었나요?
하고 나면 어떤 변화가 느껴지시나요?
- 기분을 바꾸기 위해서 무언가를 구매해본 경험이 있으신가요?
어떤 상황에서 그런 선택을 하게 되셨나요?
실제로 도움이 됐다고 느끼셨나요?
- 최근에 '나를 위해 썼다'고 느껴지는 소비가 있다면 어떤 것인가요?
그때 어떤 기분이었어요?
아쉬웠던 점이나 부족했던 부분도 있었나요?
- 힘들 때 '이런 게 있었으면 좋겠다'라고 느낀 적 있으신가요?

일상 속 감정 흐름과 회복 방식 파악

공간

- 보통 시간을 많이 보내는 곳은 어디인가요?
- 평소에 집에 주로 계신가요? 아니면 밖에 돌아다니시나요?
- 돌아다닐 때는 어떤 방식으로 돌아다니시는가
- 좋아하는 공간이 있으신가요? (이유, 특징, 분위기 등)
- 평소에 남는 시간이면 어디로 향하시나요?
- 어떤 공간에서 힐링을 얻는지
- 기억에 남는 공간이 있으신지'
- 평소에 제일 자주 가게 되는 장소 (주로 뭘 하는지)
- 기분에 따라 찾게 되는 장소가 있다면?
- 본능적으로 찾는 자신만의 도피처
- 어디든 갈 수 있다면 가고싶은 곳
- 가장 별로였던 혹은 싫어하는 공간 (어느 포인트에서?)

개인의 공간 향유 방식 및 경험 파악

집이 좋은 사람

- 요즘 하루 중에서 가장 많은 시간을 보내는 곳이 어디인가요?
그곳에서 주로 어떤 일을 하면서 시간을 보내시나요?
그 시간대에 기분이나 컨디션은 어떤 편이신가요?
- 하루를 보내면서 가장 신경 많이 쓰이거나 바쁜 순간은 언제인가요?
그때 가장 신경 쓰이는 건 어떤 부분인가요?
그런 상황이 자주 반복되는 편인가요?
- 최근에 조금 힘들었던 순간이 있었나요?
어떤 점이 가장 부담스럽거나 신경 쓰였나요?
그 상황이 오래 지속됐나요, 아니면 금방 지나갔나요?
- 일이 잘 안 됐을 때 보통 어떻게 넘기는 편이신가요?
그런 방식이 도움이 된다고 느끼시나요?
- 실수하거나 계획대로 안 됐을 때 기분이 오래 가는 편인가요?
보통 얼마나 지나야 괜찮아지시나요?
빨리 회복될 때와 아닌 때의 차이가 있나요?
- 잠들기 전에는 주로 어떤 생각을 하면서 시간을 보내세요?
그 시간이 편안한 편인가요, 아니면 생각이 많아지는 편인가요?
생각이 많을 때는 어떻게 정리하려고 하시나요?
- 평소보다 집중이 안 되거나 컨디션이 떨어지는 날이 있나요?
그런 날에는 하루가 어떻게 흘러가나요?
스스로 그런 상태를 알아차리는 기준이 있나요?

성향에 따른 분류 질문

밖(외출)이 좋은 사람

- 주로 방문하는 장소가 어디인가요?
- 가는 장소의 기준이 있나요?
- 가장 기억에 남는 공간이 궁금해요
- 가장 최근에 다녀온 곳은?
- 가장 자주 들리는 곳이 있다면?
- 집에 계신다면 어떤 걸 주로 하세요?

식물

- 식물을 좋아하시나요? 싫어하시나요? + 이유
- 식물을 키워본 적이 있나요?
어떤 식물을 키워봤나요? 처음 구매한 식물은?
식물을 키우기로 결심한 가장 큰 이유는 무엇이었나요?
(없다면) 식물을 키워보고 싶었던 적이 있나요?
- 식물에 물을 주거나 햇빛을 보여줄 때 어떤 생각을 하나요?
식물을 키우는 행위가 본인의 정서에 어떤 영향을 준다고 생각하시나요?
- 식물을 키우면서 가장 행복했던 순간은 언제였나요?
식물이 잘 자랄 때 어떤 감정을 느끼나요?
- 식물을 키우면서 가장 슬프던 순간은 언제였나요?
식물이 죽었을 때 어떤 감정을 느끼나요?
죽은 이유가 관리 부족 or 아니면 환경 탓이라고 생각하시나요?
- 식물을 주로 구매하는 곳이 있나요?
있다면 왜 그곳에서 자주 구매하시나요? + 이유
- 식물을 구매하는 기준이 있나요?
구매할 때 가장 중요하게 느끼는 부분과 이유 + 가장 피하는 부분과 이유
- 식물을 구매하고 구매처가 식물 케어에 어떤 도움을 주면 좋겠나요?
만약 식물이 시들거릴 때 구매처에서 어떤 위로나 조치를 해주길 바라시나요?
- 이 사진(웃자란 식물)을 보면 어떤 느낌이 드나요?
웃자란 식물에 대해 알고 있나요? (웃자란 식물 설명)
웃자란 식물을 저렴하게 판매한다면 키울 의향이 있나요?
웃자란 식물 구매 시 환경 보호가 된다면 살 의향이 있나요?
어떤 포인트가 있다면 웃자란 식물을 구매하실 것 같나요?
- 식물을 제외한 다른 반려 아이템이 있나요?
- 오프라인 스토어에 방문한다면 어떤 분위기가길 원하시나요?
조용한 명상 공간 or 따뜻한 대화가 있는 공간 등

식물 구매 및 돌봄에 따른 전반적인 경험

셀프 포토 다이어리 형식 및 목표

사진 + 글

일어나서 → 잠들기까지 **하루 일과 기록**

감정 기록하기 (특히 부정적인 감정)

어떤 원인 → 어떤 감정 → 어떤 행동

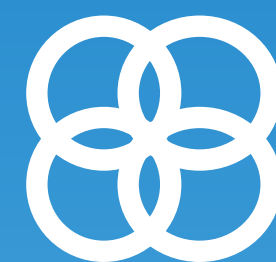
평일 이틀 + 주말 하루 = 총 3일 이상

부담스럽지 않는 선에서 기록

거짓 기록 금지

얻고자 하는 데이터

- 사람들의 일상 패턴 중 **공통**되는 부분 발견
- **학업, 근무, 식사, 취침 외 시간** 알아보기
- 주로 방문하는 공간
- 주로 만나는 사람
- 하루를 보내는 루틴
- 하루 중 이 사람이 느끼는 감정의 원인과 결과



심층 인터뷰 결과

총 11명을 대상으로 심층 인터뷰를 진행했습니다.



인터뷰이 T

K대 시각디자인과 재학생 (21세, 여)

조사 방법	1:1 심층 인터뷰
인터뷰 장소	대면 인터뷰, 기숙사 휴게실
조사 기간	26년 04월 07일 10시 30분

“나도 좀 쉬고 싶은데”

“카페나 산책로를 주로 가요.”

“부정적인 감정이 들 때 기록을 많이 해요.”

“저만 신경 쓰는
아주 한 끝 차이의 디테일이 있어요.”

“기도하고 말씀 읽는 데에서
삶을 살아갈 힘을 얻는 것 같아요.”

“나에게 좋은 걸 하면서
나를 케어 한다는 기분도 들어서 좋아요.”

“부모님이 운영하시는 카페에 가서 엄마가 구운 빵 먹으
면서 힐링하다가 다시 와서 과제합니다.”

인터뷰이 N

가구 디자인회사 취준생 (25세,여)

조사 방법	1:1 심층 인터뷰
인터뷰 장소	비대면 화상 인터뷰
조사 기간	26년 04월 10일 00시 30분

“식물을 보면 힐링이 되긴 해요.”

“청소는 전후 차이가 확실하게
바로 보여서 기분이 좋아요.”

“취업에서의 어려움은 생각하지 않고
회피하려고 합니다.”

“제 방이요. 문 닫으면 아무도 못 들어오고
안 들어오는 나만의 공간이에요.”

“식물이란 인간이 물을 주지 않으면
죽는 인생이구나.. 귀찮구나..”

인터뷰이 P

K대 스마트팜학과 졸업생 (26세, 남)

조사 방법	1:1 심층 인터뷰
인터뷰 장소	대면 인터뷰, 인터뷰이 집
조사 기간	26년 04월 10일 2시 30분

- "식물 보는 걸 좋아합니다."
- "자신을 위해 쓴다는 게 어렵네요."
- "저는 잠 자는 게 제일 좋아요."
- "원래 무언가를 키우는 거 자체를 좋아해요."
- "그냥 재미있어요.
막 힐링이 된다는 것보다 그냥 보면 좋아요."
- "또 여자친구가 엄청 좋아하고 맛있게 먹어줘서
의미 있고 기분이 되게 좋았어요."
- "사람 제외하면 동식물은 다 좋아해요.
여건이 안돼서 식물만 키우는 중입니다."
- "식물이 잘 자라거나 꽃을 피우는 등
결과가 보일 때 완전 좋고 사진 왕창 찍어요."

인터뷰이 W

K대 시각디자인학과 재학생 (25세, 여)

조사 방법 1:1 심층 인터뷰
인터뷰 장소 K대 예술디자인대학 1층 라운지
조사 기간 26년 04월 07일 11시 30분

“저는 분석하는 거 되게 좋아하고
그래서 생각할 거리가 많은 걸 좋아해요.”

“항상 말했는데 나중에
꼭 어촌 마을에서 살겠다고 했거든요.”

“원래 생각이 많은 사람이어서 그런지,
그냥 가만히 누워 있는 게 잘 안 돼요.”

“계절을 되게 많이 타거든요. 겨울에서 봄 넘어갈 때
갑자기 따뜻해지는 시기.”

“삶을 좀 길게 보려고 했는데 그러다 보니까 지치더라고요.
그래서 그냥 단순하고 짧게 보려고 해요.”

“꼭 쉬자 놀 때는 놀고 쉴 때 쉬고 할 때는 하자.
이게 강해요.”

“저는 실행력이 되게 부족해서, 사는 데까지 고민을 되게
많이 해요. 주변에서 저를 좀 부추겨 주는 사람이 필요한 편”

인터뷰이 G

K대 정치외교학과 휴학생 (22세, 여)

조사 방법	1:1 심층 인터뷰
인터뷰 장소	비대면 전화 인터뷰
조사 기간	26년 04월 11일 13시 00분

“나는 날씨에 영향을 진짜 많이 받는 사람이야.”

“해가 지면은 이제 좀 귀소 반응이 나오는 것 같아.”

“나는 장소를 가기까지 이제 걸어가거나 아니면 대중교통을 타고 가잖아. 그러면 그 거리를 보는 걸 좋아해.”

“햇빛을 받으면 기분이 상쾌해지고 그냥 진짜 기분 좋아져. 걱정거리도 없어지는 것 같고 그 시간이 소중한짐을 느껴.

“들 때 나는 그 시간이 멈췄으면 좋겠어. 내가 힘들다고 해서 세상이 그걸 기다려주는 건 아니잖아.”

“시청을 우연히 지나가게 됐는데 거기에 야외도서관이 펼쳐져 있는 거야. 그때 우연치 않은 발견이 좋아져서, 그 장소가 지금까지 내가 좋아하는 공간이 됐어.”

인터뷰이 H

식품 기업 직장인 (55세, 여)

조사 방법	1:1 심층 인터뷰
인터뷰 장소	비대면 전화 인터뷰
조사 기간	26년 04월 11일 16시 00분

“다시 삶에 대한 욕구가 다시 떠올라. 식물을 보면.
자연의 일부이고 그리고 싱그럽잖아”

“ 나무도 보고 들도 보고 사람들이 살아가는 모습들도 보고
이런 것들 그런 것들이 좋아요. 일상적인 삶에서 시간에서
벗어날 수 있으니까”

“별로 해피하지 않지만 뭔가 좋은 뜻이 있겠지
뭐 이렇게 생각을 하지”

“ 너무 힘들 때 도망가고 싶어요. 다른 나라로요.
거기 가면 아는 사람이 아무도 없잖아.”

“”원동력은 자연. 자연에 봄, 여름, 가을, 겨울이 있듯이
우리 인생에도 계절이 있고 그 다음에 그곳에 비바람도 있고
어렵고 힘든 시기들이 다 이렇게 순차적으로 다 넘어가잖아.
그것도 우리 인생과 같지 않을까 그런 생각을 해요.”

인터뷰이 K

K대 기계공학과 재학생 (24세, 남)

조사 방법	1:1 심층 인터뷰
인터뷰 장소	카페 임브레이스
조사 기간	26년 04월 08일 14시 58분

“난 평소에 궁금증이 많아.”

“마음이 복잡하니까 탁 트인 곳을 찾게 돼.”

“여자친구 만나고 그러면 좋지.”

“자기 전 그 시간에 불편이 큰 것 같아.
생각을 자꾸 하면 할수록 잠을 못 자니까.”

“그런데 내가 선택한 것들은 다 도피인 것 같아.
그 순간만큼은 풀어지는 느낌을 받으려고”

“시끄러운 것 자체가 싫다기보단
분위기가 싫어. 의미없는 소음”

“열심히 살다 보면 내 세상은
자연스럽게 넓어지는 거니까.”

인터뷰이 S

W대 뷰티디자인학부 재학생 (22세, 여)

조사 방법	1:1 심층 인터뷰
인터뷰 장소	비대면 화상 인터뷰
조사 기간	26년 04월 08일 18시 51분

- “난 내 세계를 넓히고 싶어.”
- “누가 나를 좀 안아줬으면 좋겠다 싶었어.”
- “친구랑 같이 키웠어서 더 의미가 컸어.”
- “나는 과정도 중요하지만
결과가 눈으로 보이는 게 좋은데.”
- “내가 좀 통통한 편이라서.
내 모습을 볼 때도 좀 자존감이 낮아지더라고”
- “힘들어도 지금은 울면 안 되는 상황이다 싶으면
아예 생각을 다른 데로 돌려버리는 것 같아.”

인터뷰이 Y

K대 시각디자인학과 재학생 (23세, 여)

조사 방법	1:1 심층 인터뷰
인터뷰 장소	K대 예술디자인대학 1층 라운지
조사 기간	26년 04월 07일 10시 13분

“생각이 복잡하면
일단 무조건 걷는 편이거든요.”

“내가 왜 작은 거에
이렇게 매몰되어 있었을까?
이런 생각이 들 때도 있고.”

“뜻하지 않은 순간들 이런 것도
원동력이 되는 것 같아요.”

“나 아니면 누가 나를 위해서
이렇게 돈을 쓰겠나 이런 생각이 들기도 해요.”

“잠시나마 제가 좋아하는 걸 보면
그때만큼은 아무 생각없이 내가 어떻게
느끼는가에 집중할 수 있어서 좋아요.”

인터뷰이 U

K대 시각디자인학과 재학생 (23세, 여)

조사 방법	1:1 심층 인터뷰
인터뷰 장소	제2기숙사 휴게실
조사 기간	26년 04월 10일 11시 03분

“취미를 할 시간이 있나?
나한테 투자할 시간이 없어요”

“결과물을 만족스럽게 내면
기분이 좋습니다.”

“선선하고 바람 뽕뽕 들어오고,
노래는 잔잔하게
틀어 놓는 것을 좋아합니다.”

“내가 좋아하는 사람이
식물을 좋아하니까
나도 따라서 좋아하게 된 것 같아”

인터뷰이 O

보험사 직장인 (27세, 여)

조사 방법	1:1 심층 인터뷰
인터뷰 장소	O의 집
조사 기간	26년 04월 11일 22시 34분

“꽃이랑 나무도 있어서
되게 리프레시가 잘 되는 것 같아요.”

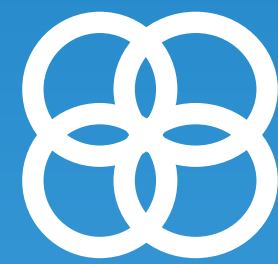
“산책하면서 기분을 환기하면,
다시 새로운 마음으로 일을 할 수 있어요.”

“맛있는 거 사 먹으면서
기분 전환하는 경우가 많고요.”

“저는 약간 워톤 느낌 공간을
좋아하는 것 같아요.”

“제가 탁 트인 공간을 되게 좋아해요.
제 방은 좀 답답한 느낌이 있어서.”

“식물 자체를 좋아한다기보다는
자연을 좋아하는 것 같아요.”



셀프 포토 다이어리 결과

팀원 4명을 대상으로
우려사항을 보완할 리서치를 추가 진행했습니다.



K대 시각디자인학과 재학생 (23세,여)

조사 대상자 U
조사 방법 셀프 포토 다이어리 (사진, 셋로그)
조사 기간 26.04.08 ~ 26.04.11

“저녁 먹기 귀찮아서”
“마라탕은 정말 신기한 음식이야”
“취식실 지박령 재등장!”
“본격적인 공부 전에 잠시 낮잠을 자겠습니다.”
“좀만 더.. 좀만 더.. 하다가 늦게 일어나기”
“고생한 자신에게 스스로 간식 선물하기”

주요 방문 장소 기숙사, 알바지, 남자친구 집 주요 인간관계 남자친구

주요 일과와 감정

- 2026년 04월 08일 수요일
전공 수업 들으러 등교하기 → 편의점에서 점심 사기 → 풀강으로 지친 몸 이끌고 기숙사로 복귀 → 낮잠 자기 → 저녁 먹을 시간 놓치기 → 기숙사 취식실에서 작업 및 과제하기
- 2026년 04월 09일 목요일
수업 시작 전에 기상해서 교양 들으러 가기 → 오늘도 어려웠던 영어 수업에 우울해하고 기죽기 → 낮잠으로 회피하기 → 마음 진정 후 다시 할 일 하기 → 오늘도 저녁 대신 간식 먹기 → 열심히 공부 → 남자친구가 당 떨어지지 말라고 사다준 간식에 위로받고 새벽 늦게까지 열공
- 2026년 04월 10일 금요일
늦잠 자기 → 어제 늦게 잔거 후회하면서 택시 타기 → 가는 동안 수업 끝났을까봐 불안해하기 → 다행히 잘 마치고 기숙사로 복귀 → 가장 졸리고 어려운 법 수업 듣기 → 기숙사로 복귀 후 낮잠 → 고생한 나에게 마라탕 수혈하기 → 기숙사 세미나실에서 새벽 늦게까지 과제 → 너무 지쳐서 남자친구 집으로 도피
- 2026년 04월 11일 토요일
배고파서 눈에 보이는 거 다 먹기 → 열심히 과제는 하지만 매 하루가 과제만 하는 것 같은 기분에 울적하기도 함 → 바쁠 때 알바를 가는 건 마음이 무거우면서도 가벼운 일 → 고생한 나에게 간식 사주기 → 늦게까지 작업

셀프 포토 다이어리 #1

K대 시각디자인학과 재학생 (23, 여)

Date. 2026년 4월 8일 수요일



셀프 포토 다이어리 #1

K대 시각디자인학과 재학생 (23, 여)

Date. 2026년 4월 9일 목요일



13:30 대영 수업 가기
엘베에서 사진 찍을 때 "찰!락!" 돼서
모두가 날 쳐다봤다.



22:00 공부!
2시간 딴슬립 후 시험공부 시작, 온
강인과 집중은 잘 안 됐다

셀프 포토 다이어리 #1

K대 시각디자인학과 재학생 (23, 여)

Date. 2026년 4월 10일 금요일



무리해서 야작했더니 9시 수업인데
12시에 일어났다.. 처음으로 정건에
서 예대까지 택시를 탔다.. 마음은 너
무 불편한데 몸은 편하다..



18:00-19:00 잔다
공부던 과제던 뭘 하려고 하면 너
무 피곤해서 맨날 낮잠을 자야
된다. 이게 회피형 낮잠인가..

셀프 포토 다이어리 #1

K대 시각디자인학과 재학생 (23, 여)

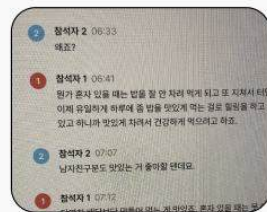
Date. 2026년 4월 11일 토요일



13:00 일어나자마자 과제!
10시에 일어나서 과제하려고 했는데 진짜
침대에 붙은 것 마냥 일어날 수가 없었다.
그래서 결국 졸만 더.. 졸만 더.. 하나다 12
시 훌쩍 넘기고 일어났다.



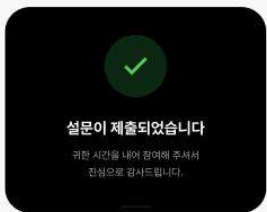
23:00 퇴근!
공부던 과제던 뭘 하려고 하면 너
무 피곤해서 맨날 낮잠을 자야
된다. 이게 회피형 낮잠인가..



인터뷰한 거를 보는데 너무 웃
기고 귀여워서 한 장



게다가 수원 버스는 기사님이 너무 과격하다.
버스타고 휴대폰 보면 멀미난다. 그냥 내가 늙
어서 달팽이관이 시들시들해서 그런가..?



전공 리서치 때문에 오픈채팅방에서
맛설문 구해서 하고 있는데, 우리 팀
은 3분밖에 안 걸리는데 상대방들은
10분 넘게 걸리는 설문들이었다. 완
전 손에 보는 기분이다. 괜히했다.



진짜 시험기간에 알바는 죽을 맛이다. 알바하는 6시간을
과제에 썼으면 얼마나 많은 과제들을 할 수 있었을까.. 근
데 또 시험기간에 과제랑 공부 외에 집중하는 게 있다는
건 꽤나 재밌기도 하다. 하지만 현생이 더 급하다..
(알바 그만뒀버릴까~ 맨날 하는 생각)



야심차게 선데이+고구마후라이 시켰는데, 선데이
정량 4바퀴 반인데 3바퀴만 돌린 거 진짜 미쳤나
싶었다. 일반 크루같았는데 마스크도 덜 쓰고 모자
는 머리에 얹어만 두고 코 후비고 메뉴 만지는 것도
봤다. 이래서 경희대점은 참 크바크인 것 같다.



아니 오늘 휴식을 왜이렇게 늦게 보내주는 것인지.. 아
침도 빵 하나로 때워서 배고파서 죽는 줄 알았다. 근데
오늘 또 칸칸한 매니저님이라 먹고 싶은 것도 못 먹어
서, 먹을 수 있는 친구 중 그나마 동등한 빅맥으로 했다.



집 도착하니깐 23:44였다. 12시 회의인 줄 알고
혼자 난리부르스치면서 샤워까지 하고 딱 시간
맞춰 피그마에 들어갔는데, 회의가 12:30이었다
고 한다.. 오히려 좋아~하면서 느긋하게 선데이
를 먹고, 회의하면서는 고구마 후라이를 먹었다.

K대 시각디자인학과 재학생 (23,여)

조사 대상자 Y
조사 방법 셀프 포토 다이어리 (사진, 일기장)
조사 기간 26.04.07 ~ 26.04.11

“하늘이 파랗고 예뻐서 도서관 오는 내내
상쾌하고, 살아있는 것 같고 기분이 업되는 느낌.”
“팀플 끝나고 보상을 주고 싶어서,
밥집가서 차돌 된찌 혼밥했다.”
“사람 만나니까 괜히 기분이 동동..
별거 아닌데 너무 소소한 행복 느낌.”
“혼자있는 걸 좋아하지만,
혼자 살 수는 없을 것 같다.”

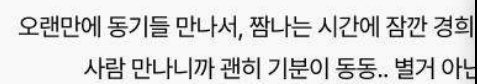
주요 방문 장소 기숙사, 도서관, 예디대, 학생회관 주요 인간관계 과 동기 및 팀플 팀원들

주요 일과와 감정

- 2026년 04월 07일 화요일
짬나는 시간에 동기들과 경희랜드 푸드트럭 다녀옴 → 잠깐이었지만 소소한 행복, 대화하니까 기분이 동동 뜨는 느낌.
- 2026년 04월 08일 수요일
: 도서관에서 과제하다가 학관에서 점심, 도서관에서 과제 → 텅빈 도서관에서 고요하게 과제하니 기분 좋음. 맨날 반복되는 일상이라 지루하고, 쉬고싶다는 마음.
- 2026년 04월 09일 목요일
: 도서관 갔다가 학교에서 아덴디 수업을 들은 후 다같이 작업 → 비가 와서 아침부터 기분은 침체, 과제로 힘듦도 있었지만 동기들과 다같이 과제를 하니 도란도란 야작하는 느낌이라 나름 재미.
- 2026년 04월 10일 금요일
: 수업 듣고 팀플을 위해 카페, 이후 스터디로 예대 이동 → 수업에 제대로 대비하지 못해 후회, 힘들고 지쳐서 보상으로 든든한 밥, 짭 찬 하루에 지쳐서 몸이 피로함.
- 2026년 04월 11일 토요일
: 도서관에서 과제 하다가 예디대로 이동 → 아침부터 과제로 벅참. 시간이 모자라서 속상하고 스트레스 받음. 계속 군것질로 해소.

K대 시각디자인학과 재학생 (23,여)

Date. 2026년 4월 8일 수요일



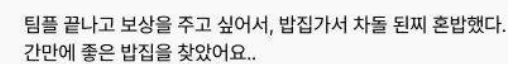
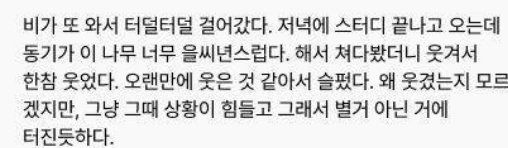
K대 시각디자인학과 재학생 (23,여)

Date. 2026년 4월 10일 금요일

K대 시각디자인학과 재학생 (23,여)

Date. 2026년 4월 11일 토요일

스트레스 받으면, 단 거 먹는
편인데 맨날맨날 간식 먹어서
죄책감이 늘어나고 있다.

[illegible]

K대 시각디자인학과 재학생 (25세,여)

조사 대상자 W
조사 방법 셀프 포토 다이어리 (사진, 셋로그)
조사 기간 26.04.02 ~ 26.04.11

“사람들마다 해석이 다르다는 점이 가장 매력적이다.”
“즉흥적이었지만 행복했다.”
“날이 흐리거나 비가 오면 잠에서 잘 못 깨는
편인데 오늘 딱 그랬다.”
“나는 택시를 정말 사랑한다. 이동할 때부터
기운을 빼지 않아도 되니까...”

주요 방문 장소 집, 북촌 거리, 국립현대미술관, 식당, 술집, 을지로 거리, 학교, 카페, 공원, 가차샵, KTX, 본가
주요 인간관계 애인, 과 동기, 가족

주요 일과와 감정

- 2026년 04월 02일 수요일
애인과 국립현대미술관 방문 → 생산적인 시간이었어. 말이 잘 통하는 사람이 있어서 행복했어.
- 2026년 04월 08일 목요일
학교에서 수업을 들은 후 다른 사람들과 시간을 보냄 → 피곤했지만 기분은 좋았어. 다른 사람들 덕분에 좋은 감정을 많이 느낀 날이었어.
- 2026년 04월 10일 금요일
학교에서 수업을 들은 후 애인과 시간을 보내다가 본가에 감 → 기분이 좋은 것보다 피곤한 게 더 커서 힘들었어. 쉬고 싶어.
- 2026년 04월 11일 토요일
본가에서 쪽 과제 → 피곤해. 집에 있어도 집에 가고 싶어. 눕고 싶어. 힘들어. 지쳐. 바다 보러 가고 싶어.

셀프 포토 다이어리 #3

K대 시각디자인학과 재학생 (25세,여)

Date. 2026년 4월 2일 목요일

When. 버스, 복촌 거리, 국립현대미술관, 식당, 술집, 을지로 거리

With. 애인

Memo. 생산적인 시간이었어. 말이 잘 통하는 사람이 있어서 행복했어.



서울 도착
나는 현대 미술
마다 해석이 다
하스트의 전시
카페인으로 도



저녁 식사 겸
딱히 계획을 잡
참고 음식도 맛
보내려 간단하
다. 맛있어 보



셀프 포토 다이어리 #3

K대 시각디자인학과 재학생 (25세,여)

Date. 2026년 4월 8일 수요일

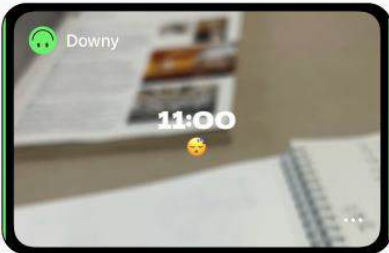
When. 집, 학교, 식당, 카페, 공원

With. 과 동기, 애인

Memo. 피곤했지만 기분은 좋았어. 다른 사람들 덕분에 좋은 감정을 많이 느낀 날이었어.



09:00
편지
피곤
신



11:00
편지
서
속



14:00
애인
진행
람이
카페

셀프 포토 다이어리 #3

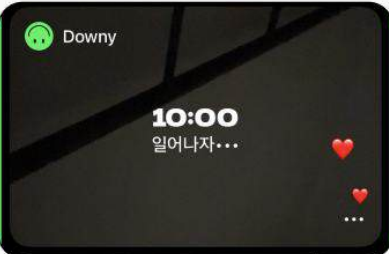
K대 시각디자인학과 재학생 (25세,여)

Date. 2026년 4월 10일 금요일

When. 집, 학교, 택시, 식당, 카페, 가차샵, KTX, 본가

With. 애인, 가족

Memo. 기분이 좋은 것보다 피곤한 게 더 커서 힘들었어. 쉬고 싶어.



10:00
오늘
고 학
깨는
가든



13:00
학교
다가
성은
을 배



16:00
애인
고 갔
보다,
오면

셀프 포토 다이어리 #3

K대 시각디자인학과 재학생 (25세,여)

Date. 2026년 4월 11일 토요일

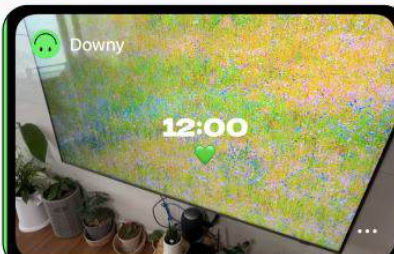
When. 본가

With. 가족

Memo. 피곤해. 집에 있어도 집에 가고 싶어. 눕고 싶어. 힘들어. 지쳐. 바다 보러 가고 싶어.



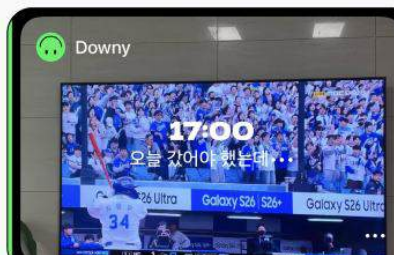
11:00 기상
6시에 잤는데 과제가 급해 일어났다. 본가에서 잘 때 제일 마
음 편한 건 맞지만... 과제라는 압박이 너무 심해서 일어날 때
부터 기분이 좋지 않았다.



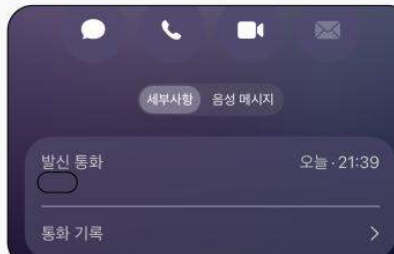
12:00 드뷔시 노래 들으면서 과제 시작
본가에 있는 TV가 정말 커서 노래를 듣기에도, 야구나 유튜브
를 보기에다 너무 좋다. 탁 트인 거실에서 좋아하는 드뷔시 아
라베스크를 들으며... 그나마 좋은 기분에서 과제를 시작했다.



14:00 광합성 중인 식물 소식 듣기
본가가 따뜻하고 날씨가 좋아 애인에게도 말했다. 마침 영통
도 햇빛이 좋아서 반려 식물이 광합성 중이라는 소식을 들었
다. 애인이 식물을 정말 소중하게 생각하는 것 같아서 웃음이
났다. 동식물 모두에게 햇빛은 참 소중하구나 싶었다.



17:00 야구 보면서 과제
오늘 홈경기라 평소였다면 직관 갔을 텐데 과제가 너무 많아서 갈 수가
없었다. ... 그래도 백색소음처럼 틀어두고 과제를 계속 했다. 짜증을 낼
힘도 없었고 과제 양이 많도 안 돼서 어이가 없었다.



21:00 애인과 통화
저녁 먹은 뒤에 잠깐 시간이 나서 애인이랑 통화를 했다. 오늘은 둘 다 과
제만 한 게 힘들었는지 한탄을 많이 했다. 난 바쁜 게 끝나면 당장 바다를
봐야 되겠다고 말했다. 애인은 뭐든 함께라면 좋다고 했다. 확실한 계획
도 잡지 않았지만, 그런 기약 없는 이야기로 잠시나마 웃을 수 있는 사이
라는 게 유치해서 좋았다.

K대 시각디자인학과 재학생 (22세,여)

조사 대상자 T
조사 방법 셀프 포토 다이어리 (사진 일기)
조사 기간 26.04.03 ~ 26.04.11

“가장 빠른 길 대신 벚꽃나무가 많은 길을 택했다.”
“엄마 카페에서 버터떡과 소금빵을 먹었다.
일주일 동안 수고한 나에게 주는 작은 보상 같은 느낌이었다ㅎㅎ”
“나도 애네들처럼 오늘 하루를 활기차게 피워내고
싶다는 생각이 들었다. 자연이 주는 에너지가 꽤 큰
것 같다.”
그래서 우리 가족끼리만의 시간을 보내고 온 것 같
아 좋았다.”

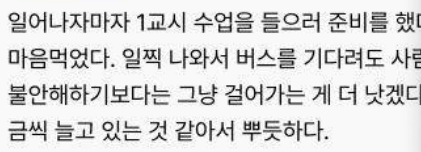
주요 방문 장소 기숙사, 학교, 동아리방, 집 주요 인간관계 동아리 사람들, 가족

주요 일과와 감정

- 2026년 04월 03일 금요일
기숙사에서 예대까지 걸어서 등교하며 자연을 느끼고 수업을 들음 → 힘들었지만 뿌듯했고, 꽃과 풍경 덕분에 기분이 좋아졌어.
후배를 기다리며 공원에서 시간을 보냄 → 예상치 못한 여유 속에서 힐링하니 기분 좋고 편안했어.
맛있는 빵을 먹음 → 스스로에게 보상을 준 느낌이고 만족스러웠어.
가족과 함께 장을 보고 야식을 먹으며 이야기를 나눔 → 함께하는 시간이 즐겁고 따뜻해서 행복했어.
- 2026년 04월 08일 수요일
동아리 벚꽃놀이에 참여함 → 벚꽃을 즐기지 못해 아쉬웠던 마음이 채워지고 정말 행복하고 힐링되는 시간이었어.
도서관에서 과제를 함 → 주변 분위기 덕분에 집중이 잘 되고 더 힘이 나는 느낌이었어.
후배와 고민을 나눔 → 깊이 공감하며 연결된 느낌에 감사하고 따뜻한 기분이 들었어.
- 2026년 04월 11일 토요일
몸이 좋지 않아 늦게 일어나 하루를 시작함 → 컨디션이 좋지 않아 무겁고 늘어짐 느낌이었어
새 마우스를 언박싱하고 과제를 시작함 → 평소보다 집중이 잘 되고 의욕이 올라서 뿌듯했어.
집에서 음악을 들으며 과제를 이어감 → 안정된 환경 덕분에 차분하고 몰입되는 기분이었어.
외식하면서 가족과 시간을 보냄 → 분리된 공간 덕분에 우리의 시간에 집중할 수 있어 편안했어.

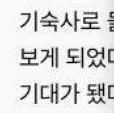
K대 시각디자인학과 재학생 (22세,여)

Date. 2026년 4월 3일 금요일



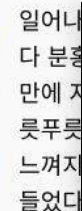
등교할 때 내가 가장 좋아하는 포인트는, 오르
나무를 보는 순간이다. 엄청 진한 분홍 꽃을 보
임소, 닭, 거위 같은 동물들도 볼 수 있다. 매일
에 와 있는 듯한 느낌을 준다. 그리고 주변에는
궁금해진다.

오늘은 브랜드패키지디자인 수업을 들었다. 크기는 작아도, 멋이 있어야 하는 것 같다. 그래도 열정을 가지고 최선을 다해서 디자인을 해볼까. 더 열심히 해봐야겠다. 크리틱만 받고 끝나는

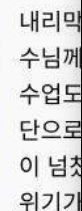


K대 시각디자인학과 재학생 (22세,여)

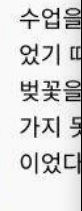
Date. 2026년 4월 3일 금요일



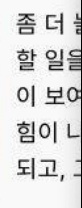
일어나
다 분홍
만에 자
룻푸룻
느껴지
들었다



내리막
수님께
수업도
단으로
이 넘쳐
위기가
다음 주
후 조원
부분 산
조금씩



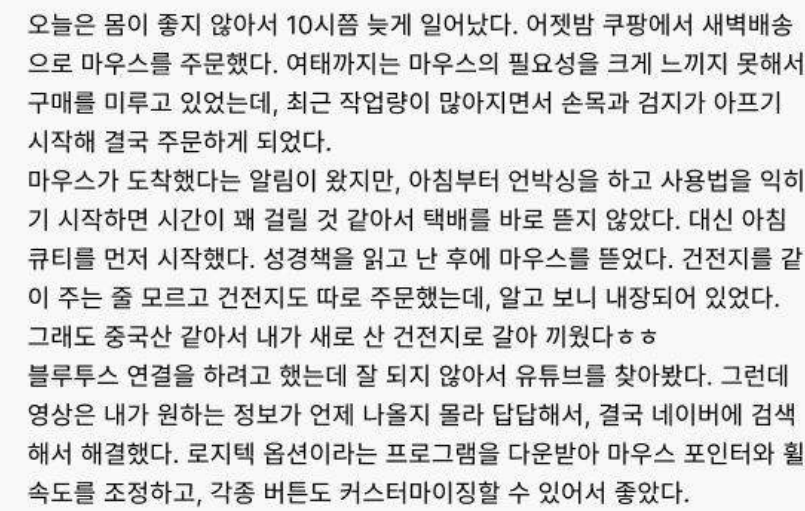
수업을
었기 때
벗꽃을
가지 못
이었다



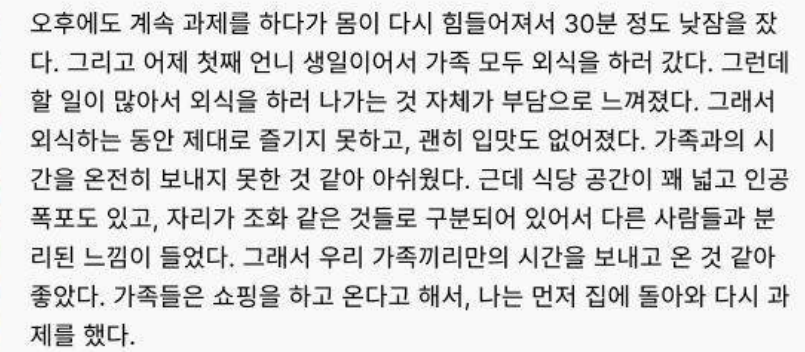
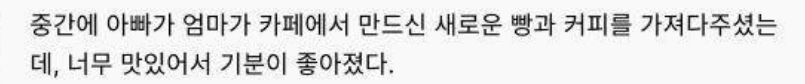
좀 더 늘
할 일을
이 보여
힘이 나
되고, 그

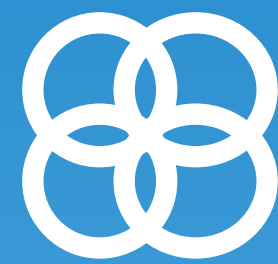
K대 시각디자인학과 재학생 (22세,여)

Date. 2026년 4월 3일 금요일



마우스를 사고 나니 괜히 과제를 하고 싶어져서 바로 시작할 수 있었다. 평소에는 시간이 많은 주말일수록 오히려 과제를 하기 싫어지고 게을러지고 싶은 마음이 커져, 일부러 카페같은 곳으로 나가 과제를 하기도 하는데 오늘은 새 마우스 덕분에집집중이 잘 됐다. 또 돈 쓰기 싫은 마음도 있어서 하루종일 집에서 과제를 했다. 완전한 재즈를 틀어놓고 햇빛을 받으며 거실에서 과제를 하니 더 잘되는 느낌이었다.





팩트 추출

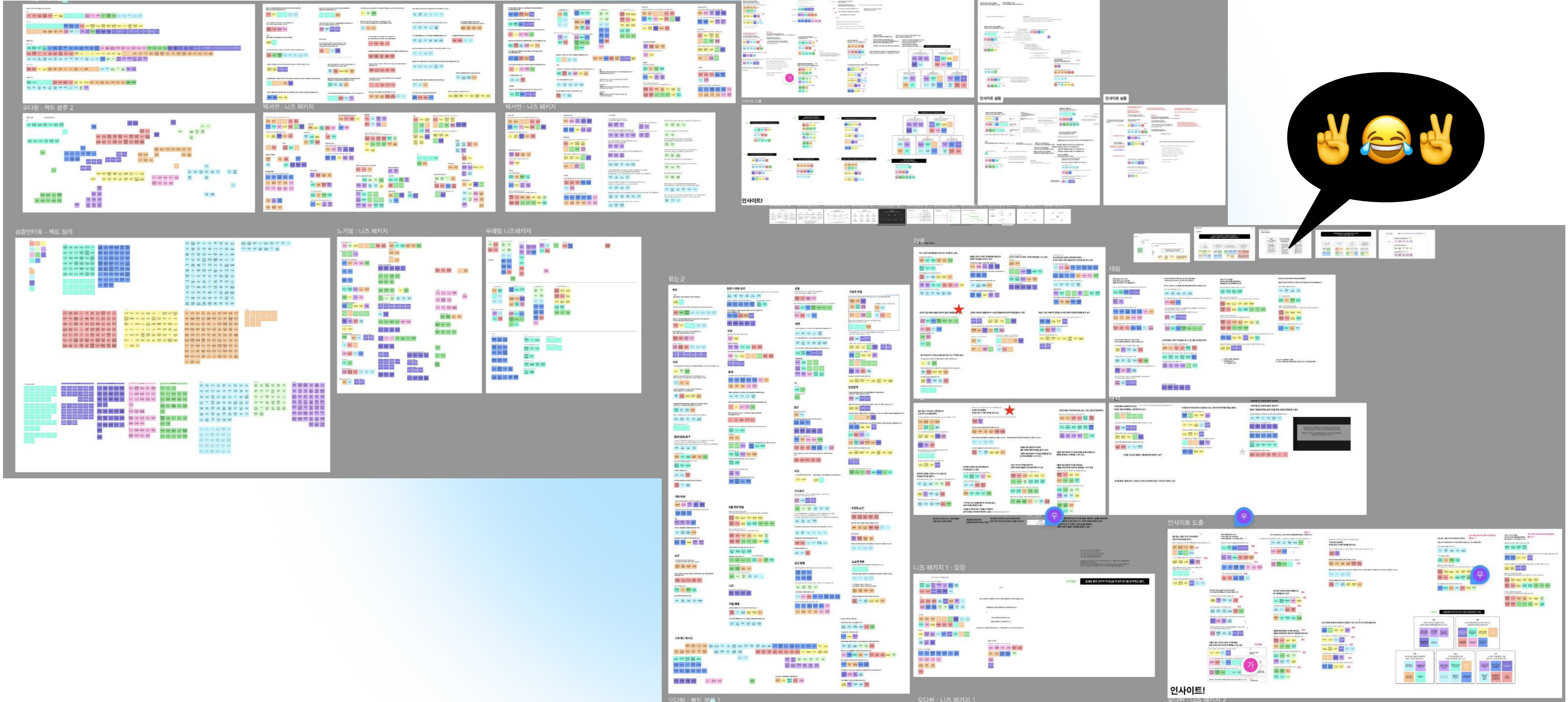
각 인터뷰이 응답에서 유의미한 문장들을 추출했습니다.



Fact 추출

이렇게 탄생됐어요...

팩트 추출



저희 정말 많이 공들였는데.....진짜 열심히 했는데 예쁘게 봐주세요

“같은 가치관을 가진 사람과 동질감을 원하는”
T / 20대 초반 / 여성 / K대 시각디자인학과

심층 인터뷰

나에게 좋은 걸 하면서 나 를 케어 한다는 기분도 들 어서 좋아요.	걱정인형	같은 가치관을 갖고 있는 사람들이랑 함께 지내는 게 즐겁더라고요. 	취향 찾는 게 저는 대학 들 어와서부터 계속 고민이었 어요.	저는 웬만하면은 싫은 게 별로 없고 수용하며 사는 무난한 성격인 것 같아요.	좋아하는 거는 평온한 상 태입니다. 거리감이 없는 상태로 계속 회귀하려고 하는 것 같아요.
집이 너무 칙칙해서 키워보 고 싶지만, 사도 케어해줄 시간이 없어서 못 사고 있 어요.	여유롭게 일어나서 맛있는 거 먹으면서 유튜브 보는 게 취미입니다.	기도하고 말씀 읽는 데에 서 삶을 살아갈 힘을 얻는 것 같아요.	다른 스타일로 조금 슬림 한 바지를 도전했는데 그 게 되게 예뻐서 마음에 들 었어요.	저만 신경 쓰는 아주 한 골 차이의 디테일이 있어요.	변화보다는 “현재 제가 지 금 하는 걸 잘 지켜보 자”라고 생각합니다.
애초에 저는 가치가 있는 것들이나 빈티지를 좋아해 서 살 것 같아요. 또 가심 비 있는 애들도 좋아해요.	요즘에 ‘에너지를 어떻게 효율적으로 배분하고 쓸 것인가?’를 생각하고 있어 요.	부정적인 감정이 들 때 기 록을 많이 해요.	오늘 불편했던 거를 내일 까지 끌고가고 싶지 않아 서 자기 전에 딱 정리를 하 고 자는 것 같아요.	즉각적인 효과는 없지만, 원인을 알고 나면 그 이후 부터 조심하게 되는 것 같 아요.	완벽주의 성향
광활한 자연과 도시가 합 쳐진 곳에 가고 싶어요.	“내가 이 감정을 오래 지 속할 의지가 있는지 없는 지 등의 의지 차이”	도구에 의존하는 걸 좋아 하지 않는 것 같아요.	나를 위해 공간을 꾸미고 싶은 욕구는 있지만 공간 적 제약이 있어서 실현할 수 없어요.	식물, 자연은 바라보면 생 동감이 있고 생명력이 있 는 게 너무 신기해서 좋아 합니다.	“되게 신기하다. 나는 고 등학교 때 그냥 하라는 것 만 하면서 살았는데, 다른 사람들은 어떻게 저렇게 자신의 취향을 확고하게 찾고, 표현하며 살지?”
열심히 무언가를 하는 사 람을 보면서 동질감과 동 기를 얻는 것 같아요.	우드 가구, 풀 등이 주는 심신의 안정을 느껴요.	바람이 있는데 출지는 없 고 햇살이 있는 곳 등 자연 적인 공간에서 힐링을 느 껴요.	너무 혼자 있으면 또 우울 해 지니까 1~2명에서 소소 하게 보내기도 해요.	새로운 옷으로 반복되는 삶에 변주를 주려고 합니 다.	
집에서 과제하기 너무 싫 을 때는 집 앞 넓은 카페에 서 과제를 합니다.	환기하고 싶으면 본가 근 처에 부모님이 운영 하고 계신 카페에 가서 엄마가 구운 빵 먹으면서 힐링하 다가 다시 와서 과제합니 다.	카페나 산책로를 주로 가 요.	본가 집 앞 카페 ‘카페아도 르’를 너무 좋아해요.	“나도 좀 쉬고 싶은데”	

셀프 포토 다이어리

버스를 기다리며 불안해하 기 보다 걸어가게 더 낫 다고 생각했다.	매일 오르막길을 걸어가다 보니 체력도 조금씩 늘고 있는 것 같아서 뿌듯하다.	등교할 때 내가 가장 좋아하 는 포인트는 오르막길을 힘 들게 오르고 나면 생대 쪽에 활짝 피어있는 분홍색 꽃나 무를 보는 순간이다.	엄청 진한 분홍 꽃을 보고 있으면 기분이 좋아진다.	매일 꼬꼬요~ 울어대는 닭 소리와 은은하게 풍기는 뽕 냄새가 자연 속에 와 있는 듯한 느낌을 준다.	애네는 내일쯤 필까, 괜히 궁금해진다.
다음 주 품에는 벚꽃이 활 짝 필 걸 생각하니 얼마나 예쁠지 기대가 됐다.	가장 빠른 길 대신 벚꽃나 무가 많은 길을 택했다.	벚꽃이 예쁘게 핀 길을 걸 으니 기분이 좋아졌다.	신입생인 후배가 귀엽게 느 껴졌다.	엄마 카페에서 버터떡과 소 금빵을 먹었다. 일주일 동 안 수고한 나에게 주는 작 은 보상 같은 느낌이었다 	야식을 먹으며 일주일 동안 있었던 일들을 나누는 시간 이 너무 즐거웠다.
할 일이 많아서 외식을 하 러 나가는 것 자체가 부담 으로 느껴졌다. 그래서 외 식하는 동안 제대로 즐기 지 못하고 괜히 입맛도 없어졌 다.	가족과의 시간을 온전히 보 내지 못한 것 같아 아쉬웠 다.	자리가 구분되어 있어서 다 른 사람들과 분리된 기분이 들었다. 그래서 우리 가족 끼리만의 시간을 보내고 온 것 같아 좋았다. 	짧은 시간 안에 푸릇푸릇하 게 자라난 풀들을 보니 신 기하기도 하고 기분이 좋아 졌다.	괜히 기특하게 느껴지기도 하고 나도 애네들처럼 오늘 하루를 활기차게 피워내고 싶다는 생각이 들었다.	자연이 주는 에너지가 큰 것 같다.
대부분 선배님들이리라 조 금 어색했지만, 요즘 팀플 을 통해 과 선배님들과 대 화하면서 조금씩 가까워지 는 느낌이 들어 좋다.	앞으로 더 친해지고 싶다.	다같이 돛자리를 펴고 배달 음식을 시켜 먹으며 이야기 를 나누고, 벚꽃을 보며 힐 링하는 시간을 보냈다.	동아리 사람들과 벚꽃을 보 니 그 아쉬움이 채워지는 느낌이었다. 너무 좋고 행 복했다.	도서관에서 많은 사람들과 함께 공부하니 신기하게 더 힘이 나는 느낌이었다.	동아리 후배들을 만나 소모 임을 진행했다.
늘 바빠서 회의만 하고 흘 어졌는데, 이렇게 여유롭게 시간을 보내고 추억을 남길 수 있어서 좋았다.	보통 이렇게 바쁠 때는 힘 들어서 자기연민에 빠지기도 하는데, 오늘은 그래도 감사하자는 마음으로 회의 에 갔다.	서로의 삶과 상황에 진심으 로 공감하고 솔루션을 제안 하고 응원해주는 관계가 있 다는 것이 참 감사하고 행 복하게 느껴진다. 	비슷한 고민을 하고 있어서 이야기를 시작하면 시간 가 는 줄 모르고 계속 이야기 하게 된다.	모임을 시작하기 전에는 늘 악간의 부담감이 있지만, 막상 진행하면서 후배들에 게 지식을 나눌 때마다 뿌 듯함을 느낀다.	배달로 빙수도 시켜 먹고, 함께 책을 읽으며 생각을 나누는 시간을 가졌다.
나중에 아쉬워하지 않도록 지금 이 순간을 더 잘 즐기 고 싶다는 생각이 들었다.	회의가 빨리 끝난 덕분에 일찍 잘 수 있었는데 그 시 간을 제대로 활용하지 못해 아쉽기도 했다.	그래도 오늘 하루, 평소엔 누리지 못했던 대학의 낭만 을 충분히 느낀 것 같아 기 분이 좋았다. 감사한 마음 으로 잠에 들었다.	평소에는 시간이 많은 주말 일수록 오히려 과제를 하기 싫어지고 게을러지고 싶은 마음이 커서, 일부러 카페 같은 곳으로 나가 과제를 하기도 하는데	돈 쓰기 싫은 마음도 있어 서 하루 종일 집에서 과제 를 했다.	잔잔한 재즈를 틀어놓고 햇 빛을 받으며 거실에서 과제 를 하니 더 잘되는 느낌이 었다.

“타인과 일상을 공유하며 성취하길 원하는”
N / 20대 중반 / 여성 / 가구 디자인 회사 취준생

심층 인터뷰

먼지 흡입, 빨래, 화장실 청소등으로 기분 리프레시를 해요.	누군가와 일상을 공유하면서 삶을 살아가고 또 감정 소모를 함으로써 몰랐던 본인의 모습을 스스로 발견하기도 하고 인간으로서 성장하기도 하는 것 같아요.	‘할 것을 할 것인가, 할 것을 미루고 놀 것인가’의 선택의 갈림길	취업에서의 어려움은 생각하지 않고 회피하려고 합니다.	저는 100만 원을 내고 학원을 다니는 것 자체가 제 자신을 위한 굉장히 큰 투자이자 취업의 시작이었습니다.	그 친구를 데리고 있는 동안 건강히 잘 있었고, 물도 잘 주고, 말도 시키고, 클래식도 들려주니까 안 죽고 잘 자라는 게 뿌듯하기는 했어요.
극복을 잘하는 편이라	진짜 우울할 때는 종이에 아무 말이나 끄적이면서 감정을 쓰고 찢어서 버려 버려요.	저는 365일 피곤한 사람이고 컨디션이 100프로 좋았던 적 없이 그냥 살아가요.	초콜릿이나 커피를 먹으면서 당 충전을 해요.	기분전환하고 싶을 때 밖으로 나가려고 해요.	남자친구에게 선물을 받는다면 선심성의껏 키울 것 같아요.
힘든 일이 끝나있으면 좋겠다	누가 날 가질시켜주면 좋겠다.	제 방이 가장 좋아요. 문 닫으면 아무도 못 들어오고 안 들어오는 나만의 공간이에요.	카페 천장이 유리라 햇빛이 쏙 들어오고 한적한 공간, 좋아하는 노래, 편안한 분위기가 좋았어요.	중학생 때부터 기분 안 좋으면 한강을 갔어요.	근데 잘 키울 수 있을지 자신은 없어요.
제 도피처는 침대에서 이불 덮고 있기입니다.	새로운 거 먹거나 신상과자 리뷰하기를 요즘 즐겨합니다.	원래는 집순이였는데 프랑스에서 유학생활을 하면서 밖에 나가면서 콧바람 쐬는 거에 맛이 들었어요.	버스 타는 걸 좋아해요. 맨 앞자리에 앉아서 기사님과 동일하게 탁 트인 시야를 만끽하며 듣고 싶었던 노래를 들으면서 가면 힐링 돼요.	식물 종은 모르지만, 친구가 선물 주면서 ‘모모’라는 이름을 지어줬어요.	식물을 키워보고 싶다고 생각한 적 없습니다.
4만 원짜리 티셔츠를 사했는데 남자친구도 너무 마음에 들어 하면서 커플티로 하자고 제 것도 사줬습니다. 진짜 마음에 들어하는 것 같아서 너무 뿌듯했어요.	남자친구와의 감정 싸움이 힘들어요.	예상은 했지만 기대한 바와 다를 때 오는 실망감은 회복하는 데 조금 걸려요.	저는 자기 전이 제일 기분이 좋은 것 같아요.	청소는 전후 차이가 확실함하고 결과물이 바로 보여서 기분이 좋아요.	식물을 좋아하는 사람에게는 사줄 것 같지만, 그냥 줄 것 같지는 않아요.
밖에 안 나가면 먹고 싸고 자기만 해서 생산적인 하루를 안 보낸 것 같아서 더 우울해져요.	일단 나가면 오늘 하루 뭐라도 한 것 같아서 좋아요.	나갔다가 오면 뭔가를 할 의지가 생겨요.	싫어하지도 좋아하지도 않아요.	식물을 키우는 재미를 못 느끼지만 식물을 보면 힐링이 되긴 해요.	“식물이란 인간이 물을 주지 않으면 죽는 인생이구나.. 귀찮구나..”

“편안함을 원하는”
P/ 20대 중반 / 남성 / 스마트팜학과 졸업생

심층 인터뷰

자신을 위해 쓴다는 게 어렵네요.	저를 위한 소비는 식물	돈만 있으면 될 것 같아요.	뭐가 문제인지 진단과 처방을 해주면 좋겠어요.	마음에 드는 가격대와 종류도 다양하다면 구매할 것 같아요.	제가 살아가는 삶의 향이 묻은 익숙하고 편안한 분위기가 좋아요.
“미래에 뭘 해야되지?”라는 고민을 많이 해요.	눈치를 많이 보는 사람	기대감만 주고 정작 제가 받는 등의 결과물이 없었어요.	무던하게 익숙하게 받아들이는 사람	오래 생각해도 달라질 게 없어서 혼자 생각하고 털어냅니다.	그 중에서도 침대가 가장 편안한 곳이에요.
엄청난 행운이 찾아오면 좋겠다!	낮에 뭘 한다고 해도 오후에는 다시 근무를 가야 한다는 생각에 갇혀서 하는 느낌이에요.	시간도 없고 어떻게 해야 하는지 모르겠어서 잠만 자는 것 같아요.	멋진 하루를 보내고 싶으나 안 하고, 못해서 스스로 못나다고 생각하기도 합니다.	관심있었던 것들을 키우는 공간이었어요.	막 힐링이 된다는 것보다 그냥 보면 좋아요.
느지막히 점심 좀 일어나서 밥을 차려 먹고 집안일을 하고 여유가 있을 때는 공부하거나 책을 읽습니다.	휴일에는 여자친구랑 데이트를 합니다.	학교 근처에는 놀 게 없어서 서울 쪽으로 넘어가서 편안하고 소소하게 카페가거나 밥 먹고 돌아다니는 데이트를 해요.	식물 보는 걸 좋아합니다.	저는 잠 자는 게 제일 좋아요. 제일 편안하고 아무 생각이 없는 상태로 휴식할 수 있어요.	키우던 식물이 죽으면 아쉽고 미안한 감정이 들어요.
코주부에서 가장 많은 시간을 보내는 것 같아요.	그냥 누군가와 어딘가를 가고 싶은 생각만 좀 있습니다.	식물을 더 구매하고 싶지만 비싸서 온라인으로 구경만 하면서 시간을 보내기도 해요.	사람 제외하면 동식물은 다 좋아해요. 여건이 안돼서 식물만 키우는 중입니다.	원래 무언가를 키우는 거 자체를 좋아해요.	생명이 자라는 걸 보면서 “재밌다, 예쁘다, 귀엽다, 흥미롭다, 다른 것도 보고 싶다!”라는 생각과 감정에 푹 빠지게 됐어요.
줄을 서서 뭘 한다는 걸 유쾌하게 하는 사람은 아니지만 여자친구를 위해 줄을 서서 샀고, 또 여자친구가 엄청 좋아하고 맛있게 먹어줘서 의미 있고 기분이 되게 좋았어요.	여자친구에게 뭔가를 해줄 수 있다는 게 좋았습니다.	집이 제일 편안한 것 같아요.	기분이 좋을 때는 아무 곳도 생각은 안 나요.	결과가 보일 때 완전 좋고 사진 왕창 찍어요.	식물을 키우는 팁을 얻고 싶어요.

“좋아하는 사람과 유의미하고 생산적인 대화를 나누고 싶어하는”
W / 20대 중반 / 여성 / K대 시각디자인학과

심층 인터뷰

저는 정말 MBTI가 저를 그대로 설명해준다고 생각을 해서.	평일 주말이라는 것보다는 요일 개념으로 살고 있거든요. 일일하는 과제랑 일하는 날. 그리고 수목금토를 쉬는 날 이렇게 잡아놓았어요.	놀 때는 놀고 할 때는 하자 저는 이게 좀 강해가지고.	저는 약간 사부작거리는 거 되게 좋아하거든요.	저는 일단 책 읽는 걸 좋아해요.	저는 뭔가를 보고 생각하고 이러는 걸 되게 좋아해요.	단순한 걸 듣거나 보더라도 다른 사람들보다 왜?라는 생각이 먼저 들거든요.	분석하는 걸 되게 좋아하고 그래서 생각할 거리가 많은 걸 좋아해요.	손으로 만지면서 뭔가 이렇게 자극하는 것들을 좋아하는 것 같아요.	일단 불교의 그 교리 자체를 너무 좋아하긴 하는데.	진솔한 대화를 나눌 수 있는 사람이라면 어디든지 같이 갈 수 있을 것 같아요. 그냥 시공간을 떠나서.	저는 장소보다 같이 가는 사람이 더 중요한 것 같아요.	나 말고 다른 개체를 돌본다는 것 자체가 좋은 사람이라고 할 수 있는 명분이 생기는 거라고 생각해요.
공예 이런 건 못해도 그림 그리는 건 좋아해요.	제가 평소에 놀는 걸 진짜 좋아하는데 일부러 안 누워요. 할 거 끝났다 하기 전까지 절대 안 놀거든요.	저는 휴대폰 볼 때도 안 누워 있고 책상 의자에 앉아서 보거든요.	진짜 집중도 안 되고 지금 너무 힘들다 싶으면 시간을 정해두고 누워 있어요.	작업실도 따로 구할 생각이었는데 마땅한 공간을 찾지 못해서 못 구했어요.	집에 햇빛이 잘 드는 라인을 완전한 작업 공간으로 봤어요.	그 반대편에 햇빛이 안 드는 곳에 침대를 뒀어요.	햇빛을 안 보니까 괜히 더 처지더라고요. 그래서 조금이라도 더 밝게 있으려고요.	그냥 제가 좋아하는 거 하면 그냥 사실 뭐든지 다 회복이 되는 것 같아요.	법당 색깔이 완전 다 웁튼이잖아요. 저 웁튼 되게 좋아하거든요.	공간 분리도 확실하면 좋겠어요. 쉬는 공간이랑 작업하는 공간.	저 꽃이랑 풀 다 좋아하고. 보는 것도 좋아하고 향도 좋아하고.	저는 두꺼운 이불 덮어야지 잘 자거든요.
좋아하는 사람이랑 대화를 한다거나 좋아하는 장소에 간다거나. 그럼 웬만한 건 다 회복이 돼요.	사실 알코올을 카페인 니코틴 다 좋아하거든요. 그렇게만 해도 좋아요.	삶을 좀 길게 보려고 했는데 그러다 보니까 지치더라고요. 그래서 그냥 단순하고 짧게 보려고 해요.	간단하게 해소를 해서 그 순간순간을 원동력으로 삼을 수 있게 만들어서 살아요.	저는 실행력이 되게 부족한 사람이거든요.	뭔가를 사야 되겠다고 저장해둔 건 많은데 사는 데까지 고민을 되게 많이 해요.	그래서 주변에서 그냥 저를 부추겨주는 사람이 필요한 편이에요.	그래서 소비는 하고 싶은데 매일 미루는 편인 것 같고.	주변에서 자랑 잘 어울린다고 사라고 하면 그냥 바로 사는 팔랑귀인 편이거든요.	항 냄새가 법당 나무랑 섞여가지고 나는데 그게 저한테 편안함을 줘요.	그냥 저라는 사람이랑 식물이 안 맞는 건가 싶을 정도로.	최근에 사주 이런 거 되게 유행이었잖아요. 제가 사주에 몰이 없어서 키우는 식물도 다 마르는 거라고 그런 말도 했어요.	일단 하루 마무리가 찜찜하면 잠을 잘 못 자요.
저는 원래도 현대 미술에 관심이 되게 많았고.	데미언 허스트 전시가 너무 좋았어요. 최근 제일 기억에 남는 소비였어요.	사실 소비도 아니었던 게 만 24세 이하면 무료잖아요. 그것도 좋았던 것 같고.	잘 안 알려진 작품들이 꽤 많이 들어왔어요. 너무 자극적인 요소는 인스타그램에도 많이 떠서 그것만 보러 온 사람들도 많았을 텐데.	유명한 작품은 분석도 너무 많은데, 이런 잘 안 알려진 작품들은 분석이 거의 없잖아요. 오히려 그런 게 더 좋았어요.	같이 간 사람이랑 그 앞에 서서 이건 제목이 왜 이거일 것 같아? 난 이렇게 생각해 이런 대화하면서 3시간 정도 있었어요. 되게 생산적인 시간이었다고 생각해요.	의미없는 대화를 3시간 동안 하는 거면 정말 삶을 것 같거든요.	저는 뭐든 의미없는 건 정말 싫어해서.	대화가 잘 통해서 너무 좋았죠.	풍경 달랑거리는 소리랑 사람들 절하면서 움직이는 소리. 그런 것들이 다 합쳐져서 편안하게 느껴져서.	그래도 키우는 순간만큼은 개네가 원동력으로 작용한 적도 있었어요. 내가 다 포기하면 애도 굶어 죽는다. 내가 책임져야 된다.	최근에 사주 이런 거 되게 유행이었잖아요. 제가 사주에 몰이 없어서 키우는 식물도 다 마르는 거라고 그런 말도 했어요.	생각이 완전 꼬리에 꼬리를 물고 이렇게 돼 가지고. 그게 정말 너무 스트레스예요.
저도 생각이 정말 많은 편이거든요.	사실 생각이 많으면 어쩔 수 없이 감정이 따라를 수밖에 없다고 생각해요. 아무리 이성적인 사람이더라도.	예전에는 감정을 처리하는 게 정말 힘들어서 단순한 것도 몇날 며칠이 가고 이런 적도 많았어요.	제가 온오프가 확실하다고 여러 번 말씀드리는 것 같은데.	만약에 일이 생겼는데 리프레시가 안 된다 하면 그냥 저는 그냥 오프 때려요. 아예.	혼술을 좋아해서 혼자 술을 마셔버려요.	술을 마시면서 그냥 드는 생각을 노트에 다 적어요.	그냥 아무 맥락도 없는 말도 안 되는 문장이더라도 일단 생각을 막 적거든요. 그러다 보면 거짓말처럼 다음 날 아침에 괜찮아져요.	부정적인 생각이랑 감정이 있는데 뭔가를 더 하려고 하면 될 것도 안 되잖아요.	사람들이 다 조용하게 본인의 마음을 수양하기 위해서 온 공간이라는 점에서 그런 건진 모르겠는데 가장 편안한 것 같아요.	어떤 사람 때문에 생긴 일이라면 그 사람한테 무조건 말을 해야 돼요. 저는 할말은 해야 된다고 생각하기 때문에.	제가 계절을 되게 많이 타거든요.	생각을 안 하는 날이 없다 보니까 뇌가 계속 돌아가고 힘들고 잠 못 자면 또 예민해지고 약속환.
누군가의 관계에서 비롯된 문제가 아니라면 제 문제에는 남을 안 끌어들이요.	네 맞아요. 저 완전 집순이.	저 커피를 되게 좋아해가지고. 커피 진짜 맛으로 먹는 편이기 때문에 카페는 많이 가요.	현대 예술은 접하려면 어쩔 수 없이 전시관이나 공연장을 어쩔 수 없이 가야 되기 때문에 가고요.	혼자 하는 건 다 좋아하는데 밥은 밖에서 혼자 안 먹어요.	그 책방은 교보문고랑 다른 게, 상업공간이면서 그게 아닌 느낌이에요. 책 매대 옆에 아예 벤치를 뒀어요.	머무르고 가라는 그게 저는 너무 좋게 느껴졌어요.	지인 추천으로 간 곳이었는데 너무 마음에 들어서 계속 갔던 거고.	인스타그램 핫플 이런 걸 별로 안 좋아해요.	나 자신을 돌보는 것도 힘든데.	그냥 누워있으면 어떤 장면이 갑자기 휩 하고 지나간다거나 잇고 있던 게 떠오르고.	떠오르는 생각들을 끊는 포인트를 아직까지 잘 못 찾았어요.	저는 절이 제일 편해요.

“좋아하는 사람과 의미있고 생산적인 대화를 나누고 싶어하는”

W / 20대 중반 / 여성 / K대 시각디자인학과

심층 인터뷰

제가 좋아하는 물건을 판다가나 그림 가요. 그냥 그런 것들이 저를 이끌지 않나 싶어요.	저 좋아하는 게 많아요. 사소하게라도.	그 카페는 음악도 크게 들지 않고 커피 향이랑 꽃 향이 같이 나는 것도 좋아요.	저는 술자리보다 술 자체를 좋아하는 사람이라서.	술 마시면 시끄러워지는 사람들이 너무 많잖아요. 사람은 싫어해요.	술을 마셔야지 나오는 그 진솔한 대화가 있잖아요.	거기서 하라는대로 물도 정량에 맞춰서 다 했거든요. 근데도 다 죽었어요.
불쾌한 공간만 아니면 다 괜찮아요.	미관상 너무 정돈이 안 되어 있거나 사람 소리가 너무 시끄러운 곳만 아니면 돼요.	저는 나중에 꼭 어촌 마을에서 살겠다고 말했거든요.	드림 하우스라면 위치 요건은 어촌. 촌이어야 돼요. 사람이 없어야 돼요.	저는 바다, 물 보는 거 좋아해서.	제가 실버튼이랑 초록 계열 되게 좋아하거든요. 그런 색감이 좀 맞춰져 있으면 좋겠어요.	키울 때 정이 일단 잘 가고. 사실 그게 단점일 수도 있는데. 왜냐하면 어쩔 수 없이 떠나보내야 하는 순간이 오긴 하잖아요.
본가 베란다에 발 디딜 틈이 없이 그냥 완전 다 식물이에요. 그리고 근처에 텃밭도 있어요.	저도 식물을 키워보겠다고 키운 적은 많았던 것 같아요.	저 꽃도 되게 좋아해서 그냥 물병에 꽃아 놓고 이런 거 되게 좋아하거든요.	제가 햄스터를 키웠는데 햄스터한테 주려고 키운 식물도 있었어요.	다른 식물은 그냥 키워볼까 하고 좀 즉흥적으로 샀어요.	제가 키운 식물은 정말 다 말라 죽었어요. 그래서 그냥 항상 미안하다 내가 또 죽여버렸다 이런 생각만 했어요.	부정적인 감정을 나누는 게 좋다는 생각은 절대 못해요.
이제 진짜 식물은 키우면 안 되겠다 이런 생각이 들었죠.	그래서 수경 식물만 키우면 키우는 정도인 것 같아요.	수경 식물이 상태가 제일 잘 보이잖아요. 일단 뿌리를 볼 수가 있잖아요.	주로 꽃하는 건 예쁘거나 저한테 의미가 있는 거.	웃자란 식물은 안 살 것 같아요. 이미 웃자라 있는데 제가 키웠다가는 더 그렇게 될 것 같아서.	힐 키우는 건 좋아하는 것 같아요.	원래 생각이 많은 사람이어서 그런지 그냥 가만히 누워있는 게 잘 안 돼요.
제가 진짜 책임감이 좀 강해서.	그 친구를 떠나보내고 자연스럽게 괜찮아졌어요. 회복은 안된 것 같고, 무더진 것 같아요.	오래 산 햄스터가 떠났을 때 오래된 친구를 잃은 느낌이었어요.	생각해보면 햄스터가 별게 아닌데 저는 개네한테 의지를 되게 많이 했나봐요.	키우는 게 쉽지 않아요. 뭔가 어느 순간부터 너무 큰 존재로 다가오다 보니까.	저는 모든 건 시간이 해결해준다고 생각하기 때문이에요.	술집은 술을 마셔야만 할 수 있는 대화와 진심이 오가라는 장소라는 점에서 좋은 것 같아요.
갑자기 따뜻해지는 시기. 딱 그 시기에 제가 완전 센지해져요. 뭔가 기분이 너무 안 좋아서 보면 딱 그 시절이라라고요.	저는 이유 없는 기분 나쁨보다 이유 있는 기분 나쁨이 훨씬 낫다고 생각하거든요. 해소할 방법이라도 찾을 수 있으니까.	제가 시를 되게 좋아하거든요. 그래서 연필로 그냥 휘갈겨서 필사를 하고 나면 살짝 킬어냈다 이런 기분이 조금은 들어요.	밖에 있는 건 쉬는 게 아니라고 생각하거든요. 힐링은 될 수 있는데 어쩔 수 없이 에너지를 소비한다고 생각하기 때문에.	바다를 보면 좀 해소가 돼요. 동해 바다. 돛자리 가지고 가서 앉아서 책 보고 노래도 듣고. 그러면 좀 많이 날아가요.	제가 불면증이 정말 심한 적이 있어서 약까지 먹었거든요. 복용을 좀 오래 했어요.	초록을 좋아하니까 초록 식물도 좀 많으면 좋겠다.
제가 잠이 진짜 많은데 잠을 못 자면 그냥 완전 고슴도치처럼 돼버리는 거예요. 원래도 좀 예민한 편인데.	사실 걸으로는 뽀뽀 티를 잘 안 내고 속으로 혼자 삭히고 이러는데. 그게 내면에 쌓여서 분출이 잘 안 되고 그런 편이라.	내면에 쌓인 걸 터트리는 방법을 못 찾아서 힘들 때도 있고 그렇거든요.	그냥 누우면 오늘 뭐 했지? 내일 뭐 해야 되지?			

셀프 포토 다이어리

사람들마다 해석이 다르다는 점이 가장 매력적이다.	버스에 사람이 너무 많길래 잠시 시간을 보내려 간단히 술을 마시러 갔다.	즉흥적이었지만 행복했다.	성수에 간 김에 에그타르트를 사왔으며... 잠깐 같이 먹자고 나를 불러 줘서 너무 고마웠다.	마침 당이 떨어져서 뭘 먹을까 싶던 참이었는데 마음이 통했나? 잠깐 이야기하고 스트레스도 풀었다.	늘 가는 카페라 커피 맛은 보장돼있다.
특히 유명한 작품 앞에서 너무 심해서 심기가 불편했다. 그런데 너무 행복했다.	관찰하며 돌아다니느라 다리 아픈 줄도 몰랐다.	과제라 하기 싫을 것 같았는데 오히려 재미있었다. 이 사람에 대해 더 알아가는 것 같다는 생각이 들어 흥미로웠다.	도착해서 집밥도 먹어서 오랜만에 든든하고 따뜻한 느낌이었다	난 바쁜 게 끝나면 당장 바다를 봐야 되겠다고 말했다. 애인은 뭘든 함께라면 좋다고 했다.	편집 디자인에 관심이 많아서 수업은 늘 재미있다.
확실한 계획도 잡지 않았지만, 그런 기억 없는 이야기로 잠시나마 웃을 수 있는 사이라는 게 유치해서 좋았다.	꼭 영화에 나올 것 같은 골목과 상가가 많아서 괜히 더 좋았다.	과제라는 압박이 너무 심해서 일어날 때부터 기분이 좋지 않았다.	애인이 식물을 정말 소중하게 생각하는 것 같아서 웃음이 났다. 동식물 모두에게 햇빛은 참 소중하구나 싶었다.	우리 둘다 웃음이 많은 편이 아닌데 같이 있으면 많이 웃는다. 마음도 편안하다. 행복했다.	술을 보는 사람과 나무를 보는 사람. (술직히 최적의 조합이라 생각했다.) 아무튼 최근 보낸 시간 중에 가장 생산적이고 행복했다.
귀여운 게 많아서 좋긴 했는데 난 안 뽐냈다. 원하는 게 안 나오면 스트레스가 더 쌓일 것 같아서.	옆에 앉은 사람이 비매너 행동을 너무 해서 타 있는 내내 기분이 안 좋았다. 내리자마자 하품이 엄청 나왔다.	애인을 불러서 잠깐 산책을 했다. 이야기도 하고 같이 담배도 한 대 피우니 한결 후련해졌다.	오늘은 둘 다 과제만 한 게 힘들었는지 한탄을 많이 했다.	날이 흐리거나 비가 오면 집에서 잘 못 깨는 편인데 오늘 딱 그랬다.	탁 트인 거실에서 드워시 노래를 들으며... 그나마 좋은 기분에서 과제를 시작했다.
제목을 왜 이렇게 지었는지 추측해보는 것도 너무 재미있었다.	짜증을 낼 힘도 없었고 과제 양이 말도 안 돼서 어이가 없었다.	아침 일찍 일어나는 건 힘들지만 수요일은 '그래도 오늘은 더 잘 수 있었다.'는 생각을 할 수 있어서 조금은 기운이 난다.	나의 미학/비주얼적 시각, 애인의 과학/미시적 시각이 섞여 더 흥미로웠다.	난 택시를 정말 사랑한다. .. 이동할 때부터 기운을 빼지 않아도 되니까...	과제가 쌓인 게 갑자기 확 짜증이 났다.

“자연을 삶의 원동력으로 삼는”
H / 50대 중반 / 여성 / 식품 사업 직장인

심층 인터뷰

사람들이 살아가는 모습 가장 그리고 자연의 모습 이런 것들을 굉장히 보는 걸 좋아해요.	일상에서 벗어나서 좋아하는 걸 볼 수 있으니까 좋아해요.	정말 잘 산 건 식탁 의자. 그거를 맨날 골랐거든 고르고 고르고 또 골랐는데 이번에 드디어 샀어요. 고민만 하고 살 시간이 없었는데, 그걸 이번에 사서. 집을 하나 덜어서.	내가 좀 요리를 좀 더 잘했으면 좋겠다는 생각도 하는데 어떡해 안 되는 걸	사람들마다 잘하는 게 분야가 다 다른데 나는 요런 진짜 팔이냐 이런 생각하면서 하지.	신앙이죠. 정말 하나님 없이는 살 수 없는 것 같아요.
별로 해피하지 않지만 뭔가 좋은 뜻이 있겠지 뭐 이렇게 생각을 하지	하루 보통 하루면 끝? 더 길게 가져가야 도움이 안 돼.	통제할 수 있는 건데 그게 뭐 어그러지거나 그러면. 어렵죠.	전에는 잠들기 전에 가장 행복했거든. 누울 수 있으니까 잠 잘 수 있잖아. 요즘은 좀 머리가 복잡하기도 하지.	몸이 피곤할 때, 주로 육체적으로 컨디션이 안 좋으면 아주 힘들죠.	이게 생각이 골똥해지면 아주 고달프로 힘들어지는 거.
복잡할 때 달달구리 커피를 마셔. 스타벅스 들쳐라때.	너무 힘들 때 도망가고 싶어 진짜로.	다른 나라요. 거기 가면 아는 사람이 아무도 없잖아. 굳이 케어 해야 될 사람도 아무도 없고	다시 삶에 대한 욕구가 다시 떠올라. 식물을 보면.	그냥 들에 있는 것을 봐도 마음이 편안해져.	변화하고 자라는 걸 보는 게 기뻐.
너무 속상하지 그래서 식물을 많이 안 키우려고 하는 거야.	마을에도 조금 여유가 생겼을 때? 그러니까 항상 쫓돌리는 거지.	다른 사람들이 키워놓은 걸 보고 그렇게 하면서 기쁨을 느끼는 거야. 내가 할 수 없으니까	키우는 걸 자세하게 관리해 주는 그런 거면 좋을 것 같아. 그리고 화분은 사실 아무거나 하면 되니까, 흙.	식물이 많이 진일이 돼 있어서 마음껏 오픈되어져서 이렇게 돌아다니면서 볼 수 있는 공간이면 좋겠어요.	카페 같은 분위기에서도 너무 좋지.
피하게 되는 공간 흙을 막 잔뜩 쌓아놔다거나 쓰레기가 버려져 있는 공간 그런 곳은 좀 피했으면 좋겠지.	그리고 분위기 어두운데, 어두운 곳은 싫지.	좀 정리가 안 돼 있는 것. 죽은 식물들이 막 보인다는 거 이런 식으로 식물 관리가 안 돼 있는 공간?	꽃이 많이 피는 거는 별로 안 사게 돼. 꽃은 시들잖아. 그래서 꽃 있는 건 별로 안 사게 돼.	식물이 죽었던 건, 워낙 일이 바쁘니까 바쁜 환경 탓도 있고, 거기에 까지 갈 시간적인, 심적인 여력이 없으니까. 관리 부족도 있지.	당장 사람 입을 채워야 되는데 내가 그걸 하고 있을 수 없으니까. 자주 식물 관리를 깜박하는 거지
있이 나긴 하지만 잠깐의 꽃을 보는 것보다는 있이 무성해지는 식물을 선택하는 게 더 좋아. 있이 보기에 더 싱그러워.					

“일상 속 부담없는 힐링을 원하는”
G / 20대 초반 / 여성 / 대학 휴학생

심층 인터뷰

공원 가서 책 읽거나 아니면 낮잠 자는 걸 좋아해요.	코멘트가 재밌기도 하고 그때 이런 얘기가 있었지 하 면서 그 코멘트도 응원해 주 는 메시지가 많아서 그 노트 정리본이 가장 약간 좀 힘이 되는 것 같아요.	그 지갑을 볼 때면 그때의 감정이 떠올라서 되게 소중 하게 여기게 되고, 돈도 약 간 함부로 잘 안 쓰게 되는? 약간 그런 동기 부여되는 그 런 아이템인 것 같아.	약간 가정식이나 간식 같은 거 만들어 먹는 걸 좋아하고요.	되게 충동적이긴 했어. 근데 뭐 봄 이기도 하고 그 때가 샀을 때가 그날 며칠 뒤가 식목일이었거든. 식목일도 며칠 뒤니까 나도 풀 하나 키워볼까 싶어서.	맛이 좋아야지 실속을 챙겨야지 말이야.	거기는 아무도 나한테 강매를 하지도 않고 책을 내가 바닥 에서 읽든 의자에 앉아서 읽 든 뭐라고 하지 않으니까 그게 좋은 것 같아.
영화를 좋아하는데 지브리 영화를 특히 좋아해요.	나는 날씨에 영향을 받 아서 야외 활동을 하는 약간 가만히 햇빛 받는 걸 좋아하니까.	저 사람 만나는 걸 좋아 하는 것 같아요. 같이 만나서 수다 떨고 얘기하고 그런 거	그 식물이 작던 가을 쭉에 죽어서 기분이 상송상송하다가 올해 봄에 방울토마토 묘목 을 새로 들여가게 되었 습니다.	진짜 끝까지 키워보고 싶더라는 끝까지는 아 니지만 열매 맺힌 걸 보고 싶어서 옛날에 못 했던 아쉬 움을 이번에 풀고	강아지를 키우고 싶은데 그거 개를 집에 계속 계속 돌봐줄 사람이 없어서 키우는 좀 힘들 것 같다는 생각이 들긴 했었어요. 내 앞가림이나 잘해야지	나는 카페를 가면은 디저 트를 보는 편이고 디저트 가 맛있게 생겼나 그리고 그거에 상응하는 알맞은 가격에 책정이 됐느냐. 그런 걸 봐
기록해 온 거 고등학교 때 내가 공부하던 노트 정리본이 나 아니면 일기장 같은 거 친구 들이 응원 메시지 써준 거 그런 거 보면은 갑자기 정신 차리게 되는 거 같아.	그래서 그 기억으로도 지금도 힘들 때 그 드라마를 다시 돌려보고는 해.	그 식물이 점점 커가 는 걸 보면서 계절 변화도 느끼고 되게 행복했던 기억이 있었어요.	일단 식물이 예뻐서 좋았고, 커가는 걸 보 면 계절 변화를 느낄 수 있어서 가장 좋았 던 것 같아.	그냥 개를 보면은 기 분이 좋아져. 확실히 초록초록한 게 기분이 좋아지는 것 같아.	나는 교보문고 좋아해. 가면은 물론 책을 많이 있으니까 책 구경하러 가는 것도 있는데, 그거 말고도 많아.	약간 기분이 안 좋을 때 산 건 아닌데 조금 기분 전환 겸 약 간 좀 다른 분위기를 가지고 싶었어. 약간 좀 일상에 변화 를 주고 싶었다 했을 때 행을 바꾸는 걸 해봤던 것 같아요.
알고 있던 식물의 죽음이었지만, 막상 개가 이제 죽으니까 조금 많이 마음이 아프긴 했죠.	울거나 그럴 정도는 아닌데 그래도 그 식물을 이제 다시 못 본다는 게 조금 아쉬움? 아쉬움이 많이 컸죠.	관리 까다로운 걸 못 키워서. 아예 그런 건 시도도 안 하는 편이라. 그리고 별로 그렇게 관리 까다로운 걸 키우고 싶은 생각은 안 들었어.	내가 즐거워야 키우는 건데 내가 즐거워야 반 려 식물도 예뻐해 주고 그런 건데 내가 즐겁지 않으면 굳이 서로 안 좋 을 것 같아서	방울 토마토가 이제 점 점 빨갛게 익었던 말이 야. 그거 보면서 좀 기록 하기도 해. 내가 많이 챙 겨준 것도 아닌데 알아 서 잘 자라니까	팝업 보면서 요즘에는 사람들이 이런 거에 관심 이 있구나 약간 세상 돌아가는 얘기 이런 걸 잘 들여다볼 수 있어서 좋은 것 같아요.	힘들 때 나는 그 시간이 멈 췄으면 좋겠어. 내가 힘들 다고 해서 세상이 그걸 기다려주는 건 아니잖아.
공원 같은 데 가서 그냥 멍 때리 고 돛자리 펴놓고 바람 맞고 햇빛 맞고 그런 게 힐링인 것 같아요.	너무 산 너무 바다 하면은 오히려 진지해지는 느낌이랄까 그러면은 내 생각도 너무 건강해야 될 것 같 고. 나도 진지한 인물이 되어야 될 것 같고 좀 그러면 부담스러워 그래서 살짝 일상 속에서 가볍게 힐 링 할 수 있는 공간 그런 걸 찾는 것 같아요.	산이나 바다를 가는 것도 내가 차가 있어 야 가니까 더 부담스 러운 것 같긴 해.	(햇빛 얘기 중) 기분이 상 쾌해지고 그냥 진짜 기분 좋아져. 그냥 좋아진다. 그냥 되게 걱정거리도 없 어지는 것 같기도 하고 그 시간이 소중해짐을 느껴.	여기 좋은데 해서 거기서 좀 앉아서 일광욕 하고 수다 떨고 했던 그때 우연 치 않은 발견이 좋아져서 그 장소가 지금까지 내가 좋아하는 공간이 됐어.	빈백에 앉아서 할 수 있는 거. 야외 도서관이라고 하 지만, 책만 읽고 그냥 거 기서 멍 때리는 사람도 있 고 노래 듣는 사람도 있고 그게 좋았어	생각만 하면은 자꾸 머리에서 뿜어나가 많은 것 같은 거야. 근데 그거를 막상 노트에 써 보면은 그렇게 많은 것 도 아닌 거지.
거실에서 그냥 엄마랑 같이 그냥 얘기하는 거 힘들 때 나 힘들어 좀 쟁쟁대기도 하고 그런 거	싫어하는 공간은 애초에 생각을 안 하고 안 가니까 갑자기 떠올라 기가 어렵다.	사람 많은 핫플은 원래 많은 걸 알고 가니까 괜찮 긴 하거든. 내가 알고 가는 거니까. 그래서 그냥 좀 힘들다는 있었지만 싫 다는 없었고	해 떨어졌을 때 나는 해가 지면은 이제 좀 귀소 반응이 나오는 것 같아.	장소를 가기까지 이제 걸 어가거나 아니면 대중 교통을 타고 가잖아. 그러면 그 거리를 보는 걸 좋아해	호련 날. 나는 날씨에 영향을 진짜 많이 받는 사람이야.	다운했는데 그걸 내가 해결할 수 있는 건 아 니니까 이미 떨어진 건데, 그냥 잊고 다른 걸 하려고 했어.
몸이 처지거나 그런 것도 있고 어 또 그냥 아니면 해야 할 일이 너무 많아서 어디서부터 시 작해야 할지 모를 때 그때도 좀 힘든 것 같기도 하고	기분 전환을 하기 위해서 노래를 들어. 듣거나 아니면은 일부러 요즘 아이들 노래를 들어 하츠투하츠 노래를 듣거나 약간 신나는 거	노래를 들으면 그래도 비 트가 빨라지니까 몸을 좀 움직이게 되고 그래서 훨 씬 다시 하게 되는 느낌.				

“마음이 복잡해 탁 트인 공간을 선호하는”
K/ 20대 중반 / 남성 / K대 기계공학과

심층 인터뷰

나 독서하는 거 좋아하지. 시간 나면 항상 책 보려고 했던 것 같아.	난 남에 대해서 별로 신경을 안 써서, 스트레스 받진 않아.	과제 때문에 피곤해서 힘들어.	내가 뭘 해야 된다는 걸 계속 생각하고 있으니까 힘든 게 지속되지. 난 뭘 해야 될까 이런 걸 계속 생각 안 하려고 해도 계속 머릿속에 떠다니니까 계속 지속되는 것 같아.	여자친구 만나고 그럼 좋지. 스트레스가 많이 해소되는 것 같아.	성취도나 점수가 낮다고 느껴질 땐 담배를 피우는 편이고. 항상 뭘 먹으려고 하는 것 같아.	집에 사랑뽑기 기계가 있는데, 그걸로 사랑을 뽑아 먹으면 기분이 좀 괜찮아져.	나는 회복이 좀 빠르편이라고 생각해.	그런데 내가 선택한 것들은 다 도파민 것 같아. 그 순간만큼은 그래도 약간 풀어지는 느낌을 받으려고.	먹어도, 담배를 피워도 기분이 안 좋아지는 날도 있고. 날에 따라서 달라.	자기 전에는 내일 뭐 하지? 아직 할 거 많은데. 이런 생각이 들어.	소파에 앉아서 다리를 쭉 뻗고 누워 있으면 힘든 게 빨리 해소돼.
다른 사람들이랑 책 얘기하고 이런 게 너무 좋아서 그때부터 본격적으로 책 읽었지.	자기 전 그 시간에 불편이 큰 것 같아. 빨리 자면 좋은데 어쨌든 생각을 자꾸 하면 할수록 잠을 못 자니까.	나도 졸리더라도 궁금한 게 생기면 찾아보고 자야 돼.	무드등 10분 타이머 설정해두고 10분동안 이제 생각할 건 다 하고 잠자려고 노력하는 편이야. 불 꺼지면 바로 자기.	무드등 색? 다 되긴 하는데 항상 노란색을 켜놓아.	아침에는 컨디션이 많이 떨어지는 것 같아. 아침에는 힘이 없고.	아침에는 그래서 항상 커피 한잔 마시고. 그러면 다시 살아나는 편. 일단 카페인을 넣는 편인 것 같아.	여자친구 만나. 만나기 카톡 하기 전화하기 사진보기. 진짜 그게 다야. 그게 제일 원가 직행인 것 같아.	스트레스 받는 그런 날은 집에서 안 해 먹고 배달시켜 먹어. 배달.	먹는 걸로 좀 기분을 많이 전환시키는 편인 것 같아. 나도 몰랐는데.	우리 집 바닥이 좀 차가운데 러그를 사니 발이 따뜻해서 좋아.	도서관 환경은 좋아해. 나 말고도 다 공부하고 있고, 분위기도 예전보다 많이 유해져서 좋아. 노란색 조명 이라서 너무 좋고. 리클라이너 의자가 생겨서 좋아.
작가의 의도를 보는 건 항상 좋아해. 소설 읽을 때도 왜 이런 말을 썼지? 하는 생각 으로 읽는 거.	내가 디자인을 찾다 보니까. 나는 원한 게 원통형이었거든. 그걸 원했는데 쿠방에는 없어서 오늘의 집 통해서 샀어.	힘들 때 그 자리에서 바로 나를 이불로 감쌀 수 있는 능력이 있으면 좋겠는데. 아무런 눈치 안 보고.	이불로 이렇게 딱 몸을 감싸면 제일 안정감이 느껴져.	집이 좋아.	사색의 광장 좋아해. 거기 기둥 있잖아. 기둥에 앉아 있으면 기분이 좋아져.	일단 주변에서 탁 트인 공간을 볼 기회가 잘 없거든. 근데 거긴 탁 트여 있어서 그게 좋은 것 같아.	그리고 거기서 달 보는 게 예뻐. 주변에 건물이 거의 없다 보니까 하늘이 잘 보여. 그것도 좋은 것 같아. 거기서 힐링이 된다 생각해.	거기에서 좋았던 기억이 없으니까 별로 안 좋은 것 같아. 본능적인 것 같아.	몽골 초원 유튜브에서 봤는데 너무 예뻐. 탁 트인 공간이 너무 좋아.	복잡하니까. 탁 트인 공간을 자꾸 원하고 찾게 돼. 생각이 정리되는 것 같기도 하고.	공부할 때 이해가 안되면 스트레스받아.
난 평소에 궁금증이 많아.	내 드림하우스는 무조건 햇볕 잘 드는 곳. 무조건 남향. 환기할 수 있는 창문 많고 그런 곳.	아침에 햇살 비치는 게 너무 좋아. 따뜻해.	창문이 많아야 되는 이유가 문 열고 있으면 분위기 자체가 바뀌는 느낌. 그게 너무 좋아.	집은 내가 가장 편안한 공간.	작은 화면으로 뭘 보는 걸 별로 안 좋아해.	시끄러운 곳 싫어해. 근데 클럽 골목같은 느낌? 시끄러운 거 자체가 싫다가 보다는 분위기가 싫어. 의미 없는 소음.	집에 강아지가 있으면 좋은 것 같아. 나 혼자 있는 느낌이 안 들잖아. 좋은 것 같아.	혼자 있는 거에 대해서 나쁘게 생각하지 않아.	모형인 줄 알고 가차를 했는데 알고 보니 진짜 선인장이었어. 많이 당황했는데 생각해 보니까 키우면 재미있을 것 같다는 생각이 들었어.	식물 키우는 게 좀 부담스러웠던 것 같아.	난 꽤 낙천적으로 살고 있다고 생각해.
여자 친구 좋아해. 예쁘잖아.	화분 크기가 제일 중요하지. 다른 이유로 딱히 부담스럽다 생각한 적 없었어.	그냥 그 친구 (선인장) 보고 있으면 기분이 좋아. 그냥 귀여워 보고 있으면.	여자친구한테 보여줬을 때 제일 행복했어. 내 주변에 다 남자다 보니까 보여줘도 이걸 왜 키우냐 했거든. 근데 누나만 반응이 달랐어. 엄청 귀여워하는 것 같았는데.	선인장 색이 딱 닳을 때 다행이다라는 생각이 먼저 들었어. 발아를 못할줄 알았어. 걱정 많이 했어.	키우는 게 처음이다 보니까 물을 얼마나 줘야 되는지도 모르겠고. 지금도 그래. 햇빛을 얼마나 비춰줘야 되는지 모르겠어.	키우는 방법이나 정보는 제미니이한테 물어.	색이 나긴 했는데 자리를 못 잡았거든 그 친구가.(선인장) 매일 보고 이제 자리 잡으면 그때부터 잘 살라고 하겠지? 지금은 되게 조심스럽게 보고 있어.	3년을 키워야지 그 사진만큼 자란대. 근데 3년이면 내가 졸업할 시즌이거든. 원가 같이 졸업하는 느낌이라서 좀 더 소중한 것 같아.	따로 또 식물을 구매할 생각은 없어.	지금도 식물이 좋아서 키우는 건 아니야. 원하든 원하지 않았든 나한테 이 친구가 온 거잖아. 그래서 그냥 책임감으로 키우고 있는거지. 물론 잘 자라 줬으면 좋겠고 그렇지만.	
침대에서 TV를 보면 허리가 아파서 1인 소파를 샀어. 가격대 치고 기능이 많아서 좋아.	다른 거는 사면 내가 목적을 가지고 산 느낌이잖아. 근데 이 친구는 그냥 굴러 들어왔단 말이야. 그래서 키우는 거라서.	식물 좋아해 본 적은 없어. 싫어하는 것도 아니야. 그냥 있으면 있고 없으면 없는 존재였는데.	웃자란 식물? 처음 들어보는데.	근데 어쨌든 본인이 키운 거잖아. 그럼 이게 더 애뜻 할 것 같은데? 내 선인장 친구도 색이 누워 있던 말이야. 그래도 난 귀여워 보여.	키우는 입장이 아니면? 아니? 눈이 안 가지. 저길 왜? 저길 왜. 안 살 거야.	웃자란 식물이 보통 범주에서 벗어나게 생긴 애들이잖아. 근데 이름을 거기에 맞게 지어 주면 귀여워 보일 것 같은데. 웃자란 식물 말고. 재 같은 경우는 줄기가 휘었으니까 '안녕하세요' 이런 걸로.	좋아하는 사람이 선물해주면 좋지. 당연히. 당연히 좋지. 선물받은 거니까.	웃자란 식물 오프라인 스토어는 유쾌한 분위기면 좋을 것 같아. 작명 센스가 넘치는 곳? 대신 너무 시끄럽지 않고 차분한 게 좋은 것 같아. 노란색 조명도 있고.	일단 식물 키우는 사람 자체가 주변에 없어서. 그래도 원가를 키운다는 것 자체가 애정을 가진다는 거잖아. 그러면 좋은 사람이 되는 거 아닌가?	난 지금이 좋은데? 그러니까 막 너무 내 세상을 넓히려고 노력을 안 해도 열심히 살다 보면 자연스럽게 넓혀지는 거니까. 노력이 필요하다고 생각하지 않아서.	

“본인의 세계를 넓히고 싶어하는”
S/ 22대 중반 / 여성 / W대 뷰티디자인학부 재학생

심층 인터뷰

근데 처음 본 사람한테 먼저 다가가는 게 쉽지는 않은 것 같아.	난 장난치는 것도 좋아하고 웃음도 많은 편이야.	주말에 특별히 하는 건 본가 가서 부모님이랑 집밥 먹기?	다이어트 하고 싶기도 하고. 자존감 올리고 싶기도 해가지고 운동 시작했어.	내가 좀 통통한 편이라서. 살집이 좀 있으니까 이게 내 모습 볼 때도 좀 자존감이 낮아지더라고.	난 일단 뛰어. 헬스장 가서 런닝머신도.	나 야구 좋아해.	일단 야구장 갔을 때 응원가를 부르는데 그게 진짜 재미있고. 사람들끼리 같이 부르니까 열정도 느껴지고 그러다 보니까 빠지게 된 것 같아.	나는 과정도 중요한 하지만 어쨌든 결과가 이렇게 눈으로 보이는 게 좋은데.	고등학교 3학년 때는 일단 대학교를 가야 된다는 그런 압박감도 있었고. 저녁 9시에 들어오고 10시에 가족사 도착. 이걸 반복하다 보니까 많이 힘들었어.	난 내 세계를 넓히고 싶어.
틴틴팅클 좋아해. 일단 생긴 게 정말 귀엽게 생겼고. 내용들은 되게 감동적이고. 친구들의 우정이나 가족들의 그런 사랑이나 그런 게 잘 보여서 나한테 힘이 많이 됐던 것 같아.	뭔가 결과에 연연하지 않고 모두가 행복해지는 게 보여서 그 스토리가 특히 기억에 남아.	일단 힘들 때 그걸 풀고 싶으면 물어.	친구들한테 고민 상담도 받아. 친구가 내 얘기 들어 주니까 마음이 좀 편해져.	나는 학교가 체력적으로 너무 힘들어서.	동기들이 다른 각각 다른 지역에서 오잖아. 그러다 보니까 각각의 성격을 가지고 오는데 그럴 때마다 성격이 안 맞는 게 느껴지면 좀 스트레스를 많이 받았어.	좀 예의없어 행동하는 사람? 상대방 기분 생각 안 하고 자기가 좋을 대로만 하는 사람들이랑 안 맞아.	이런 일이 있었다 저런 일이 있었다 얘기하면서 기분 푸는 편이야.	학교에서 시간을 제일 많이 보내.	힘들면 난 무표정이 되고. 말이 없어지고.	나는 어쨌든 경험한 게 적다고 생각하거든. 진짜 내가 알고 있는 것들은 되게 적다고 생각하거든.
나 잠들기 전에 유튜브를 들어놓고 자거든. 그래서 유튜브 들으면서 자느라 자기 전에는 생각 많이 안 하는 것 같아.	잠들기 전 시간 나는 편안한 것 같아.	생각이 많은 날엔 일단 머릿속에 하얀 도화지를 상상해. 그리고 잠들어. 그러면 생각이 없어져.	기분 안 좋을 때? 노래 들어. 잔잔한 노래를 많이 듣지.	힘들어도 지금은 울면 안 되는 상황이다 싶으면 드라마나 유튜브를 본다거나. 아예 생각을 다른 데로 돌려버리게 만드는 것 같아.	학교 끝나고 너무 힘들면 배달 음식 시켜먹고 그랬어. 배달 기다리면서도 행복했어.	야구 유니폼 샀을 때 좋았는데, 콜라보 상품이라 수량이 많이 없었어. 재고가 더 많았으면 좋았지 않았을까?	힘들 때 좋아하는 사람이 내 옆에 있으면 좋을 것 같아.	나는 연애했 때 제일 크게 마음이 왔다갔다한다고 생각해. 그래서 그 사람이 내 옆에 있었으면 좋았겠다 싶어.	뭔가 누가 나를 좀 안아줬으면 좋겠다 싶었어.	뭔가 다양한 사람들을 만나고 싶기도 하고 경험을 많이 해보고 싶어.
집이 좋아. 쉴 때는 집에 많이 있지.	집에서 유튜브 보고 밥 먹고. 영화나 드라마도 보고.	침대에 많이 있어.	집? 안식처. 마음의 안식처지.	집 같은 것을 놓기 좋게 집이 넓었으면 좋겠어.	나 옛날에 살던 동네를 지금 가면 되게 좋아.	전으로 돌아가고 싶은 건 아닌데 추억 때문에 옛날 동네가 좋은 것 같아.	나는 좀 따뜻한 조명을 있는 포근포근한 카페가 좋아. 조용조용하게.	파리 가고 싶어. 에펠탑 예뻐서 보고 싶어. 그리고 거기에서 빵도 사먹고 싶어.	장례식장이 제일 별로였어. 그런 데는 좀 어둡고 칙칙한 분위기라.	좋아하는 사람이 소소하게라도 뭘 주면 그냥 너무 좋아. 그냥 기분이 녹아.
시끄러운 공간은 별로 안 좋아해.	식물 자체만 생각했을 때? 싫은 건 아닌데 막 그렇게 좋은 것도 아니야.	과학 동아리에서 식물 키우기 활동을 했어가지고 그때 키웠었어.	다같이 키우는 거였거든? 그래서 뭔가 친구랑 우정을 쌓은 것도 있었고. 친구랑 같이 봤어서 더 의미가 컸었어. 그래서 더 잘 자랐으면 좋겠다는 생각을 많이 했어.	다같이 키우는 거다 보니까 식물들 같이 관찰하고 이야기할 때가 제일 기억에 남고 재미있었던 것 같아. 행복했던 것 같아.	식물이 죽었을 때가 제일 슬펐지. 그래도 정을 많이 줬던 친구들인데 마음이 안 좋더라고.	과학실 안에서 키우는 거다 보니까 이 친구한테 햇빛이 잘 드는지 안 드는지 체크를 잘 못하기도 했고. 환경이 문제였어.	일단 식물에 물 준다는 것부터 시작해서 내가 신경을 써야 한다는 게 생긴 거잖아. 애정이 많이 갈 것 같아.	식물을 직접 구매한 적은 없어.	식물 보일 때마다 사고 싶긴 했는데 내가 잘 키울 수 있을까? 이런 생각들 때문에 못 샀던 것도 있어.	
일단 키우기 난이도가 어려우면 예뻐도 피할 것 같아. 나는 제대로 키워본 적이 없어서.	나는 어플이 편해.	물 주는 시간대나 얼마나 줘야 되는지 이런 것들을 알려주면 좋겠어.	오늘은 그 식물한테 뭘 해줬다. 이렇게 적을 수 있는 것도 있으면 좋겠어.	식물이 시들거리면 어떻게 살리는지? 그런 건 알려줬으면 좋겠어.	웃자란 식물? 이름이 너무 속상하게 들려가지고. 이름 바꿔주고 싶어.	나 이런 거 잘 못 지나쳐. 약간 혼자 눈에 띄는 느낌일 것 같아가지고. 그런데 또 키우라고 하면 못 키울 것 같긴 해.	이 웃자란 식물을 사면 어느 단체에 기부가 된다거나? 이러면 살 것 같기도.	조금 더 밝은 조명? 이 친구들이 좀 원가 돋보이는 느낌은 어때? 다른 식물들에 비하면 조금 인기가 없는 식물인 거잖아. 그 공간에서는 조금 더 주인공처럼 보일 수 있게끔.	식물을 키우다 보면 되게 재미있을 것 같기도 하고 내가 이렇게까지 진심일 수가 있구나 생각할 것 같아.	

“걷는 행위로 정리한 생각을 원동력 삼고 싶어하는”
Y/ 20대 초반 / 여성 / K대 시각디자인학과

심층 인터뷰

셀프 포토 다이어리

일단 거의 그냥 과제만 해요.	저는 되게 밖에서 걷는 거 좋아해가지고.	제가 아침에 좀 일찍 일어나는 편이거든요.	제가 아침형 인간 되는 게 꿈이에요.	그냥 저는 도서관에 앉아서 노래 들으면서 필 하는 걸 좋아해요.	그냥 뭔가에 집중하고 몰두하고 있는 걸 좀 좋아하는 것 같아요.	노래는 주로 유튜브에 플리 올라와 있는 거 많이 들어요.	듣는 노래 플레이리스트도 기분에 따라 달라져요.	저는 구경하고 밖에 돌아다니는 거 좋아해서 그냥 시간이 나면 무조건 어디든 가는 것 같아요.	저는 색이 뚜렷한 사람은 아니라서.	뭔가를 돌본다는 느낌이 생각보다 괜찮거든요.	다이소는 그냥 맘 먹으면 편히 가서 살 수 있어서 좋았어요.	갔다 있길래 그냥 산 거거든요. 못박에. 그런 집근도 좋은 것 같아요.	일찍 일어났는데 하나도 안 피곤해서 개운? 기분이 좋았음 ㅎㅎ	팅~ 빈 도서관에서 노래 들으면서 과제하니까 기분이 좋았다. 방해받지 않고 고요해서 군.	밖에 하늘이 진짜 파랗고 예뻐서 걷는 내내 상쾌하고 막 싶어있는 것 같고 그냥 기분이 업되는 느낌이라 스타트가 좋았음.	나는 예대가 집중이 너무 안 되니까 힘들다.	맨날 도서관에서 살아서 우울~~
생각이 복잡하면 일단 무조건 걷는 편이거든요.	걸으면서 생각을 정리하고 조금 내려놓기도 하면서 가면서 정리한 생각들이 원동력이 되는 것 같아요.	내가 왜 작은 거에 이렇게 매몰되어 있었을까? 이런 생각이 들 때도 있고.	뜻하지 않은 순간들 이런 것도 원동력이 되는 것 같아요.	누가 저한테 오랜만이라고 인사를 해 준 적이 있어요. 근데 생각보다 되게 그제 기분이 좋더라고요.	오디올이라는 곳에 갔는데 너무 예뻐고 나오는 노래가 좋았던 기억이 있어요.	<여덟 단어> 라는 책이 너무 좋았어가지고 그거 전파 잘 샀다 생각했어요.	이 바람막이를 샀는데 생각없이 산건데 너무 잘 입고 있어요.	내가 가지고 있는 것들을 잘 활용하면 그게 무기가 될 수 있다 이런 거를 되게 이야기 형식으로 잘 알려 주셔서 꼭 읽어보면 좋은 책이라고 생각해요.	저는 일단 우울하면 달아요. 저항 외부 환경을 이렇게 달는 것 같아요.	오프라인 스토어는 딱 떠오르는 게 따뜻한 정원. 카페랑 같이 결합된 곳도 좋을 것 같고요.	제가 잘 깨리는 편이예요.	뭔가를 보라고 하면 귀찮아서 안 볼 것 같아요.	오랜만에 동기를 만나서 잠깐 푸드트럭 다녀왔는데 힐링되고... 사람 만나니까 편히 기분이 통통... 별거 아닌데 너무 소소한 행복	오늘 비가 와서 그런지 아침부터 기분이 참채된 것 같다.	동기들이랑 종일 같이 있으니까 그런 우울 효과는 사라지는 느낌.	혼자 있는 걸 좋아하지만, 혼자 살 수는 없을 것 같다.	편히 먹으면 힐날 것 같아서 구운산도 사 마셨다.
저는 남들한테 떨어놓는 편이 아니어서 저 혼자 좀 갖고 있는 편인데.	뭔가 티를 많이 안 내는 편이고 대신 저 혼자 있을 때 생각을 좀 많이 해요.	그냥 저 혼자서 글을 적는다면가 아니면 생각 정리를 계속 해요.	제가 또 교회를 다니니까 가면서 생각 정리를 할 수 있기도 해요.	가벼운 건 산책 한 번이나 편의점에서 단 거 사먹는 걸로 풀려요.	저 박물관 이런 데 가는 거 좋아해가지고.	제가 직접 해야 하는 활동도 없어서 부담스럽지 않았고 조용한 공간이라 혼자 가기 좋았어요.	가장 긍정적인 곳은 도서관이요. 거기는 같이 하는 사람들이 있잖아요. 뭔가 다같이 열심히 하고 있으니까 저도 덩달아서 하게 되는 그런 느낌.	가속하는 근데 롬배가 연재 들어올지도 모르고 그런니까 저한테 편한 공간은 아니예요.	뭔가 방에 있어서 좀 긴장하고 있어야 해요. 기숙사에 있으면.	사는 이유는 심플해요. 저렴하니까?	식물이 많은 공간에서 식물들 사니까 좀 특별했어요.		전파 24시간이 너무 모자라서 속상하다 ㅋㅋㅋ	스트레스 받아서 계속 하리보 먹고 아이스크림 먹고	맨날맨날 간식 먹어서 죄책감이 늘어나고 있다.	빛꽃이 팔권처럼 확 펼쳐진 게 너무 예뻐서 10걸음에 1사진 찍음.	제발 집밥 먹고 싶다 ㅠ 항상 시험기간이면 엄마 밥이 맵긴다.
가장 신경이 곤두 서 있을 땐 아무래도 과제할 때고 바쁜 순간도 과제할 때고.	제가 살짝 완벽주의 성향이 있어요. 지금 잘하고 있나 이런 의문이 있고 확신이 잘 서지 않아요.	제가 완벽주의를 문제라고 인식하기까지도 오래 걸렸어요.	잘 모르는 걸 하거나 좀 걸리고 게 있으면 그 성향이 백 올라오는 것 같아요.	그냥 과제 끝나면 계속 과제가 오고 하니까 그냥 그만하고 싶다.	저는 한 가지를 좀 깊게 생각하고 집중하면 빠져나오는 게 어려운 것 같아요.	뭐 해야지 어떡해? 이런 식을 계속 끌고가고 노력을 하거든요.	저도 원래 받아들이지 않고 후회하고 자책하는 편이었는데 어느 순간부터 그냥 받아들이게 됐어요.	근데 제가 감정에 대해 계속 배워들어도 있는 게 아니라서 그걸 깊게 가지가진 않아요.	막 잡들기 어려웠던 적이 아직까지는 없는 것 같아요.	웃자란 식물들 살 때 키트처럼 될 존다든가? 그러면 저는 충분히 살 것 같긴 해요.							
머리가 복잡해지면 일단 자고 내일 다시 일어나서 생각을 하자 하고 그냥 일단 눈을 감아요.	제가 생각이 엄청 많은 편인데 생각을 안 하는 연습을 하고 있는 것 같아요.	자기 전에 생각이 많으면 그냥 핸드폰을 보기도 해요.	잠을 잘 못 자면 아침에 일단 너무 짜증 나요. 몸이 무거워서 불쾌해요.	집중이 잘 안 되는 날은 그냥 장소를 계속 옮겨가면서 할일을 해요.	뭔가를 하고 있는데 그걸 치고 들어오는 생각들이 많을 때 집중이 안된다고 느껴요.	기본 전환할 수 있는 단 거나 커피나 음료를 사서 마시기도 해요.	집중력이 흐트러지면 기본 전환하려고 많이 노력하는 것 같아요.	뭘 마시면 시원하다는 그 느낌 있잖아요. 그 느낌이 주는 게 좀 큰 것 같아요.	커피가 카페인 때문에 좀 안 좋다는 생각이 들어서요. 요즘에는 차나 구운산? 비타민 음료 마셔요.	저는 식물은 미관을 딱히 신경쓰지 않는 것 같아요.							
제가 사실 좀 실용적인 것만 사고 그런 편이어서 기본 전환하고 싶을 때는 귀여운 거 사는 것 같아요.	잠시나마 제가 좋아하는 걸 보면 그래도 그때만큼은 아무 생각없이? 내가 어떻게 느끼는가에 집중할 수 있어서 좋은 것 같아요.	저는 아까고 그러는 강박이 있거든요. 필요한 거 아니면 사지 말자 하고 그 생각들을 좀 쳐내는 편인데.	내가 좋아하는 옷. 전파 정갈 마음에 들어서 사는 게 좋다고 생각했어요. 입었을 때 더 기분이 좋기도 하고.	돈이나 좀 가다가 놀더라도 내가 진짜 마음에 드는 걸 사는 게 좋은 것 같아요.	나 아니면 누가 나를 위해서 이렇게 돈을 쓰겠나 이런 생각이 들기도 해요.	크고 폭신한 곳에 몸을 탁 맡기고 내가 감파져 있으면 좋겠다는 생각을 많이 했어요.	편안한 감정을 느끼고 싶다 이런 게 큰 것 같아요.	탁 트인 곳이 좋긴 한데 외부 시선이 조금 부담스러울 때가 있어요.	하얀 빛은 가끔씩 부담스러워요.	강아지는 조건 없이 막 와주잖아요. 정이 가는 느낌? 그래서 좋았어요.							
식물은 왜인지 모르겠는데 그냥 좋아요.	아예 걸으라고 각 잡고 만들어져 있는 곳은 잘 안 가요.	제가 가는 곳들은 사람이 꽤 있는 곳 같아요. 그냥 군중들 속에 있는 걸 좋아하는 것 같아요.	지하철 9호선 이런 곳은 싫어요.	사람들이 생활하는 모습 그 속에 있는 걸 좋아해요.	보통 걷는 곳이 그냥 거리예요. 거리를 걷다가 괜찮아 보이는 곳이 있으면 들어가요.	체코 거리가 그냥 너무 좋았어요. 강가에 평한 주황색 가로등이 있는데 강가에 불빛이 비지기도 하고. 옆에서 파는 빵 냄새가 막 솔솔 나고.	걷기 편한 길은 아니었는데 새로운 공간이어서 그런지 그럼에도 불구하고 그것마저 이곳의 특별함으로 느껴졌어요.	기분이 좋아서 어딜 가는 것보다 좋아지려고 가는 게 더 많아요.	저는 집에 있으면 계속 지치고 늘어져요.	핸드폰은 다른 알릴도 계속 오니까. 저는 알릴을 그냥 볼 때도 있어요. 그냥 귀찮아서요.							
가게 공간 자체는 편한았는데 뭔가 그 주변 환경이 공간의 매력을 해치는 느낌이었어요.	저는 불편한 걸 싫어해요.	강의실을 싫어해요. 싸하고 좁고 그래서 약간 정내미 없어 보이는 느낌.	밖에 바람이 불 때 흔들리는 나무를 진짜 좋아해요. 그냥 보면 마음이 편한대요.	식물을 키워본 적은 있는데 잘 죽어서 할부로 안 키워요.	제가 자주 식물 케어하는 걸 꺼려요. 그래서 불편했던 것 같아요.	이번에는 안 죽어야 하는데 이런 생각 많이 했죠.	제가 키우고 싶어서 산 거잖아요. 그렇다 보니까 더 신경을 쓰려고 노력했던 건 기억나요.	잘 큰 식물 보면서 대리만족 되더라고요. 어떻게 이렇게 잘 자랐을까?	일단 식물이 죽으면 제일 속상하죠.	왜 죽었을까요? 제 지식이나 정보 부족으로 인해서 생긴 문제 같기도 해요.							

“본인의 성취도에 확신을 얻고 싶어하는”
U / 20대 초반/ 여성 / K시각디자인학과

심층 인터뷰

셀프 포토 다이어리

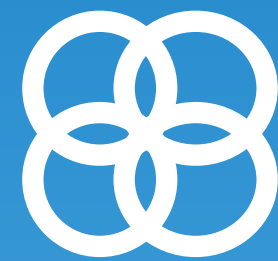
istj인데, 학교 생활할 때는 estj가 됩니다. 아무래도 사회적 위치나 동아리 운영진이라는 이유로 외향적으로 변하는 것 같아요.	요즘은 볼바람 말으면서 쉬는 거요. 대신 할일이 아무것도 없어야 해요.	취미를 할 시간이 있나? 나한테 투자할 시간이 없어요. 나를 갈아낼 시간만 있지..	때는 '내가 잘 살고 있는 게 맞나'라는 생각을 가장 많이 하는 것 같습니다.	저는 또 완벽한 것만 좀 남겨놓으려고 하는 성향도 있어서 일기 쓰는 것도 어려워요.	저는 잠이 진짜 중요한 사람이라서	(다른 사람에게 많이 받음으로써) 나는 이미 충분히 갖고 있다고 생각을 해서 요즘은 나한테 돈을 투자하지는 않는 것 같아. 이미 충분하다고 느껴서!
뭔가 힘이 되는 건 없고, 책임을 느껴서 움직이게 만드는 것들은 좀 많습니다.	요즘은 볼바람 말으면서 쉬는 거요. 대신 할일이 아무것도 없어야 해요.	뭔가 나를 위한 소비를 점점 잘 안 하게 되는 것 같기도 하네요.	기본적인 잠도 못 자고, 밥도 제대로 못 먹고, '이렇게 살아야 되나'라는 생각이 드는데 또 이렇게 안 살면 안 살아지는 현실에 우울해 집니다.	결과물을 내면 만족스럽게 내면 기분이 좋습니다. 그래서 회복을 할 시간에 저 작업에 투자를 해서 작업을 내 마음에 들게끔 완성하는 게 좋은 것 같아. 완벽하게 치유되는 거는 칭찬받을 때!	조금 시간이 생기면 맛있는 음식을 배달을 시켜 먹거나 먹으면서 넷플릭스를 봐요.	알고리즘에 보라색깔 안마기 그게 됐는데 남자친구가 서서 일을 해서 다리 아프다고 쾅쾅거리려서 선물하게 되었어요. 오빠 쓰는 거 보면서 힐링도 좀 하고 이제 저도 같이 쓰면서 되게 잘 샀다고 생각했어요.
최근에 제일 진짜 힘들었던 거는 과제를 하는데 성과가 없을 때.	내 것만 이렇게 악평을 하시니까 나만 잘못했다는 느낌이 너무 커서 거기서 스트레스 되게 많이 받은 것 같아.	수업 빼고 맛있는 거 먹으러 갔는데, 그렇게 좀 단기적으로 잊으려고 하는 것 같습니다.	하루에 한 번씩은 꼭 혼자만의 시간이 필요한데 그게 보통 밥 먹는 시간에서 다 소요가 되기 때문에 그때만큼은 아무도 안 건드려줬으면 좋겠다고 생각해요.	인형 뽑으면 진짜 도파민 팡터지고 근데 못 뽑으면 기분 너무 안 좋아져요.	일단 다른 카페는 테이블이 너무 붙어 있고, 저가형 카페는 또 너무 시끄러울 때가 많기 때문에 스타벅스가 적당한 것 같습니다. 또 요즘 스타벅스가 주말에 원플원 쿠폰을 줘가지고 자주 가게 되는 것 같아요.	근데 도움을 받는건지 잘 모르겠어. 왜냐하면 사람들마다 주는 그 솔루션이 달라. 분갈이 하라고 그러고 또 어떤 사람은 하지 말라고 그러고..
선선하고 바람 숨쉬 들어오고, 노래는 잔잔하게 틀어놓는 것을 좋아합니다.	우드 제품을 좋아하는 것 같아. 식물 냄새 맡는 것도 좋아합니다.	한강에서 그냥 돛자리 펴고 누워 있고 싶어. 바람 맞으면서 햇빛도 진짜 쬘고.. 사람이 많이 없으면 좋겠어. 근데 또 너무 없으면 무서워니까 조금은 있으면 좋겠어.	아무 생각 없이 오로지 식물과 나만 생각을 하면서, 애상태 체크하고 물 주고 햇빛 주면서 나도 같이 햇빛도 쬘고 멍 때리는 것 같아.	나는 분명히 신경 써주고 막분갈이도 난리 부르스 치면서 진짜 엄청 열심히 해줬는데 죽으니까 너무 슬퍼.	보통 식물 구매하고나면 이제부터 온전히 100% 내 책임이라는 느낌이 드는데, 사장님이 좀 많이 알려주시면 좋겠어.	일단은 너무 바쁘게 살다가 '우리 아기들~' 하고 한 번씩 만지면서, '물은 충분히 니? 뭐 마시고 싶니?' 말도 걸고
나는 멈춰 있는데 세상은 돌아가는 그런 거에서 좀 휴식을 느낀다고 생각하는 것 같아.	주변이 깨끗해야지 작업이 잘 돼서, 애초에 작업을 하기 전에 청소를 한번씩 합니다.	그 식물을 왕창 위로 쌓아놓고 싶달까. 온전히 내 공간처럼!	가끔 그런 생각도 했어. 사장님한테 가지고 한 번만 도와달라고 해볼까.. 진짜 어떻게 키워야 되는지 진짜 여쭙보고 싶다.	일단 저는 어떤 상품을 사든, 제일 먼저 눈에 띄는 걸 사는 편이에요.	근데 보통 다육이 같은 건 천 원, 이천 원, 삼천 원 정도라서 가격 부담이 거의 없어요. 그래서 그냥 마음에 들면 쉽게 사게 되는 편이에요.	그렇게 하나씩 비교하다 보면, 어느 순간 더 마음이 가는 쪽이 생기는 것 같아요. 그리고 가격도 한번 물어보고요.
그냥 오동통하게 자라 있는 모습 보면 너무 귀엽고 쪼만한 게 자라기도 하고 지기도 한다는 게 신기하고	내가 좋아하는 사람이 식물들을 좋아하니까 나도 따라서 좋아하게 된 것 같아.	새 잎이 났을 때, 새순이 났을 때가 제일 짜릿하고요.				

본격적인 공부 전에 잠시 취침을 가지겠습니다.	저녁 먹기 귀찮아서 유튜브한 지난 도넛 먹으면서 과제	근데 또 시험기간에 과제랑 공부 외에 집중하는 게 있다는 건 꽤나 재밌기도 하다.	아침도 빵 하나로 때워서 배고파서 죽는 줄 알았다.	오히려 좋아~하면서 느긋하게 선데이를 먹고, 회의하면서는 고구마 후라이를 먹었다.	저번에 뽑은 브로콜리 귀여워서 볼 때마다 만짐, 기분 좋음
진짜 영어로 얘기하는 내 모습 생각이 계속 나서 너무 기분 안 좋고 창피했다.	너무 우울해서 밥도 안 먹고 누움. 잠 자고 일어나자...	배고픈데 밥은 먹기 싫어서, 처음으로 카페 배달을 해봤다	배달 와플인데 바삭하고 맛있어서 깜짝 놀람! 커피도 너무 내 취향이라서 좋았을 해피~	온강 교수님이 하트를 하시는 게 귀여워서 찰라	인터뷰한 거를 보는데 너무 웃기고 귀여워서 한 장
벚꽃이 다 떨어졌다.. 떨어진 벚꽃이 더 예쁜 것 같은 느낌	대충 배만 채우려고 편의점에서 김밥이랑 라면 소스 컵 구매! 근데 김밥이 엄청 맛있지는 않았다..	항상 강의실 가자마자 보이는 교수님의 정갈한 바가지 머리가 너무 웃기다.	공부던 과제던 뭘 하려고 하면 너무 피곤해서 맨날 낮잠을 자야 된다.	마라탕은 정말 신기한 음식이야.. 이를 전에도 먹었는데 오늘 또 땡겨서 시켜 먹었다.	스연이가 내 손에 쥐어주고 간 아몬드브리즈 초코맛.. 아직 안 마셨지만 벌써 마음이 달다~

“복잡한 생각을 정리하고 싶어하는”
O / 20대 후반 / 여성 / 직장인

심층 인터뷰

근데 제가 그 사람들을 직접 만날 기회는 거의 없단 말이죠. 근데 책을 읽음으로써 그 사람들의 경험과 지식을 알게 되는 것 자체가 굉장히 성장할 수 있는 방법이라고 생각해서 되게 좋아하고요.	책을 읽으면서 눈을 회복할 수도 있고.. 그리고 종이 질감이나 아날로그 느낌을 좋아해요.	제가 어떤 생각을 예전에 해왔는지 보는 게 되게 재밌는 것 같고 제가 어떻게 살았는지를 기록해 두는 게 좋은 것 같아요.	그래서 어떤 일을 할 때 힘들긴 해도, '이걸 하면 내가 좀 성장하겠다'라는 느낌이 들면 그게 되게 큰 동기부여가 되는 것 같아요.	블로그를 쓰면서도 '지금 이 상황을 조금 더 멀리서 보면 어떨까?' 이런 식으로 과거 경험이란 연결해서 나를 바라볼 수 있어서 좋은 것 같아요.	머리가 막 복잡하다가도 산책하면서 기분을 환기하면, 다시 새로운 마음으로 일을 할 수 있거나, 아니면 갑자기 새로운 아이디어가 떠오르기도 하고요.	웃자란 식물인가요? 웃자는 식물인가요?	저는 그냥 계속 걷는 게 좋아요.	머리가 복잡할 때 자연 있는 곳에서 계속 걷다 보면, 머릿속이 정리되는 느낌이 있어요.	저는 답답할수록 탁 트인 공간을 더 찾게 되는 것 같아요.
도대체 이해가 안 될 때는 좀 답답하죠. 그럴 때는 혼자 공공대기보다는 사수님 찾아가서 여쭙보는 편이에요.	일단 보통은 일을 하면 그냥 몰입하게 돼서, 크게 다른 생각은 없는 편이에요.	그럴 때는 머리도 아프고 한숨도 나오고, 잠깐 당도 좀 당기고... 머리 식히려고 산책도 다녀오고	근데 사실 떨어지는 것보다 떨어지면 회사에서 나를 어떻게 볼 것인가에 대해서 좀 걱정됐고요.	진짜 너무 짜증 나서 일하기 싫다 싶을 때는 그냥 산책을 나가요.	정동길 같은 데 가면, 옛날 한옥 느낌도 있고 꽃이랑 나무도 있어서 되게 리프레시가 잘 되는 것 같아요.	좋은 거 키우지 왜 그런 걸... 그걸 키워서 제가 살려내야 되는 건가요? 시간이 많을 때는 한 번 해볼 수도 있을 것 같긴 한데, 굳이 제 돈 주고 시도해 볼 것 같지는 않아요.	식물 자체를 좋아한다기보다는 자연을 좋아하는 것 같아요.	제가 귀찮은 걸 싫어해서, 돌봐야 하는 건 힘들어요.	자발적으로 키워본 적 한 번도 없어요.
제가 좋아하는 음악을 듣는 식으로 기분을 전환하기도 하고요.	일상적인 스트레스 같은 경우에는 혼자 푸는 걸 더 좋아하는 것 같아요.	극심한 스트레스가 있다 하면, 그때는 가족들이나 정말 가까운 사람들 만나서 얘기하거나, 그냥 좀 쭈뼛대면서 푸는 게 나은 것 같아요.	그리고 그것보다 더 심하다 싶으면... 그때는 그냥 혼자 우는 게 더 나은 것 같아요.	기분 전환이 필요한 작은 스트레스는 밖에서 푸는 걸 좋아해요.	먹을 걸 사는 편이에요. 그냥 맛있는 거 사 먹으면서 기분 전환하는 경우가 많아요.	어떤 고난에도 꺾이지 않는 사람이 되고 싶다 하면, 그런 의미를 가진 식물을 추천해준다거나, 꽃말을 기반으로 추천해줘도 되고,	요즘 꽃이 지면서 새싹이 올라오는 게 보이는데, 그게 되게 예쁘더라고요.	교환학생 때 여행하면서 느낀 건데, 저는 자연 보는 여행을 제일 좋아해요.	건물이나 인공적인 걸 보러 가면 사람도 많고 의미를 이해해야 할 것 같은 느낌이 있거든요.근데 자연은 그냥 가만히 오래 보면서, 시간에 따라 변하는 걸 보고, 옆 사람이랑 얘기하는 그 자체가 힐링이 되는 것 같아요.
좋은 계산기를 하나 사면, 능률도 올라가고 기분도 좋아지면서 더 잘하게 되는 느낌이 있고요. 마우스를 바꿔도 마찬가지로 기분이 좋아서 공부나 일을 더 잘할 수 있을 것 같은 느낌이 들고요.	저는 블로그를 약간 제 삶에 대한 해설을 다는 느낌으로 생각하는 것 같아요. 중학교 시험이 고등학교 가면 쉬워보이듯이, 지금은 되게 크게 느껴지는 일들도 나중에 보면 '아, 이때 이런 걸로 고민했었네' 하면서 좀 귀엽게 느껴질 거라고 생각하거든요.	일단 회사에서는 회의실을 좋아하고요. 거기가 통풍이 되게 잘 되고 앞에 초등학교가 보여요. 그리고 혼자 있을 수 있어서 좋아하고요.	회사에서는 다 같이 있으니까 오히려 혼자 있고 싶지 않을까요?	집 앞 카페 창가 자리도 좋아해요.	제가 탁 트인 공간을 되게 좋아해요. 제 방은 좀 답답한 느낌이 있어서, 뭔가 밖으로 나가서 탁 트인 공간에 있고 싶어 하는 것 같아요.	식물을 보고요? 어떤 감정이 들어야 되죠?	근데 만약에 누군가 선물을 준다면 그러면 또 받을 의향은 있어요.	교보문고에서 사람들이 각자 자기 관심사에 집중하고 있는 모습이 되게 좋아요.	자기가 알아서 잘 자라야 되고 쉽게 죽으면 안 돼. 최소한의 노력을 들이면서 원가 힐링할 수 있는 거면은 괜찮을 것 같고.
주말에는 할 일이 있으면 무조건 나가요. 저는 개방된 공간에서 집중하는 걸 좋아해서 카페를 가거나, 공부할 때는 스타디 카페를 가요.	정말 할 일이 없고 쉬고 싶으면 집에서 쉬긴 하는데, 책 읽고 싶어도 그냥 나가요. 뭔가 하고 싶은 게 있으면 일단 나가는 편이에요.	저는 보통 '생각을 안 하고 싶을 때' 쉬고 싶은 건데, 그럴 때 미디어를 보게 되거든요. 근데 그러면 눈도 아프고, 그만 봐야지 하면서도 계속 보게 돼서 진짜 쉬는 느낌은 아니에요.	저는 약간 윤택 느낌 공간을 좋아하는 것 같아요.	책이 있고, 따뜻한 조명이 있고, 개방된 공간에 커피까지 있으면 그냥 계속 있고 싶어요.					



니즈 도출

인터뷰이가 직접 말하지 않은,
내면에 잠재되어 있는 니즈를 총 27가지로 도출했습니다.



니즈 패키지 1

촉각, 바쁘고 인공적인 일상에서 벗어나 자연의 원초적인 촉감에 몰입하며 쉬고 싶다.

햇빛을 쬐면 기분이
상쾌해지고 그냥 좋아져.
걱정거리도 없어지는 것
같고 그 시간이 소중한
것을 느껴.

나는 날씨에 영향을
받아서 야외 활동을
하는 약간 가만히
햇빛 받는 걸 좋아
하나봐.

공원 같은 데 가서 그냥 멍
때리고 돛자리 펴놓고
바람 맞고 햇빛 맞고
그런 게 힐링인 것 같아요.

바람이 있는데 춤지는 않
고 햇살이 있는 곳 등 자
연적인 공간에서 힐링을
느껴요.

햇빛을 안 보니까
괜히 더 처지더라고요.

니즈 패키지 2

미각, 음식을 통해 즉각적으로 기분을 전환하고,
스트레스와 피로를 보상받고 싶다.

엄마 카페에서 버터떡과
소금빵을 먹었다. 일주일
동안 수고한 나에게 주는
작은 보상 같은 느낌이었
다 ㅎㅎ

수업 빼고 맛있는 거 먹
으러 갔는데, 그렇게 좀
단기적으로 잊으려고 하
는 것 같습니다.

학교 끝나고 너무 힘들면
배달 음식 시켜먹고 그랬
어. 배달 기다리면서도 행
복했어.

스트레스 받아서
계속 하리보 먹고
아이스크림 먹고

먹는 걸로 좀 기분을
많이 전환시키는 편인
것 같아. 나도 몰랐는
데.

초콜릿이나 커피를 먹으
면서 당 충전을 해요.

먹을 걸 사는 편이에요.
그냥 맛있는 거 사 먹으
면서 기분 전환하는 경
우가 많고요.

니즈 패키지 3

후각, 향으로 얻는 새로운 자극을 통해
일상의 기분을 조절하고 싶다.

향 냄새가 절 법당 나
무 냄새랑 섞이는데,
그게 저한테 정말 편
안함을 줘요.

좀 일상에 변화를 주고 싶
었다 했을 때 향을 바꾸는
걸 해봤던 것 같아요.

체코 거리가 그냥 너무
좋았어요. 옆에서 파는
빵 냄새가 막 솔솔 나고.

식물 냄새 맡는 것도
좋아합니다.

니즈 패키지 4

청각, 소리를 통해 일시적으로 나만을 위한 환경을 만들고 싶다.

노래를 들으면 그래도
비트가 빨라지니까 몸
을 좀 움직이게 되고
그래서 뭘 다시 하게
되는 느낌.

노래는 잔잔하게 틀어
놓으면 다 괜찮아질 것
같다는 안정감이 들어서
좋아요.

텅~ 빈 도서관에서
노래 들으면서
과제하니까 기분이
좋았다. 방해받지
않고 고요해서 굳.

탁 트인 거실에서 드뷔
시 노래를 들으며... 그
나마 좋은 기분에서 과
제를 시작했다.

절에 있는 종 이름이
풍경이거든요? 그
소리가 되게 맑고 좋아요.
편안해져요.

제가 좋아하는 음악을
듣는 식으로 기분을 전
환하기도 하고요.

니즈 패키지 5

시각, 내 시각적 취향에 맞는 것을 봄으로써 기분을 환기하고 싶다.

그냥 개를 보면은 기분
이 좋아져. 확실히 초록
초록한 게 기분이 좋아
지는 것
같아.

정동길 같은 데 가면, 옛
날 한옥 느낌도 있고 꽃
이랑 나무도 있어서 되
게 리프레시가 잘 되는
것 같아요.

엄청 진한 분홍 꽃을 보고
있으면 기분이 좋아진다.

그 작품들을 제 눈으
로 직접 본 게 저는
믿기지가 않을
정도였고 너무
행복했어요.

그리고 거기서 달 보는 게
예뻐. 주변에 건물이 거의
없다 보니까 하늘이 잘 보
여. 그것도 좋은 것 같아.
거기서 힐링이 된다 생각
해.

노란색 조명
이라서 너무 좋고.
눈이 편안하잖아.

니즈 패키지 6

나의 노력이 눈에 보이는 결과로 이어지는 경험을 하고 싶다.

새 잎이 났을 때, 새순이 났을 때가 제일 짜릿하고요.

결과물을 내면 만족스럽게 내면 기분이 좋습니다. 그래서 회복을 할 시간에 저 작업에 투자를 해서 작업을 내 마음에 들게끔 완성하는 게 좋은 것 같아. 완벽하게 치유되는 거는 칭찬받을 때!

최근에 제일 진짜 힘들었던 거는 과제를 하는데 성과가 없을 때.

청소는 전후 차이가 확실하고 결과물이 바로 보여서 기분이 좋아요.

나는 과정도 중요하긴 하지만 어쨌든 결과가 이렇게 눈으로 보이는 게 좋은데.

니즈 패키지 7

내 삶을 유의미한 것들로 채우고 싶다.

의미없는 대화를
3시간 동안 하는 거면
정말 싫을 것 같거든요.

저는 뭐든
의미없는 건 정말 싫어해서.

시끄러운 곳 싫어해.
건대 클럽 골목같은 느낌?
시끄러운 거 자체가 싫다기
보다는 분위기가 싫어.
의미 없는 소음.

3년을 키워야지 그 사진만큼
자란대. 근데 3년이면
내가 졸업할 시즌이거든.
뭔가 같이 졸업하는
느낌이어서 좀 더 소중한 것
같아.

니즈 패키지 8

내가 잘하고 있다는 확신을 가지고 싶다.

제가 살짝 완벽주의 성향이
있어요. 지금 잘하고 있나
이런 의문이 있고 확신이 잘
서지 않아요.

최근에 제일 진짜 힘들었던
거는 과제를 하는데 성과가
없을 때.

내 것만 이렇게 악평을 하시
니까 나만 잘못했다는 느낌
이 너무 커서 거기서 스트레
스 되게 많이 받은 것 같아.

때는 '내가 잘 살고 있는 게
맞나'라는 생각을 가장 많
이 하는 것 같습니다.

멋진 하루를 보내고 싶으나
안 하고, 못해서 스스로 못
나다고 생각하기도 합니다.

니즈 패키지 9

스스로 해결할 수 없는 과부하 상태에서 벗어나고 싶다.

힘들어도 지금은 울면
안 되는 상황이다 싶으면
드라마나 유튜브를 본다거나.
아예 생각을 다른 데로
돌려버리게 만드는 것 같아.

다운됐는데 그걸 내가
해결할 수 있는 건 아
니니까 이미 떨어진
건데 그래서 그냥 잊
고 다른 걸 하려고 했
어.

만약에 일이 생겼는데
리프레시가 안 된다 하면
그냥 저는 그날 오프 때려요.
아예.

진짜 집중도 안 되고
지금 너무 힘들다 싶으면
시간을 정해두고
누워 있어요.

그런데 내가 선택한 것들은
다 도피인 것 같아.
그 순간만큼은 그래도 약간
풀어지는 느낌을 받으려고.

니즈 패키지 10

복잡한 생각을 정리할 수 있는 방법을 찾고 싶다.

사실 겉으로는 뭐든 티를
잘 안 내고 속으로 혼자
삭히고 이러는데. 그게
내면에 쌓여서 분출이 잘
안 되고 그런 편이라.

내면에 쌓인 걸 터트리는
방법을 못 찾아서
힘들 때도 있고 그렇거든요.

생각을 안 하는 날이
없다 보니까
뇌가 계속 돌아가고 힘들고
잠 못 자면 또 예민해지고
악순환.

생각이 완전 꼬리에 꼬리를 물고
이렇게 돼 가지고.
그게 정말 너무 스트레스예요.

그런데 내가 선택한 것들은
다 도피인 것 같아.
그 순간만큼은 그래도 약간
풀어지는 느낌을 받으려고.

시간도 없고 어떻게 해야 하
는지 모르겠어서 잠만 자는
것 같아요.

니즈 패키지 11

머릿속에 맴도는 부정적인 생각과 감정을 글로 기록해,
복잡함을 덜어내고 싶다.

부정적인 감정이 들 때 기록
을 많이 해요.

진짜 우울할 때는 종이에 아
무 말이나 끄적이면서 감정
을 쓰고 찢어서 버려버려요.

생각만 하면은 자꾸 머리
에서 맴도니까
많은 것 같은 거야.
근데 그거를 막상 노트에
써 보면은 그렇게 많은 것
도 아닌 거지.

그냥 아무 맥락도 없는
말도 안 되는 문장이더라도
일단 생각을 막 적거든요.
그러다 보면 거짓말처럼
다음 날 아침에 괜찮아져요.

니즈 패키지 12

타인에게 내 이야기를 함으로써 부정적인 감정을 해소하고 싶다.

극심한 스트레스가 있다 하면, 그때는 가족들이나 정말 가까운 사람들 만나서 얘기하거나, 그냥 좀 찡찡대면서 푸는 게 나은 것 같아요.

비슷한 고민을 하고 있어서 이야기를 시작하면 시간 가는 줄 모르고 계속 이야기하게 된다.

친구들한테 고민 상담도 받아. 친구가 내 얘기 들어 주니까 마음이 좀 편해져.

이런 일이 있었다 저런 일이 있었다 얘기하면서 기분 푸는 편이야.

거실에서 그냥 엄마랑 같이 그냥 얘기하는 거. 힘들 때 나 힘들어 좀 찡찡대기도 하고 그런 거.

니즈 패키지 13

식물에 대한 지식과 정보가 부족해서 겪는 어려움을 해결하고 싶다.

키우는 게 처음이다 보니까 물을 얼마큼 줘야 되는지도 모르겠고 발아를 언제 하는지도 모르겠고. 지금도 그래. 햇빛을 얼마나 비춰줘야 되는지 모르겠어.

키우는 방법이나 정보는 제미나이한테 물어.

식물이 시들거리면 어떻게 살리는지? 그런 건 알려줬으면 좋겠어.

물 주는 시간대나 얼마나 줘야 되는지 이런 것들을 알려주면 좋겠어.

왜 죽었을까요? 제 지식이나 정보 부족으로 인해서 생긴 문제 같기도 해요.

식물을 키우는 팁을 얻고 싶어요.

뭐가 문제인지 진단과 처방을 해주면 좋겠어요.

가끔 그런 생각도 했어. 사장님한테 가지고 한 번만 도와달라고 해볼까.. 진짜 어떻게 키워야 되는지 진짜 여쭙보고 싶다.

니즈 패키지 14

식물 키우기 실패로 인한 자책감과 부정적 감정을 피하고 싶다.

나는 분명히 신경 써주고
막 분갈이도 난리 부르스
치면서 진짜 엄청 열심히
해줬는데 죽으니까 너무 슬
펐어.

키우던 식물이 죽으면 아쉽
고 미안한 감정이 들어요.

다른 사람들이
키워놓은 걸 보고
그렇게 하면서 기쁨
을 느끼는 거야. 내가
할 수 없으니까

너무 속상하지 그래
서 식물을 많이 안 키
우려고 하는 거야.

알고 있던 식물의
죽음이었지만,
막상 개가 이제 죽으니까 조금
많이 마음이 아프긴 했죠.

제가 키운 식물은
정말 다 말라 죽었어요.
그래서 그냥 항상
미안하다 내가 또 죽여버렸다
이런 생각만 했어요.

그냥 저라는 사람이랑
식물이 안 맞는 건가
싶을 정도로.

식물이 죽었을 때가
제일 슬펐지. 그래도 정을
많이 줬던 친구들인데
마음이 안 좋더라고.

니즈 패키지 15

식물을 돌보는 과정에서
성취와 만족감을 얻고 싶다.

식물이 잘 자라거나 꽃을 피우는 등 결과가 보일 때 완전 좋고 사진 왕창 찍어요. 어렸을 때는 카톡 프사로 했어요

생명이 자라는 걸 보면서 “재밋다, 예쁘다, 귀엽다, 흥미롭다, 다른 것도 보고 싶다!”라는 생각과 감정에 푹 빠지게 됐어요.

뭔가를 돌본다는 느낌이 생각보다 괜찮거든요.

그냥 오동통하게 자라 있는 모습 보면 너무 귀엽고 쪼만한 게 자라기도 하고 지기도 한다는 게 신기하고

새 잎이 났을 때, 새순이 났을 때가 제일 짜릿하고요.

변화하고 자라는 걸 보는 게 기뻐.

니즈 패키지 16

뜻하지 않은 우연의 순간에서 오는 특별한 감정을 느끼고 싶다.

걷기 편한 길은 아니었는데
새로운 공간이어서 그런지
그럼에도 불구하고 그것마저
이곳의 특별함으로
느껴졌어요.

뜻하지 않은 순간들
이런 것도 원동력이
되는 것 같아요.

갔다가 있길래 그냥
산 거거든요. 뜻밖에.
그런 접근도 좋은 것
같아요.

누가 저한테 오랜만이라고
인사를 해 준 적이 있어요.
근데 생각보다 되게 그게
기분이 좋더라고요.

원하든 원하지
않았든 나한테 이 친구가 온
거잖아. 그래서 그냥 책임감으로
키우고 있는거지. 물론 잘 자라
줬으면 좋겠고 그렇지만.

니즈 패키지 17

관심 밖의 분야도 뜻밖의 계기로 접하게 된다면,
경험해보고 싶다.

남자친구에게 선물을 받는
다면 성심성의껏 키울 것 같
아요.

좋아하는 사람이 선물해주면
좋지. 당연히. 당연히 좋지.
선물받은 거니까.

모형인 줄 알고 가챠를 했는데
알고 보니 진짜 선인장이었어.
많이 당황했는데 생각해
보니까 키우면 재미있을 것
같다는 생각이 들었어.

근데 만약에 누군가 선물을
준다면 그러면 또 받을 의향은
있어요.

남자친구가 썸 탈 때 사줬었
는데 그게 제 첫 식물입니
다. 내가 좋아하는 사람이
식물을 좋아하니까 나도 따
라서 좋아하게 된 것 같아.

니즈 패키지 18

즉흥적인 만남 또는 활동을 통해
작지만 확실한 행복을 느끼고 싶다.

버스에 사람이 너무 많길
래 잠시 시간을 보내려 간
단히 술을 마시러 갔다.

즉흥적이었지만
행복했다.

성수에 간 김에 에그타르
트를 사왔다며... 잠깐 같
이 먹자고 나를 불러 줘서
너무 고마웠다.

확실한 계획도 잡지 않았
지만, 그런 기약 없는 이야
기로 잠시나마 웃을 수 있
는 사이라는 게 유치해서
좋았다.

니즈 패키지 19

결에서 변함없는 지지와 안정감을 주는 존재가 있기를 바란다.

힘들 때 좋아하는 사람이
내 옆에 있으면 좋을 것
같아.

뭔가 누가 나를 좀 안아줬으면
좋겠다 싶었어.

난 바쁜 게 끝나면 당장
바다를 봐야 되겠다고 말
했다. 애인은 뭐든 함께라
면 좋다고 했다.

서로의 삶과 상황에 진심으로
공감하고 솔루션을 제안하고
응원해주는 관계가 있다는 것
이 참 감사하고 행복하게 느
껴진다.

니즈 패키지 20

결이 잘 맞는 사람에게 나의 감정과 생각을 공유하고 싶다.

친구들한테 고민 상담도 받아. 친구가 내 얘기 들어 주니까 마음이 좀 편해져.	동기들이 다른 각각 다른 지역에서 오잖아. 그러다 보니까 각각의 성격을 가지고 오는데 그럴 때마다 성격이 안 맞는 게 느껴지면 좀 스트레스를 많이 받았어.	힘들 때 좋아하는 사람이 내 옆에 있으면 좋을 것 같아.
비슷한 고민을 하고 있어서 이야기를 시작하면 시간 가는 줄 모르고 계속 이야기하게 된다.	우리 둘 다 웃음이 많은 편이 아닌데 같이 있으면 많이 웃는다. 마음도 편안하다. 행복했다.	나의 미학/비주얼적 시각, 애인의 과학/미시적 시각이 섞여 더 흥미로웠다.

니즈 패키지 21

혼자 있을 때 찾아오는 우울함에서 벗어나기 위해 사람을 만나고 싶다.

동기들이랑 종일 같이
있으니까 그런 우울 효과는
사라지는 느낌.

오랜만에 동기들 만나서 잠깐
푸드트럭 다녀왔는데
힐링되고... 사람 만나니까
괜히 기분이 동동... 별거
아닌데 너무 소소한 행복

너무 혼자 있으면 또 우울해
지니까 1-2명이서 소소하게
보내기도 해요.

저 사람 만나는 걸 좋
아하는 것 같아요. 같
이 만나서 수다 떨고
얘기하고 그런 거

니즈 패키지 22

혼자 앓기보다는 믿을 수 있는 사람과 소통하며 스트레스를 풀고 싶다.

도대체 이해가 안 될 때는
좀 답답하죠. 그럴 때는 혼
자 끄꿍대기보다는 사수님
찾아가서 여쭙보는 편이에
요.

극심한 스트레스가 있다 하
면, 그때는 가족들이나 정말
가까운 사람들 만나서 얘기
하거나, 그냥 좀 찡찡대면서
푸는 게 나은 것 같아요.

친구들한테 고민 상담도
받아. 친구가 내 얘기 들어
주니까 마음이 좀 편해져.

이런 일이 있었다 저런 일이
있었다 얘기하면서
기분 푸는 편이야.

니즈 패키지 23

혼자만의 시간을 즐기면서, 동시에 타인과 어느정도 연결은 유지하고 싶다.

탁 트인 곳이 좋긴 한데
외부 시선이 조금
부담스러울 때가 있어요.

가장 긍정적인 곳은 도서관이요.
거기는 같이 하는 사람들이
있잖아요. 뭔가 다같이 열심히
하고 있으니까 저도 덩달아서
하게 되는 그런 느낌.

사람들이 생활하는 모습
그 속에 있는 걸 좋아해요.

제가 가는 곳들은 사람이 꽤
있는 곳 같아요. 그냥 군중들
속에 있는 걸 좋아하는 것
같아요.

혼자 있는 걸 좋아하지만,
혼자 살 수는 없을 것 같다.

한강에서 그냥 돛자리 펴고
누워 있고 싶어. 바람 맞으면
서 햇빛도 진짜 찜고.. 사람
이 많이 없으면 좋겠어. 근데
또 너무 없으면 무서우니까
조금은 있으면 좋겠어.

도서관에서 많은 사람들과 함
께 공부하니 신기하게 더
힘이 나는 느낌이었다.

나 혼자 있는 공간이 아니라는
생각이 들고요. 개가 있음으로써
뭔가 더 활기를 얻는 거죠.

니즈 패키지 24

각기 다른 사람들의 다양성으로부터 에너지와 동기부여를 얻고 싶다.

일단 야구장 갔을 때 응원가를 부르는데 그게 진짜 재미있고. 사람들끼리 같이 부르니까 열정도 느껴지고 그러다 보니까 빠지게 된 것 같아.

다같이 키우는 거다 보니까 식물을 같이 관찰하고 이야기할 때가 제일 기억에 남고 재미있었던 것 같아. 행복했던 것 같아.

뭔가 다양한 사람들을 만나고 싶기도 하고 경험을 많이 해보고 싶어.

열심히 무언가를 하는 사람을 보면서 동질감과 동기를 얻는 것 같아요.

누군가와 일상을 공유하면서 삶을 살아가고 또 감정 소모를 함으로써 몰랐던 본인의 모습을 스스로를 발견하기도 하고 인간으로서 성장하기도 하는 것 같아요.

니즈 패키지 25

선물을 받았을 때의 행복한 감정을 계속 간직하고 싶다.

성수에 간 김에 에그타르트를 사왔다며... 잠깐 같이 먹자고 나를 불러 줘서 너무 고마웠다.

나를 위해 누군가가 돈과 시간을 써준다는 건 정말 고맙고 행복한 것 같다.

근데 남자친구가 사준 거라 버리기 아까워서 밀봉 후 다시 간식통에 넣었다.

스연이가 내 손에 쥐어주고 간 아몬드브리치 초코맛.. 아직 안 마셨지만 벌써 마음이 달다~

남자친구가 씬 탈 때 사줬었는데 그게 제 첫 식물입니다. 내가 좋아하는 사람이 식물을 좋아하니까 나도 따라서 좋아하게 된 것 같아.

니즈 패키지 26

누군가의 마음이 담긴 선물이라면 뭐든 받고 싶다.

키우는 입장이 아니면?
아니? 눈이 안 가지.
저걸 왜? 저걸 왜.
안 살 거야.

좋아하는 사람이 선물해주면
좋지. 당연히. 당연히 좋지.
선물받은 거니까.

근데 만약에 누군가 선물을
준다 그러면 또 받을 의향은
있어요.

남자친구에게 선물을 받는
다면 성심성의껏 키울 것 같
아요.

좋아하는 사람이 소소하게라도
뭘 주면 그냥 너무 좋았어.
그냥 기분이 녹아.

니즈 패키지 27

나를 위한 소비보다, 타인을 향한 소비를 통해 내 마음을 표현하고 싶다.

4만 원짜리 티셔츠를 사줬는데 남자친구도 너무 마음에 들어 하면서 커플 티로 하자고 제 것도 사줬습니다. 진짜 마음에 들어 하는 것 같아서 너무 뿌듯했어요.

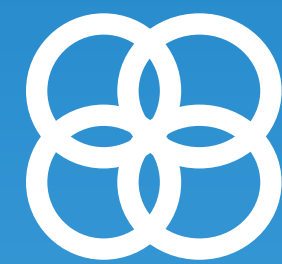
줄을 서서 뭘 한다는 걸 유쾌하게 하는 사람은 아니지만 여자친구를 위해 줄을 서서 샀고, 또 여자친구가 엄청 좋아하고 맛있게 먹어서 의미 있고 기분이 되게 좋았어요.

여자친구에게 뭔가를 해줄 수 있다는 게 좋았습니다.

알고리즘에 보라색깔 안마기 그게 뒀는데 남자친구가 서서 일을 해서 다리 아프다고 찡찡거려서 선물하게 되었어요. 오빠 쓰는 거 보면서 힐링도 좀 하고 이제 저도 같이 쓰면서 되게 잘 샀다고 생각했어요.

그리고 내가 남들을 챙겨주는 것처럼 남들도 나를 챙겨주니까 내가 살 필요가 없어지는 경우도 많고, 나는 이미 충분히 갖고 있다고 생각을 해서 요즘은 나한테 돈을 투자하지는 않는 것 같아. 이미 충분하다고 느껴서!

최근에 산 것 중에는 단 하나도 제 것이 없습니다. 다 부모님 거나 남자친구 거예요. 뭔가 나를 위한 소비를 점점 잘 안 하게 되는 것 같기도 하네요.



인사이트 도출

단편적인 니즈 문장에 그치지 않고,
관련있는 것끼리 그룹핑하여 더 심층적인 레벨의 니즈를 분석했습니다.



인사이트 1

오감을 통한 감각적 자극으로 자신의 정서를 관리하고 싶다.

촉각

바쁘고 인공적인 일상에서 벗어나 자연의 원초적인 촉감에 몰입하며 쉬고 싶다.

햇빛을 쬐면 기분이 상쾌해지고 그냥 좋아져. 걱정거리도 없어지는 것 같고 그 시간이 소중해짐을 느껴.

나는 날씨에 영향을 받아서 야외 활동을 하는 약간 가만히 햇빛 받는 걸 좋아하니까.

공원 같은 데 가서 그냥 멍 때리고 돛자리 펴놓고 바람 맞고 햇빛 맞고 그런 게 힐링인 것 같아요.

바람이 있는데 출지는 않고 햇살이 있는 곳 등 자연적인 공간에서 힐링을 느껴요.

햇빛을 안 보니까 괜히 더 처지더라고요.

미각

음식을 통해 즉각적으로 기분을 전환하고, 스트레스와 피로를 보상받고 싶다.

엄마 카페에서 버터떡과 소금빵을 먹었다. 일주일 동안 수고한 나에게 주는 작은 보상 같은 느낌이었다 ㅎㅎ

수업 빼고 맛있는 거 먹으러 갔는데, 그렇게 좀 단기적으로 잊으려고 하는 것 같습니다.

학교 끝나고 너무 힘들면 배달 음식 시켜먹고 그랬어. 배달 기다리면서도 행복했어.

스트레스 받아서 계속 하리보 먹고 아이스크림 먹고

먹는 걸로 좀 기분을 많이 전환시키는 편인 것 같아. 나도 몰랐는데.

초콜릿이나 커피를 먹으면서 당 충전을 해요.

먹을 걸 사는 편이에요. 그냥 맛있는 거 사 먹으면서 기분 전환하는 경우가 많고요.

후각

향으로 얻는 새로운 자극을 통해 일상의 기분을 조절하고 싶다.

항 냄새가 짙 법당 나무 냄새랑 섞이는데, 그게 저한테 정말 편안함을 줘요.

좀 일상에 변화를 주고 싶었다 했을 때 향을 바꾸는 걸 해봤던 것 같아요.

체코 거리가 그냥 너무 좋았어요. 옆에서 파는 빵 냄새가 막 솔솔 나고.

식물 냄새 맡는 것도 좋아합니다.

청각

소리를 통해 일시적으로 나만을 위한 환경을 만들고 싶다.

노래를 들으면 그래도 비트가 빨라지니까 몸을 좀 움직이게 되고 그래서 뒀 다시 하게 되는 느낌.

노래는 잔잔하게 들어놓으면 다 괜찮아질 것 같다는 안정감이 들어서 좋아요.

탕~ 빈 도서관에서 노래 들으면서 과제하니깐 기분이 좋아지는 것 같아. 방해받지 않고 고요해서 굳.

탁 트인 거실에서 드뷔시 노래를 들으며... 그나마 좋은 기분에서 과제를 시작했다.

질에 있는 종 이름이 풍경이거든요? 그 소리가 되게 맑고 좋아요. 편안해져요.

제가 좋아하는 음악을 듣는 식으로 기분을 전환하기도 하고요.

시각

내 시각적 취향에 맞는 것을 봄으로써, 기분을 환기하고 싶다.

그냥 개를 보면은 기분이 좋아져. 확실히 초록 초록한 게 기분이 좋아지는 것 같아.

정동길 같은 데 가면, 옛날 한옥 느낌도 있고 꽃이랑 나무도 있어서 되게 리프레시가 잘 되는 것 같아요.

엄청 진한 분홍 꽃을 보고 있으면 기분이 좋아진다.

그 작품들을 제 눈으로 직접 본 게 저는 믿기지가 않을 정도였고 너무 행복했어요.

그리고 거기서 달 보는 게 예뻐. 주변에 건물이 거의 없다 보니까 하늘이 잘 보여. 그것도 좋은 것 같아. 거기서 힐링이 된다 생각해.

노란색 조명이라서 너무 좋고. 눈이 편안하잖아.

인사이트 2

가시적인 성취와 유의미한 활동으로, 자기 확신을 갖고 싶다.

나의 노력이 눈에 보이는 결과로 이어지는 경험을 하고 싶다.

새 잎이 났을 때, 새순이 났을 때가 제일 짜릿하구요.

결과물을 내면 만족스럽게 내면 기분이 좋습니다. 그래서 회복을 할 시간에 저 작업에 투자를 해서 작업을 내 마음에 들게끔 완성하는 게 좋은 것 같아. 완벽하게 치유되는 거는 칭찬받을 때!

최근에 제일 진짜 힘들었던 거는 과제를 하는데 성과가 없을 때.

청소는 전후 차이가 확실하고 결과물이 바로 보여서 기분이 좋아요.

나는 과정도 중요하긴 하지만 어쨌든 결과가 이렇게 눈으로 보이는 게 좋은데.

내 삶을 유의미한 것들로 채우고 싶다.

의미없는 대화를 3시간 동안 하는 거면 정말 싫을 것 같거든요.

저는 뭐든 의미없는 건 정말 싫어해서.

시끄러운 곳 싫어해. 건대 클럽 골목같은 느낌? 시끄러운 거 자체가 싫다기 보다는 분위기가 싫어. 의미 없는 소음.

3년을 키워야지 그 사진만큼 자란대. 근데 3년이면 내가 졸업할 시즌이거든. 뭔가 같이 졸업하는 느낌이어서 좀 더 소중한 것 같아.

내가 잘하고 있다는 확신을 가지고 싶다.

제가 살짝 완벽주의 성향이 있어요. 지금 잘하고 있나 이런 의문이 있고 확신이 잘 서지 않아요.

최근에 제일 진짜 힘들었던 거는 과제를 하는데 성과가 없을 때.

내 것만 이렇게 악평을 하시니까 나만 잘못했다는 느낌이 너무 커서 거기서 스트레스 되게 많이 받은 것 같아.

때는 '내가 잘 살고 있는 게 맞나'라는 생각을 가장 많이 하는 것 같습니다.

멋진 하루를 보내고 싶으나 안 하고, 못해서 스스로 못나다고 생각하기도 합니다.

인사이트 3

머릿속의 생각더미를 밖으로 꺼냄으로써, 나의 내면을 케어하고 싶다.

스스로 해결할 수 없는 과부하 상태에서 벗어나고 싶다.

힘들어도 지금은 울면 안 되는 상황이다 싶으면 드라마나 유튜브를 본다거나, 아예 생각을 다른 데로 돌려버리게 만드는 것 같아.

다운했는데 그걸 내가 해결할 수 있는 건 아니니까 이미 떨어진 건데 그래서 그냥 잊고 다른 걸 하려고 했어.

만약에 일이 생겼는데 리프레시가 안 된다 하면 그냥 저는 그날 오프 때려요. 아예.

진짜 집중도 안 되고 지금 너무 힘들다 싶으면 시간을 정해두고 누워 있어요.

그런데 내가 선택한 것들은 다 도피인 것 같아. 그 순간만큼은 그래도 약간 풀어지는 느낌을 받으려고.

복잡한 생각을 정리할 수 있는 방법을 찾고 싶다.

사실 걸로는 뭐든 티를 잘 안 내고 속으로 혼자 삭히고 이러는데. 그게 내면에 쌓여서 분출이 잘 안 되고 그런 편이라.

내면에 쌓인 걸 터트리는 방법을 못 찾아서 힘들 때도 있고 그렇거든요.

생각을 안 하는 날이 없다 보니까 뇌가 계속 돌아가고 힘들고 잠 못 자면 또 예민해지고 악순환.

생각이 완전 꼬리에 꼬리를 물고 이렇게 돼 가지고. 그게 정말 너무 스트레스예요.

그런데 내가 선택한 것들은 다 도피인 것 같아. 그 순간만큼은 그래도 약간 풀어지는 느낌을 받으려고.

시간도 없고 어떻게 해야 하는지 모르겠어서 잠만 자는 것 같아요.

머릿속에 맴도는 부정적인 생각과 감정을 글로 기록해, 복잡함을 덜어내고 싶다.

부정적인 감정이 들 때 기록을 많이 해요.

진짜 우울할 때는 종이에 아무 말이나 끄적이면서 감정을 쓰고 찢어서 버려버려요.

생각만 하면은 자꾸 머리에서 뿜도니까 많은 것 같은 거야. 근데 그거를 막상 노트에 써 보면은 그렇게 많은 것도 아닌 거지.

그냥 아무 맥락도 없는 말도 안 되는 문장이더라도 일단 생각을 막 적거든요. 그러다 보면 거짓말처럼 다음 날 아침에 괜찮아져요.

타인에게 내 이야기를 함으로써 부정적인 감정을 해소하고 싶다.

극심한 스트레스가 있다 하면, 그때는 가족들이나 정말 가까운 사람들 만나서 얘기하거나, 그냥 좀 썰렁대면서 푸는 게 나은 것 같아요.

비슷한 고민을 하고 있어서 이야기를 시작하면 시간 가는 줄 모르고 계속 이야기하게 된다.

친구들한테 고민 상담도 받아. 친구가 내 얘기 들어 주니까 마음이 좀 편해져.

이런 일이 있었다 저런 일이 있었다 얘기하면서 기분 푸는 편이야.

거실에서 그냥 엄마랑 같이 그냥 얘기하는 거. 힘들 때 나 힘들어 좀 썰렁대기도 하고 그런 거.

인사이트 4

식물에 대한 충분한 지식을 바탕으로
식물을 건강하게 잘 키워내며 성취감을 얻고 싶다.

식물에 대한 지식과 정보가 부족해서 겪는 어려움을 해결하고 싶다

- 키우는 게 처음이다 보니까 물을 얼마나 줘야 되는지도 모르겠고 발아를 언제 하는지도 모르겠고. 지금도 그래. 햇빛을 얼마나 비춰줘야 되는지 모르겠어.

키우는 방법이나 정보는 제미나이한테 물어.

식물이 시들거리면 어떻게 살리는지? 그런 건 알려줬으면 좋겠어.

물 주는 시간대나 얼마나 줘야 되는지 이런 것들을 알려주면 좋겠어.

왜 죽었을까요? 제 지식이나 정보 부족으로 인해서 생긴 문제 같기도 해요.

식물을 키우는 팁을 얻고 싶어요.

뭐가 문제인지 진단과 처방을 해주면 좋겠어요.

가끔 그런 생각도 했어. 사장님한테 가지고 한 번만 도와달라고 해볼까.. 진짜 어떻게 키워야 되는지 진짜 여쭙보고 싶다.

식물 키우기 실패로 인한 자책감과 부정적 감정을 피하고 싶다.

- 나는 분명히 신경 써주고 막 분갈이도 난리 부르스 치면서 진짜 엄청 열심히 해줬는데 죽으니까 너무 슬펐어.

키우던 식물이 죽으면 아쉽고 미안한 감정이 들어요.

다른 사람들이 키워놓은 걸 보고 그렇게 하면서 기쁨을 느끼는 거야. 내가 할 수 없으니까

너무 속상하지 그래서 식물을 많이 안 키우려고 하는 거야.

알고 있던 식물의 죽음이었지만, 막상 개가 이제 죽으니까 조금 많이 마음이 아프긴 했죠.

제가 키운 식물은 정말 다 말라 죽었어요. 그래서 그냥 항상 미안하다 내가 또 죽여버렸다 이런 생각만 했어요.

그냥 저라는 사람이란 식물이 안 맞는 건가 싶을 정도로.

식물이 죽었을 때가 제일 슬펐지. 그래도 정을 많이 줬던 친구들인데 마음이 안 좋더라고.

식물을 돌보는 과정에서 성취와 만족감을 얻고 싶다.

- 식물이 잘 자라거나 꽃을 피우는 등 결과가 보일 때 완전 좋고 사진 왕창 찍어요. 어렸을 때는 카톡 프사로 했어요

생명이 자라는 걸 보면서 “재밌다, 예쁘다, 귀엽다, 흥미롭다, 다른 것도 보고 싶다!”라는 생각과 감정에 푹 빠지게 됐어요.

원가를 돌본다는 느낌이 생각보다 괜찮거든요.

그냥 오동통하게 자라 있는 모습 보면 너무 귀엽고 쪼만한 게 자라기도 하고 지기도 한다는 게 신기하고

새 잎이 났을 때, 새순이 났을 때가 제일 짜릿하고요.

변화하고 자라는 걸 보는 게 기뻐.

인사이드 5

일상 속 우연의 순간으로 활력을 얻고싶다.

뜻하지 않은 우연의 순간에서 오는 특별한 감정을 느끼고 싶다.

걷기 편한 길은 아니었는데 새로운 공간이어서 그런지 그럼에도 불구하고 그것마저 이곳의 특별함으로 느껴졌어요.

뜻하지 않은 순간들 이런 것도 원동력이 되는 것 같아요.

갔다가 있길래 그냥 산 거거든요. 뜻밖예. 그런 접근도 좋은 것 같아요.

누가 저한테 오랜만이라고 인사를 해 준 적이 있어요. 근데 생각보다 되게 그게 기분이 좋더라고요.

원하든 원하지 않았든 나한테 이 친구가 온 거잖아. 그래서 그냥 책임감으로 키우고 있는거지. 물론 잘 자라 줬으면 좋겠고 그렇지만.

관심 밖의 분야도 뜻밖의 계기로 접하게 된다면, 경험해보고 싶다.

남자친구에게 선물을 받는다면 성심성의껏 키울 것 같아요.

좋아하는 사람이 선물해주면 좋지. 당연히. 당연히 좋지. 선물받은 거니까.

모형인 줄 알고 가차를 했는데 알고 보니 진짜 선인장이었어. 많이 당황했는데 생각해 보니까 키우면 재미있을 것 같다는 생각이 들었어.

근데 만약에 누군가 선물을 준다면 그걸 또 받을 의향은 있어요.

남자친구가 썸 탈 때 사줬었는데 그게 제 첫 식물입니다. 내가 좋아하는 사람이 식물을 좋아하니까 나도 따라서 좋아하게 된 것 같아.

즉흥적인 만남 또는 활동을 통해 작지만 확실한 행복을 느끼고 싶다.

버스에 사람이 너무 많길래 잠시 시간을 보내려 간단히 술을 마시러 갔다.

즉흥적이었지만 행복했다.

성수에 간 김에 에그타르트를 사왔다며... 잠깐 같이 먹자고 나를 불러 줘서 너무 고마웠다.

확실한 계획도 잡지 않았지만, 그런 기약 없는 이야기로 잠시나마 웃을 수 있는 사이라는 게 유치해서 좋았다.

나의 내면을 솔직하게 표현하고 공유할 수 있는 정서적 안전지대가 필요하다.

타인에게 내 이야기를 함으로써 부정적인 감정을 해소하고 싶다.

극심한 스트레스가 있다 하면, 그때는 가족들이나 정말 가까운 사람들 만나서 얘기하거나, 그냥 좀 쟁쟁대면서 푸는 게 나은 것 같아요.	비슷한 고민을 하고 있어서 이야기를 시작하면 시간 가는 줄 모르고 계속 이야기하게 된다.	친구들한테 고민 상담도 받아. 친구가 내 얘기 들어 주니까 마음이 좀 편해져.
이런 일이 있었다 저런 일이 있었다 얘기하면서 기분 푸는 편이야.	거실에서 그냥 엄마랑 같이 그냥 얘기하는 거. 힘들 때 나 힘들어 좀 쟁쟁대기도 하고 그런 거.	

결에서 변함없는 지지와 안정감을 주는 존재가 있기를 바란다.

힘들 때 좋아하는 사람이 내 옆에 있으면 좋을 것 같아.	뭔가 누가 나를 좀 안아줬으면 좋겠다 싶었어.	
난 바쁜 게 끝나면 당장 바다를 봐야 되겠다고 말했다. 애인은 뭐든 함께라면 좋다고 했다.	서로의 삶과 상황에 진심으로 공감하고 솔루션을 제안하고 응원해주는 관계가 있다는 것이 참 감사하고 행복하게 느껴진다.	

결이 잘 맞는 사람에게 나의 감정과 생각을 공유하고 싶다.

친구들한테 고민 상담도 받아. 친구가 내 얘기 들어 주니까 마음이 좀 편해져.	동기들이 다른 각각 다른 지역에서 오잖아. 그러다 보니까 각각의 성격을 가지고 오는데 그럴 때마다 성격이 안 맞는 게 느껴지면 좀 스트레스를 많이 받았어.	힘들 때 좋아하는 사람이 내 옆에 있으면 좋을 것 같아.
비슷한 고민을 하고 있어서 이야기를 시작하면 시간 가는 줄 모르고 계속 이야기하게 된다.	우리 둘 다 웃음이 많은 편이 아닌데 같이 있으면 많이 웃는다. 마음도 편안하다. 행복했다.	나의 미학/비주얼적 시각, 애인의 과학/미시적 시각이 섞여 더 흥미로웠다.

혼자 있을 때 찾아오는 우울함에서 벗어나기 위해 사람을 만나고 싶다.

동기들이랑 중일 같이 있으니까 그런 우울 효과는 사라지는 느낌.	오랜만에 동기들 만나서 잠깐 푸드트럭 다녀왔는데 힐링되고... 사람 만나니까 괜히 기분이 통통... 별거 아닌데 너무 소소한 행복	
너무 혼자 있으면 또 우울해 지니까 1-2명에서 소소하게 보내기도 해요.	저 사람 만나는 걸 좋아하는 것 같아요. 같이 만나서 수다 떨고 얘기하고 그런 거	

혼자 앓기보다는 믿을 수 있는 사람과 소통하며 스트레스를 풀고 싶다.

도대체 이해가 안 될 때는 좀 답답하죠. 그럴 때는 혼자 끄공대기보다는 사수님 찾아가서 여쭙보는 편이에요.	극심한 스트레스가 있다 하면, 그때는 가족들이나 정말 가까운 사람들 만나서 얘기하거나, 그냥 좀 쟁쟁대면서 푸는 게 나은 것 같아요.	
친구들한테 고민 상담도 받아. 친구가 내 얘기 들어 주니까 마음이 좀 편해져.	이런 일이 있었다 저런 일이 있었다 얘기하면서 기분 푸는 편이야.	

인사이트 7

결이 맞는 사람과 깊이 교류하면서,
군중 속의 느슨한 유대감도 느끼고 싶다.

혼자만의 시간을 즐기면서, 동시에 타인과 어느정도 연결은 유지하고 싶다.

- 탁 트인 곳이 좋긴 한데 외부 시선이 조금 부담스러울 때가 있어요.
- 가장 긍정적인 곳은 도서관이요. 거기는 같이 하는 사람들이 있잖아요. 뭔가 다같이 열심히 하고 있으니까 저도 덩달아서 하게 되는 그런 느낌.
- 사람들이 생활하는 모습 그 속에 있는 걸 좋아해요.
- 제가 가는 곳들은 사람이 꽤 있는 곳 같아요. 그냥 군중들 속에 있는 걸 좋아하는 것 같아요.
- 혼자 있는 걸 좋아하지만, 혼자 살 수는 없을 것 같다.
- 한강에서 그냥 돛자리 펴고 누워 있고 싶어. 바람 맞으면서 햇빛도 진짜 쪼고.. 사람이 많이 없으면 좋겠어. 근데 또 너무 없으면 무서우니까 조금은 있으면 좋겠어.
- 도서관에서 많은 사람들과 함께 공부하니 신기하게 더 힘이 나는 느낌이였다.
- 나 혼자 있는 공간이 아니라는 생각이 들고요. 개가 있음으로써 뭔가 더 활기를 얻는 거죠.

각기 다른 사람들의 다양성으로부터
에너지와 동기부여를 얻고 싶다.

- 일단 야구장 갔을 때 응원가를 부르는데 그게 진짜 재미있고. 사람들끼리 같이 부르니까 열정도 느껴지고 그러다 보니까 빠지게 된 것 같아.
- 다같이 키우는 거다 보니까 식물들 같이 관찰하고 이야기할 때가 제일 기억에 남고 재미있었던 것 같아. 행복했던 것 같아.
- 뭔가 다양한 사람들을 만나고 싶기도 하고 경험을 많이 해보고 싶어.
- 열심히 무언가를 하는 사람을 보면서 동질감과 동기를 얻는 것 같아요.
- 누군가와 일상을 공유하면서 삶을 살아가고 또 감정 소모를 함으로써 몰랐던 본인의 모습을 스스로를 발견하기도 하고 인간으로서 성장하기도 하는 것 같아요.

결이 잘 맞는 사람에게 나의 감정과 생각을 공유하고 싶다.

- 친구들한테 고민 상담도 받아. 친구가 내 얘기 들어 주니까 마음이 좀 편해져.
- 동기들이 다른 각각 다른 지역에서 오잖아. 그러다 보니까 각각의 성격을 가지고 오는데 그럴 때마다 성격이 안 맞는 게 느껴지면 좀 스트레스를 많이 받았어.
- 힘들 때 좋아하는 사람이 내 옆에 있으면 좋을 것 같아.
- 비슷한 고민을 하고 있어서 이야기를 시작하면 시간 가는 줄 모르고 계속 이야기하게 된다.
- 우리 둘 다 웃음이 많은 편이 아닌데 같이 있으면 많이 웃는다. 마음도 편안하다. 행복했다.
- 나의 미학/비주얼적 시각, 애인의 과학/미시적 시각이 섞여 더 흥미로웠다.

인사이트 8

선물의 쓸모나 취향을 넘어,
관계 속 오가는 마음에 더 주목하고 싶다.

선물을 받았을 때의 행복한 감정을 계속 간직하고 싶다.

성수에 간 김에 에그타르트를 사왔다며... 잠깐 같이 먹자고 나를 불러 줘서 너무 고맙웠다.

나를 위해 누군가가 돈과 시간을 써준다는 건 정말 고맙고 행복한 것 같다.

근데 남자친구가 사준 거라 버리기 아까워서 밀봉 후 다시 간식통에 넣었다.

스연이가 내 손에 쥐어주고 간 아몬드브리지 초코맛.. 아직 안 마셨지만 벌써 마음이 달다~

남자친구가 씹 탈 때 사줬었는데 그게 제 첫 식물입니다. 내가 좋아하는 사람이 식물을 좋아하니까 나도 따라서 좋아하게 된 것 같아.

누군가의 마음이 담긴 선물이라면 뭐든 받고 싶다.

남자친구에게 선물을 받는다면 성심성의껏 키울 것 같아요.

키우는 입장이 아니면? 아니? 눈이 안 가지. 저걸 왜? 저걸 왜. 안 살 거야.

좋아하는 사람이 소소하게라도 될 주면 그냥 너무 좋았어. 그냥 기분이 녹아.

좋아하는 사람이 선물해주면 좋지. 당연히. 당연히 좋지. 선물받은 거니까.

근데 만약에 누군가 선물을 준다면 그러면 또 받을 의향은 있어요.

나를 위한 소비보다,
타인을 향한 소비를 통해 내 마음을 표현하고 싶다.

4만 원짜리 티셔츠를 사줬는데 남자친구도 너무 마음에 들어 하면서 커플 티로 하자고 제 것도 사줬습니다. 진짜 마음에 들어 하는 것 같아서 너무 뿌듯했어요.

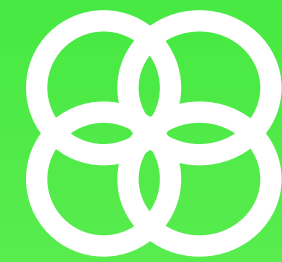
줄을 서서 뭘 한다는 걸 유쾌하게 하는 사람은 아니지만 여자친구를 위해 줄을 서서 샀고, 또 여자친구가 엄청 좋아하고 맛있게 먹어줘서 의미 있고 기분이 되게 좋았어요.

여자친구에게 뭔가를 해줄 수 있다는 게 좋았습니다.

알고리즘에 보라색깔 안마기 그게 났는데 남자친구가 서서 일을 해서 다리 아프다고 쩔쩔거리려서 선물하게 되었어요. 오빠 쓰는 거 보면서 힐링도 좀 하고 이제 저도 같이 쓰면서 되게 잘 샀다고 생각했어요.

그리고 내가 남들을 챙겨주는 것처럼 남들도 나를 챙겨주니까 내가 살 필요가 없어지는 경우도 많고, 나는 이미 충분히 갖고 있다고 생각을 해서 요즘은 나한테 돈을 투자하지는 않는 것 같아. 이미 충분하다고 느껴서!

최근에 산 것 중에는 단 하나도 제 것이 없습니다. 다 부모님 거나 남자친구 거예요. 뭔가 나를 위한 소비를 점점 잘 안 하게 되는 것 같기도 하네요.



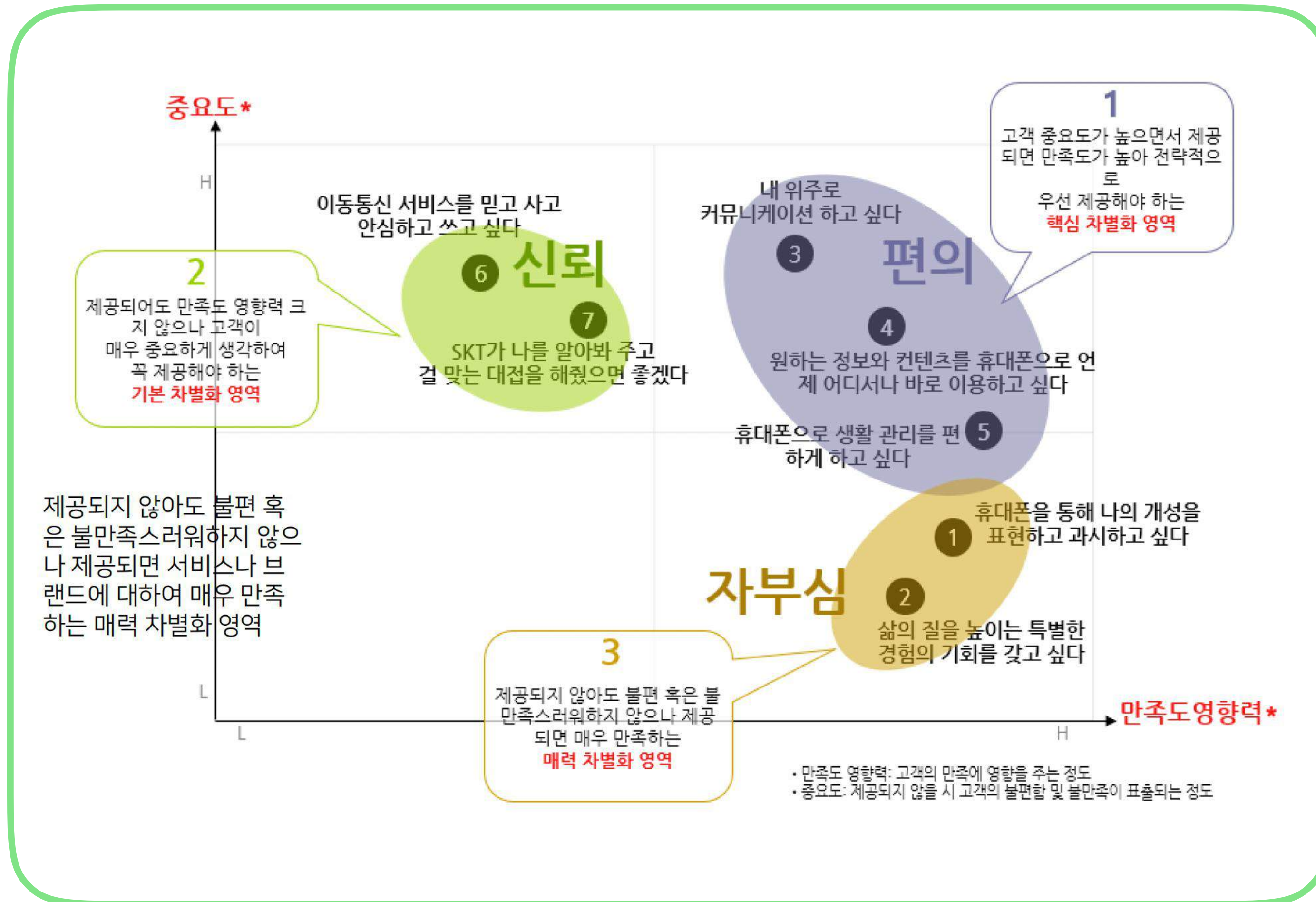
우선순위 및 기회영역

정리한 니즈를 토대로 브랜드 기회영역을 정의했습니다.



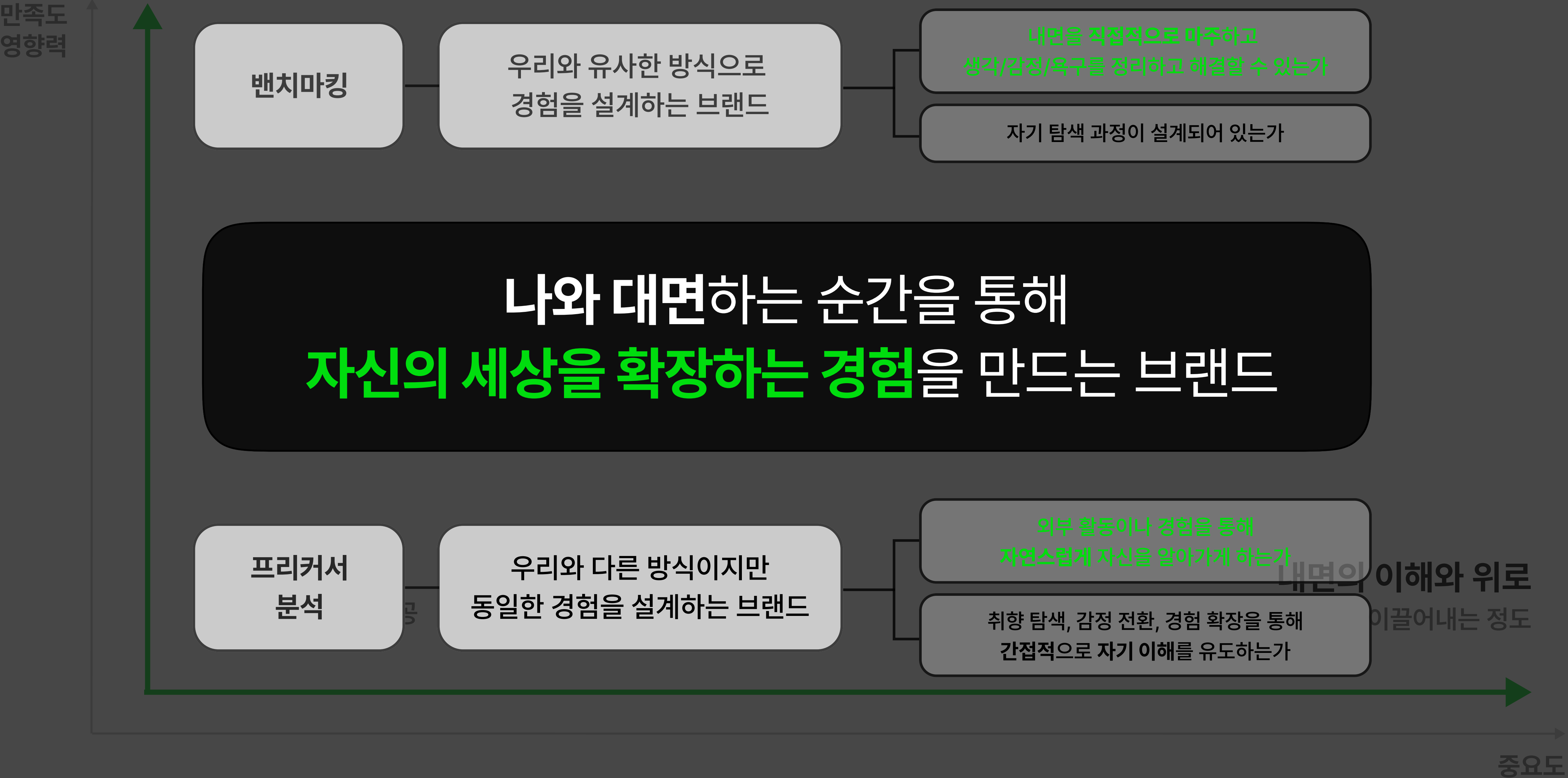
우선순위 및 기회영역 정의

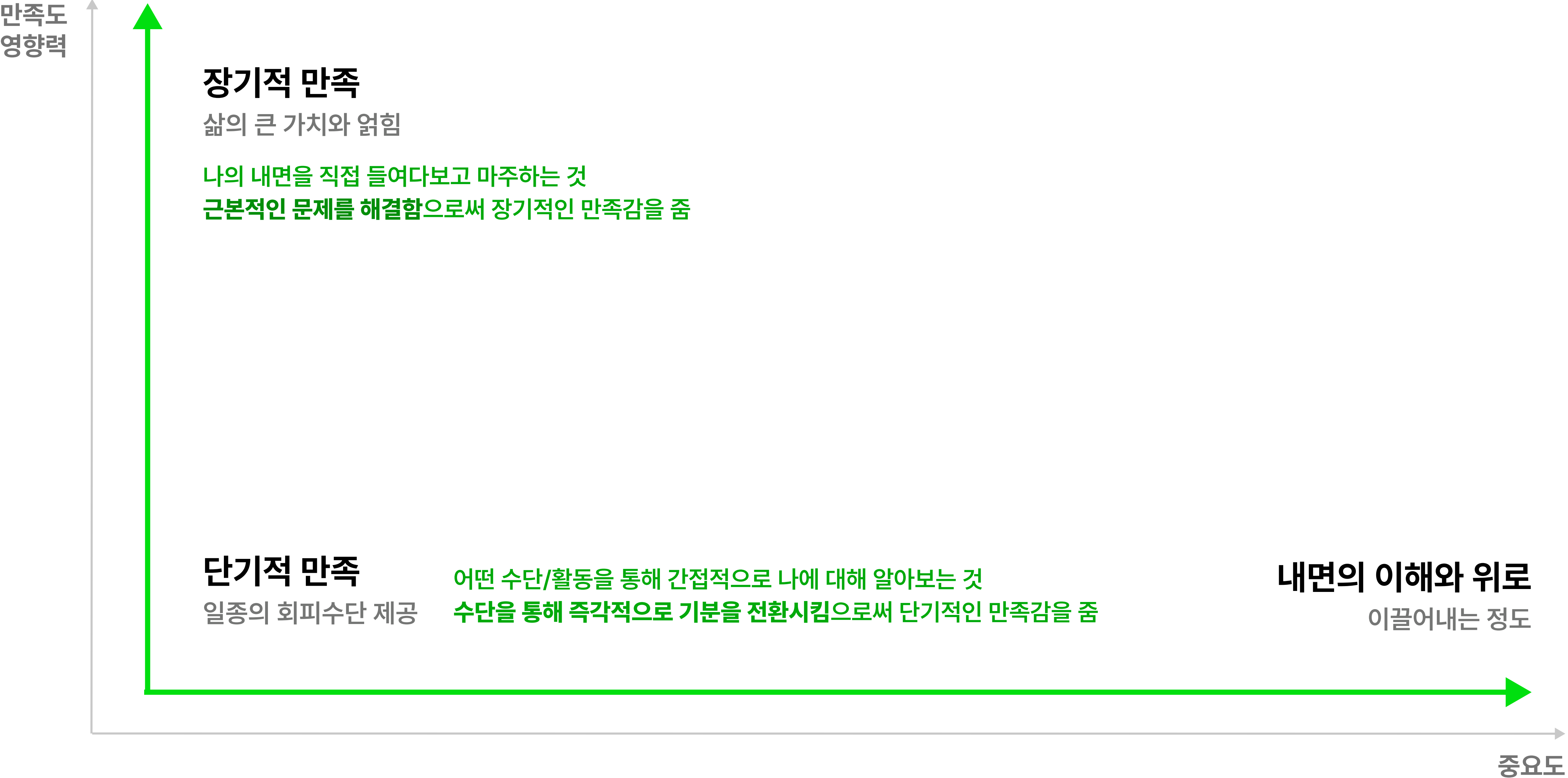
중요도 x 만족도 영향력과 축 재설정



중요도 x 만족도 영향력으로
저희 브랜드만의 축을 재설정^한 후,
우선순위를 도출했습니다.

단순히 '만족도'와 '중요도'라는
단어를 기준으로 배치하기에 한계가 있는
깊은 수준의 니즈들이었습니다.





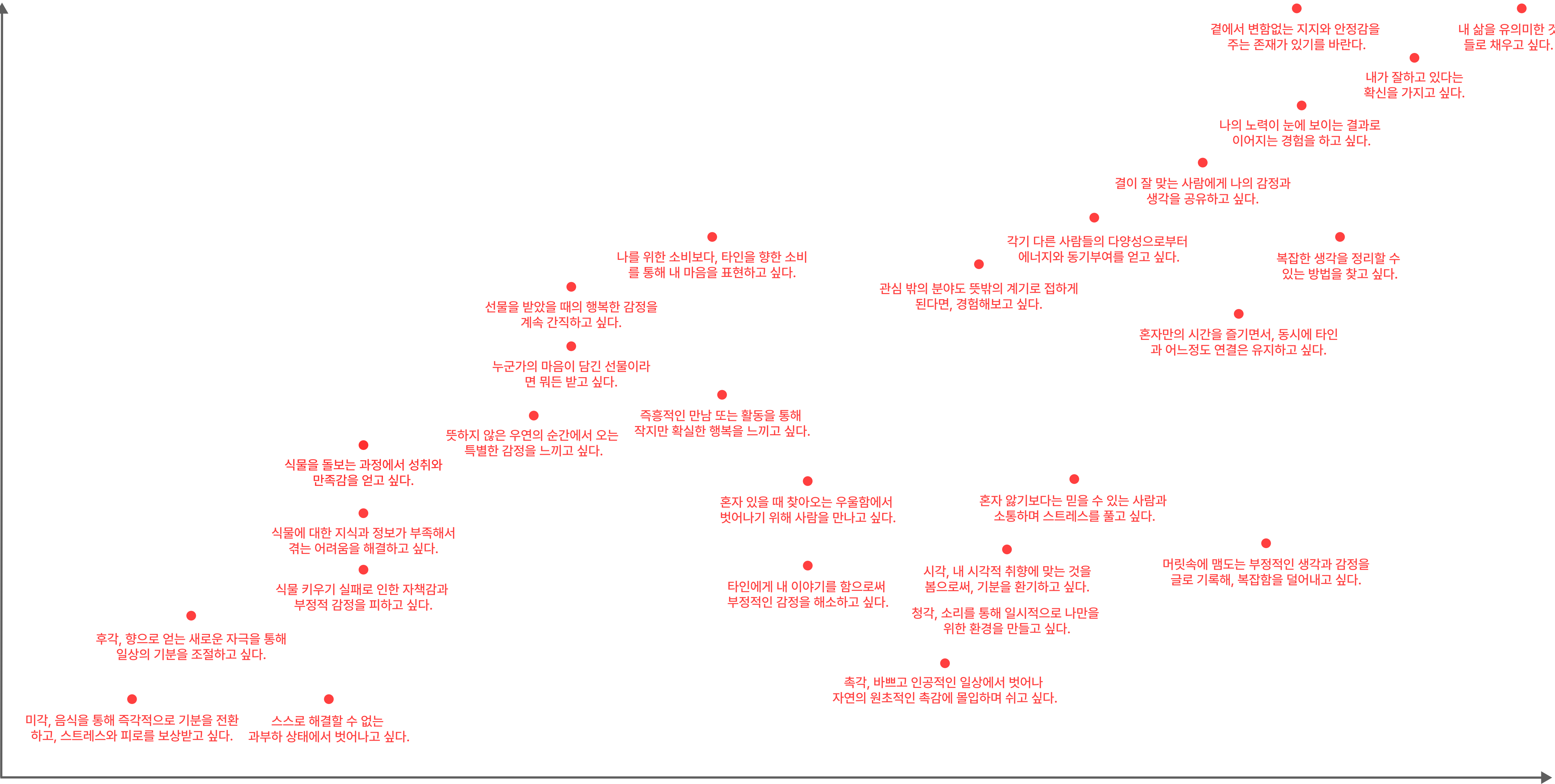
우선순위 및 기회영역 정의 : 중요도 x 만족도 영향력



만족도
영향력

장기적
삶의 큰 가치

단기적
일종의 회피



내면의 이해와 위로를 이끌어내는 정도 **중요도**

우선순위 및 기회영역 정의: 중요도 x 만족도 영향력



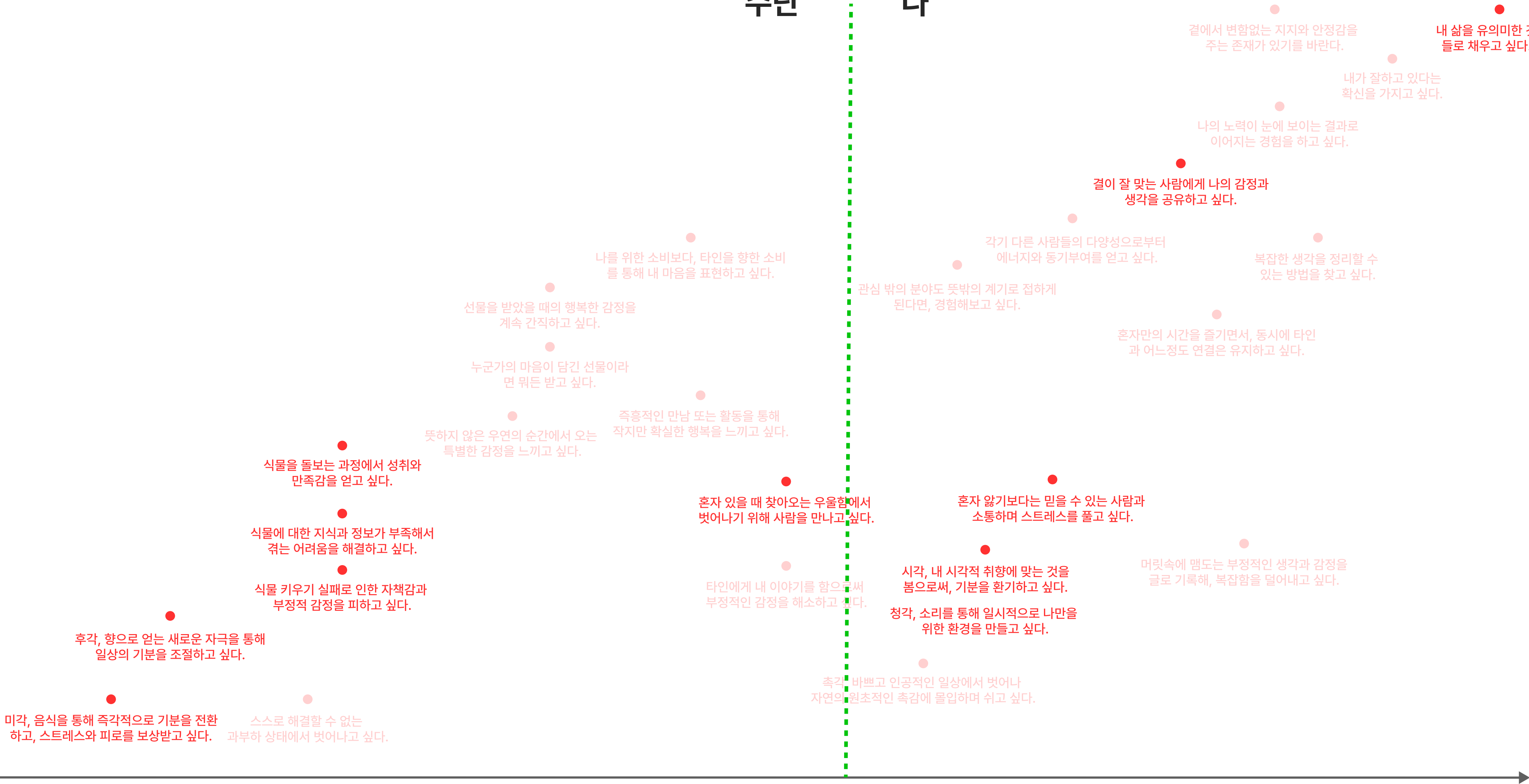
만족도
영향력

장기적
삶의 큰 가치

단기적
일종의 회피

수단

나



내면의 이해와 위로를 이끌어내는 정도 **중요도**

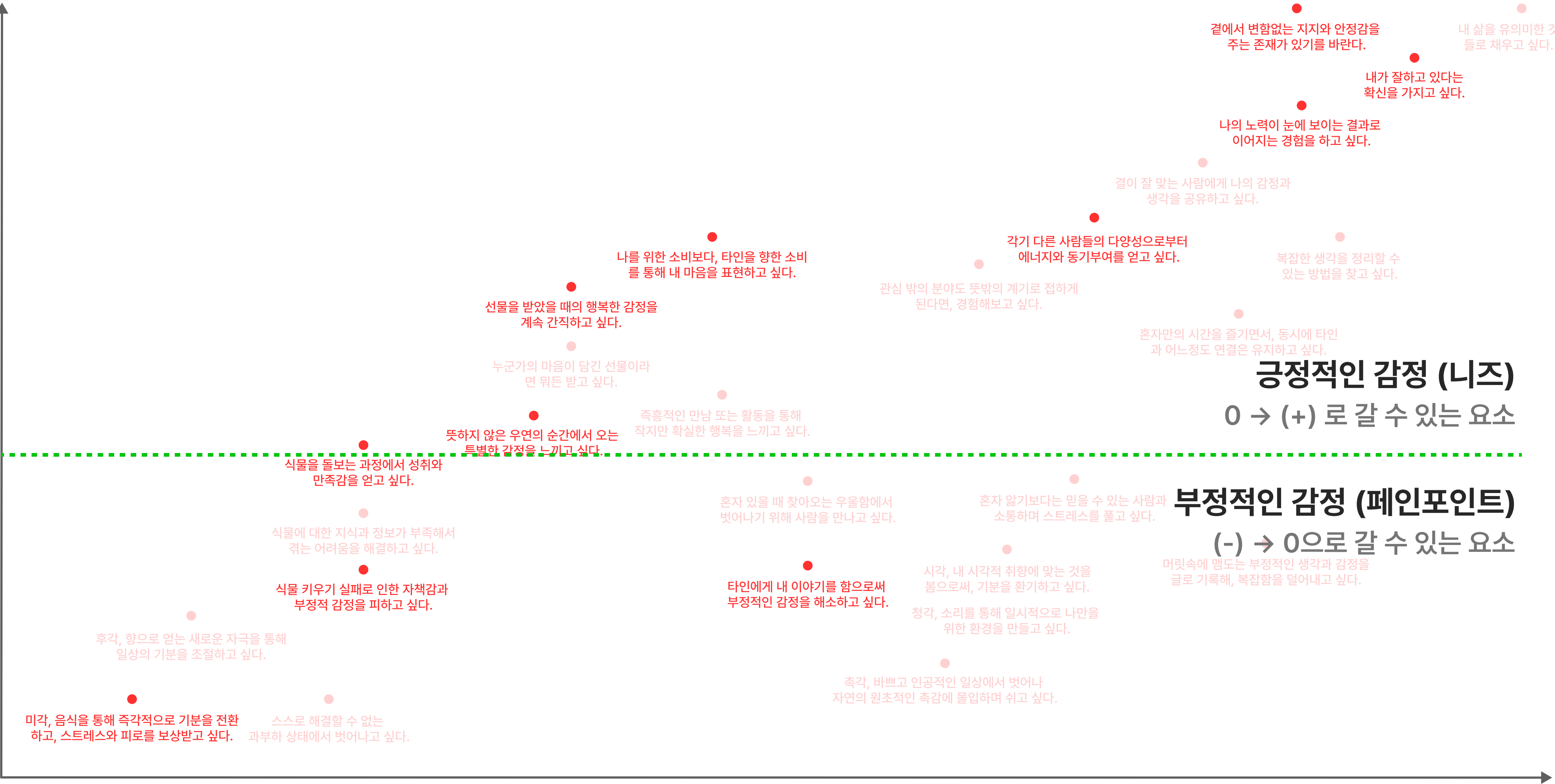
우선순위 및 기회영역 정의: 중요도 x 만족도 영향력



만족도
영향력

장기적
삶의 큰 가치

단기적
일종의 회피



우선순위 및 기회영역 정의: 중요도 x 만족도 영향력



만족도
영향력

장기적
삶의 큰 가치

단기적
일종의 회피

수단

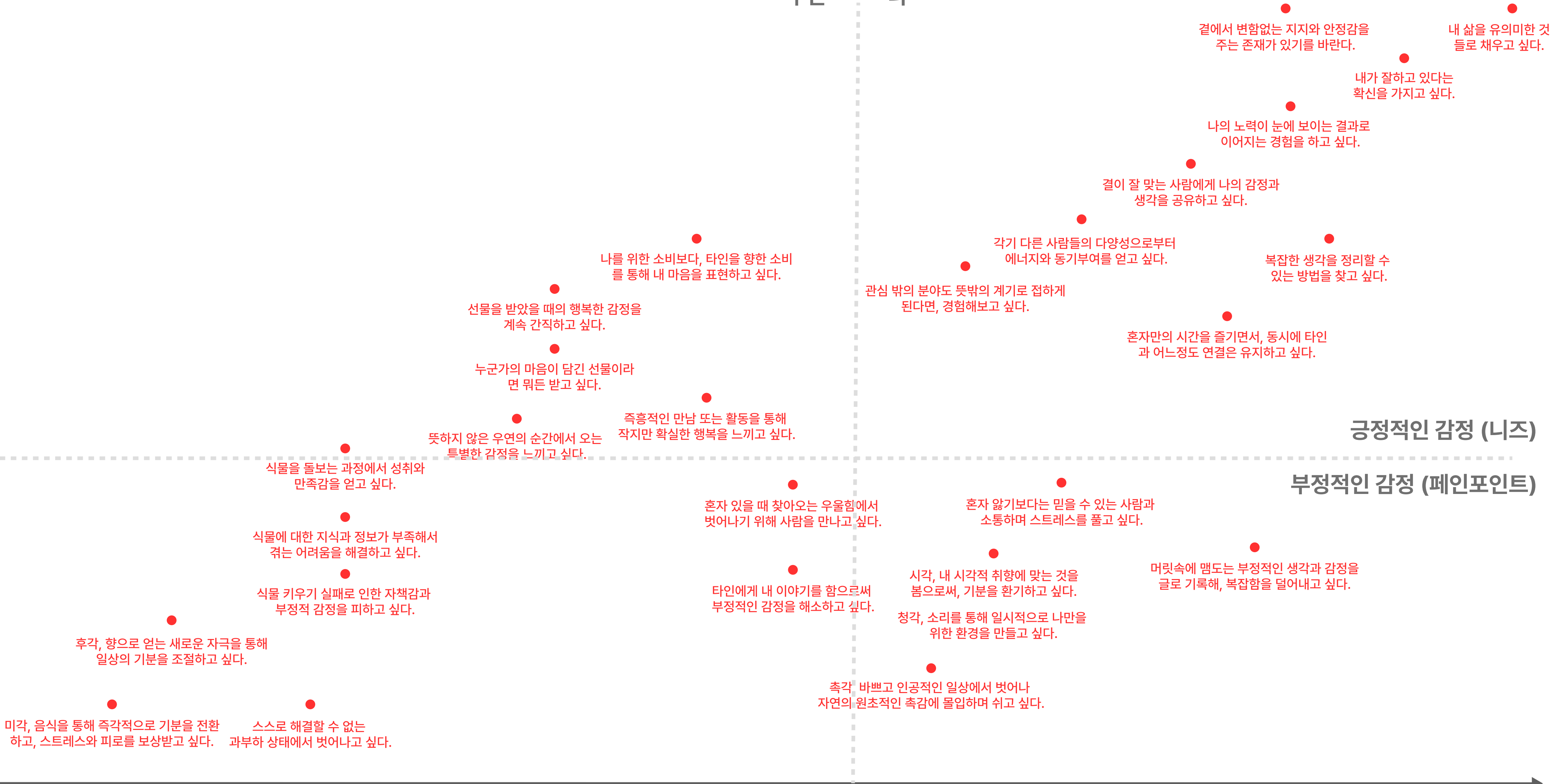
나

긍정적인 감정 (니즈)

부정적인 감정 (페인포인트)

중요도

내면의 이해와 위로를 이끌어내는 정도



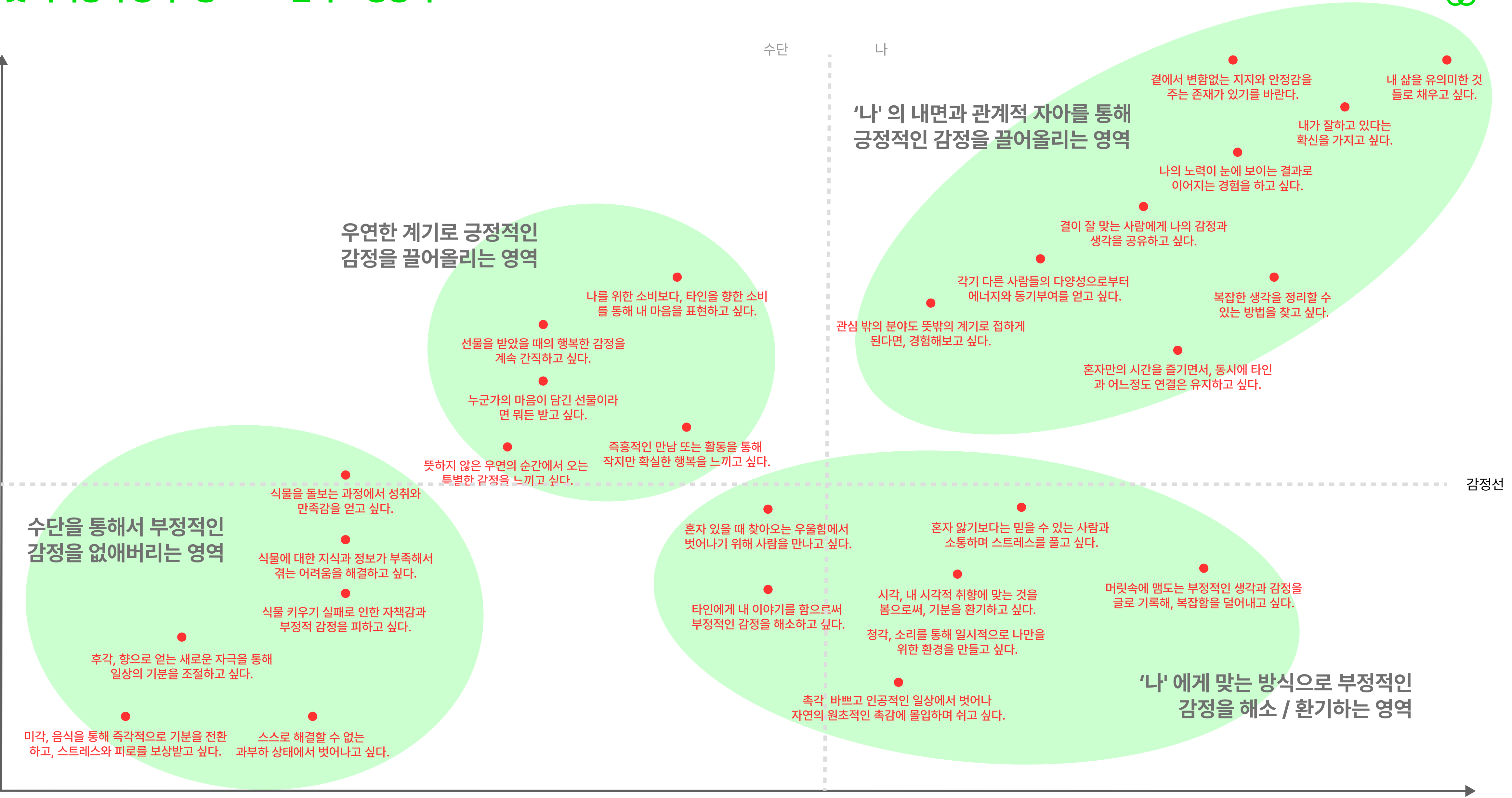
우선순위 및 기회영역 정의: 중요도 x 만족도 영향력



만족도
영향력

장기적
삶의 큰 가치

단기적
일종의 회피



우연한 계기로 긍정적인
감정을 끌어올리는 영역

- 나를 위한 소비보다, 타인을 향한 소비를 통해 내 마음을 표현하고 싶다.
- 선물을 받았을 때의 행복한 감정을 계속 간직하고 싶다.
- 누군가의 마음이 담긴 선물이라면 뭐든 받고 싶다.
- 즉흥적인 만남 또는 활동을 통해 작지만 확실한 행복을 느끼고 싶다.
- 뜻하지 않은 우연의 순간에서 오는 특별한 감정을 느끼고 싶다.

'나'의 내면과 관계적 자아를 통해
긍정적인 감정을 끌어올리는 영역

- 결에서 변함없는 지지와 안정감을 주는 존재가 있기를 바란다.
- 내가 잘하고 있다는 확신을 가지고 싶다.
- 나의 노력이 눈에 보이는 결과로 이어지는 경험을 하고 싶다.
- 결이 잘 맞는 사람에게 나의 감정과 생각을 공유하고 싶다.
- 각기 다른 사람들의 다양성으로부터 에너지와 동기부여를 얻고 싶다.
- 관심 밖의 분야도 뜻밖의 계기로 접하게 된다면, 경험해보고 싶다.
- 복잡한 생각을 정리할 수 있는 방법을 찾고 싶다.
- 혼자만의 시간을 즐기면서, 동시에 타인과 어느정도 연결은 유지하고 싶다.
- 내 삶을 유의미한 것들로 채우고 싶다.

수단을 통해서 부정적인
감정을 없애버리는 영역

- 식물을 돌보는 과정에서 성취와 만족감을 얻고 싶다.
- 식물에 대한 지식과 정보가 부족해서 겪는 어려움을 해결하고 싶다.
- 식물 키우기 실패로 인한 자책감과 부정적 감정을 피하고 싶다.
- 후각, 향으로 얻는 새로운 자극을 통해 일상의 기분을 조절하고 싶다.
- 미각, 음식을 통해 즉각적으로 기분을 전환하고, 스트레스와 피로를 보상받고 싶다.
- 스스로 해결할 수 없는 과부하 상태에서 벗어나고 싶다.

'나'에게 맞는 방식으로 부정적인
감정을 해소 / 환기하는 영역

- 혼자 있을 때 찾아오는 우울함에서 벗어나기 위해 사람을 만나고 싶다.
- 혼자 앓기보다는 믿을 수 있는 사람과 소통하며 스트레스를 풀고 싶다.
- 타인에게 내 이야기를 함으로써 부정적인 감정을 해소하고 싶다.
- 시각, 내 시각적 취향에 맞는 것을 봄으로써, 기분을 환기하고 싶다.
- 청각, 소리를 통해 일시적으로 나만을 위한 환경을 만들고 싶다.
- 머릿속에 맴도는 부정적인 생각과 감정을 글로 기록해, 복잡함을 덜어내고 싶다.
- 촉각 바쁘고 인공적인 일상에서 벗어나 자연의 원초적인 촉감에 몰입하며 쉬고 싶다.

내면의 이해와 위로를 이끌어내는 정도 **중요도**

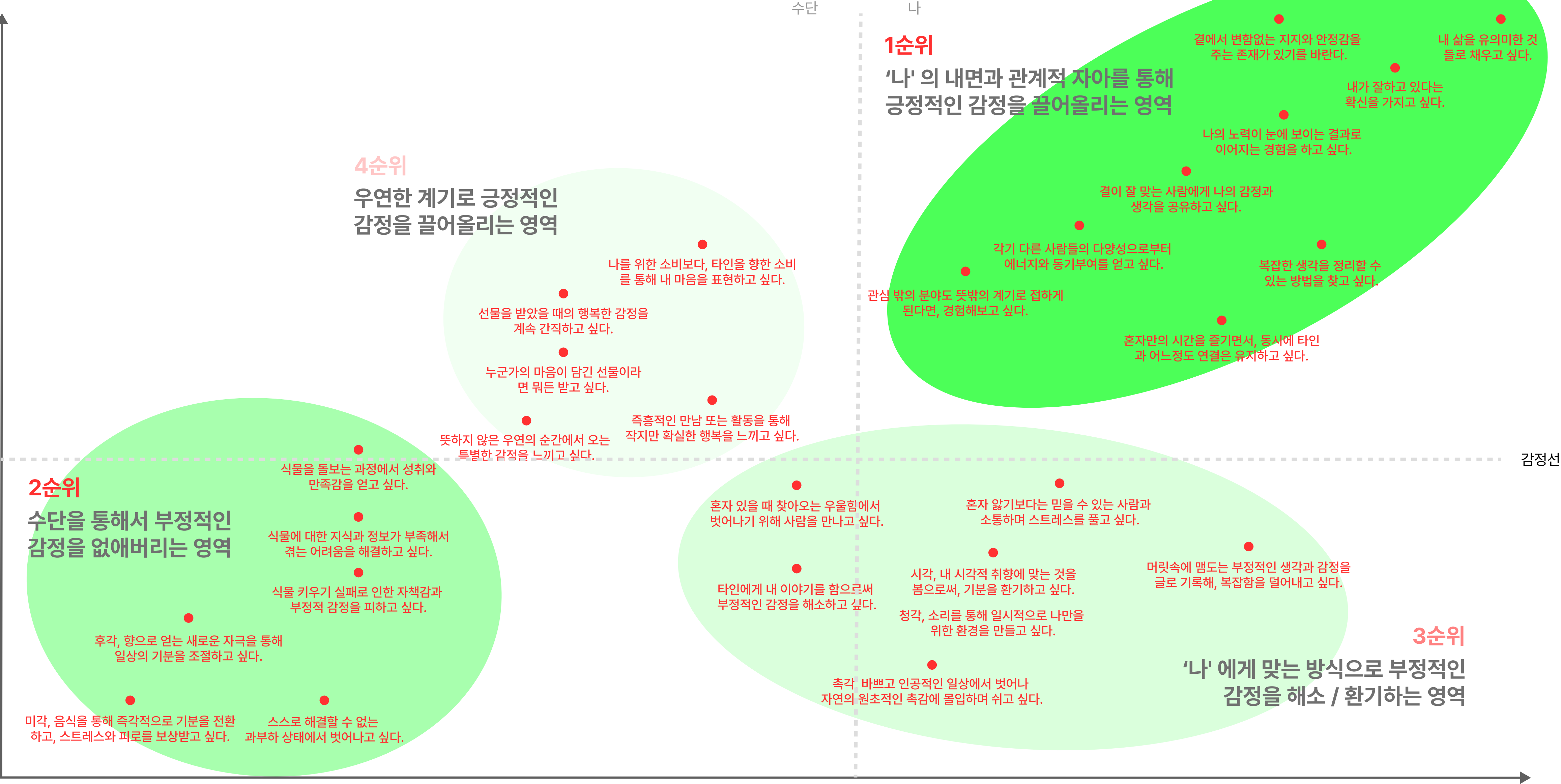
우선순위 및 기회영역 정의: 중요도 x 만족도 영향력



만족도
영향력

장기적
삶의 큰 가치

단기적
일종의 회피



수단

나

1순위

'나'의 내면과 관계적 자아를 통해
긍정적인 감정을 끌어올리는 영역

결에서 변함없는 지지와 안정감을
주는 존재가 있기를 바란다.

내 삶을 유의미한 것
들로 채우고 싶다.

내가 잘하고 있다는
확신을 가지고 싶다.

나의 노력이 눈에 보이는 결과로
이어지는 경험을 하고 싶다.

결이 잘 맞는 사람에게 나의 감정과
생각을 공유하고 싶다.

각기 다른 사람들의 다양성으로부터
에너지와 동기부여를 얻고 싶다.

복잡한 생각을 정리할 수
있는 방법을 찾고 싶다.

관심 밖의 분야도 뜻밖의 계기로 접하게
된다면, 경험해보고 싶다.

혼자만의 시간을 즐기면서, 동시에 타인
과 어느정도 연결은 유지하고 싶다.

감정선

2순위

수단을 통해서 부정적인
감정을 없애버리는 영역

식물을 돌보는 과정에서 성취와
만족감을 얻고 싶다.

식물에 대한 지식과 정보가 부족해서
겪는 어려움을 해결하고 싶다.

식물 키우기 실패로 인한 자책감과
부정적 감정을 피하고 싶다.

후각, 향으로 얻는 새로운 자극을 통해
일상의 기분을 조절하고 싶다.

미각, 음식을 통해 즉각적으로 기분을 전환
하고, 스트레스와 피로를 보상받고 싶다.

스스로 해결할 수 없는
과부하 상태에서 벗어나고 싶다.

선물을 받았을 때의 행복한 감정을
계속 간직하고 싶다.

누군가의 마음이 담긴 선물이라
면 뭐든 받고 싶다.

나를 위한 소비보다, 타인을 향한 소비
를 통해 내 마음을 표현하고 싶다.

뜻하지 않은 우연의 순간에서 오는
특별한 감정을 느끼고 싶다.

즉흥적인 만남 또는 활동을 통해
작지만 확실한 행복을 느끼고 싶다.

혼자 있을 때 찾아오는 우울함에서
벗어나기 위해 사람을 만나고 싶다.

타인에게 내 이야기를 함으로써
부정적인 감정을 해소하고 싶다.

혼자 앓기보다는 믿을 수 있는 사람과
소통하며 스트레스를 풀고 싶다.

시각, 내 시각적 취향에 맞는 것을
봄으로써, 기분을 환기하고 싶다.

청각, 소리를 통해 일시적으로 나만을
위한 환경을 만들고 싶다.

촉각 바쁘고 인공적인 일상에서 벗어나
자연의 원초적인 촉감에 몰입하며 쉬고 싶다.

머릿속에 맴도는 부정적인 생각과 감정을
글로 기록해, 복잡함을 덜어내고 싶다.

3순위

'나'에게 맞는 방식으로 부정적인
감정을 해소 / 환기하는 영역

내면의 이해와 위로를 이끌어내는 정도 **중요도**

우선순위 및 기회영역 정의: 중요도 x 만족도 영향력



만족도
영향력

장기적
삶의 큰 가치

단기적
일종의 회피

1순위
목표

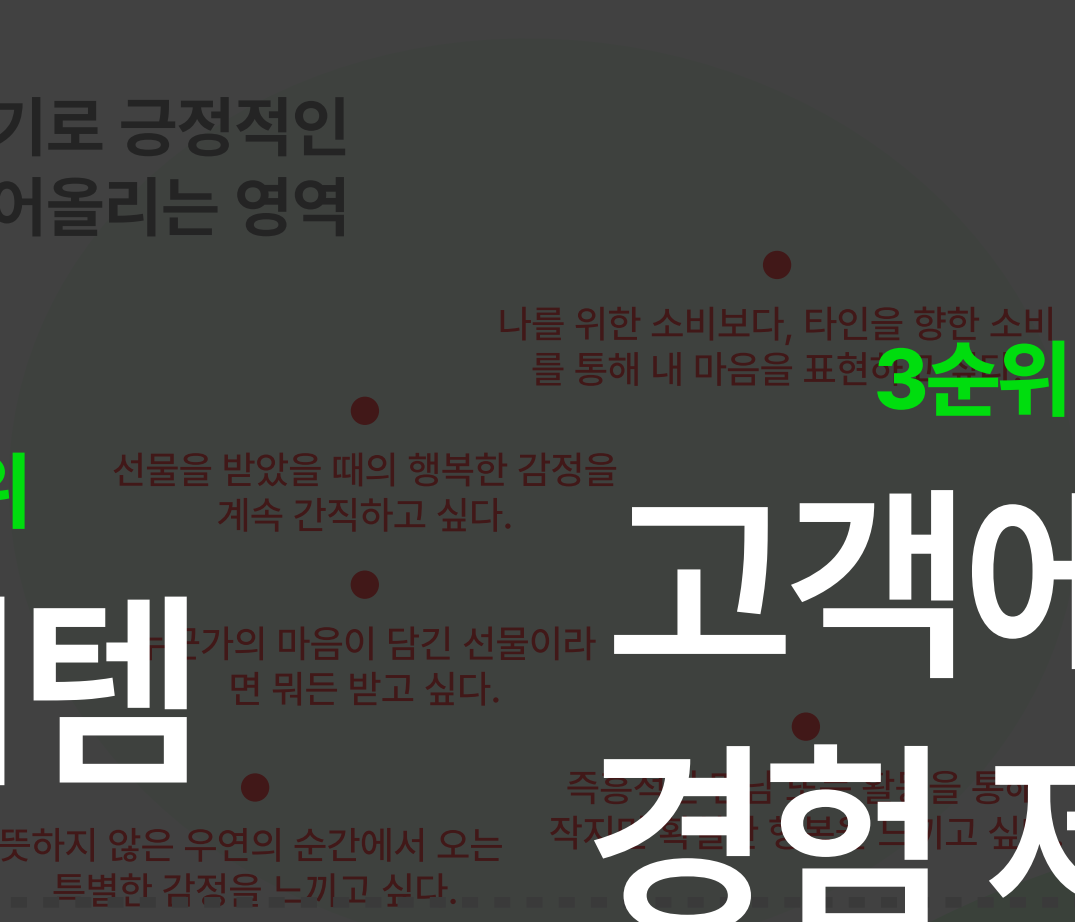
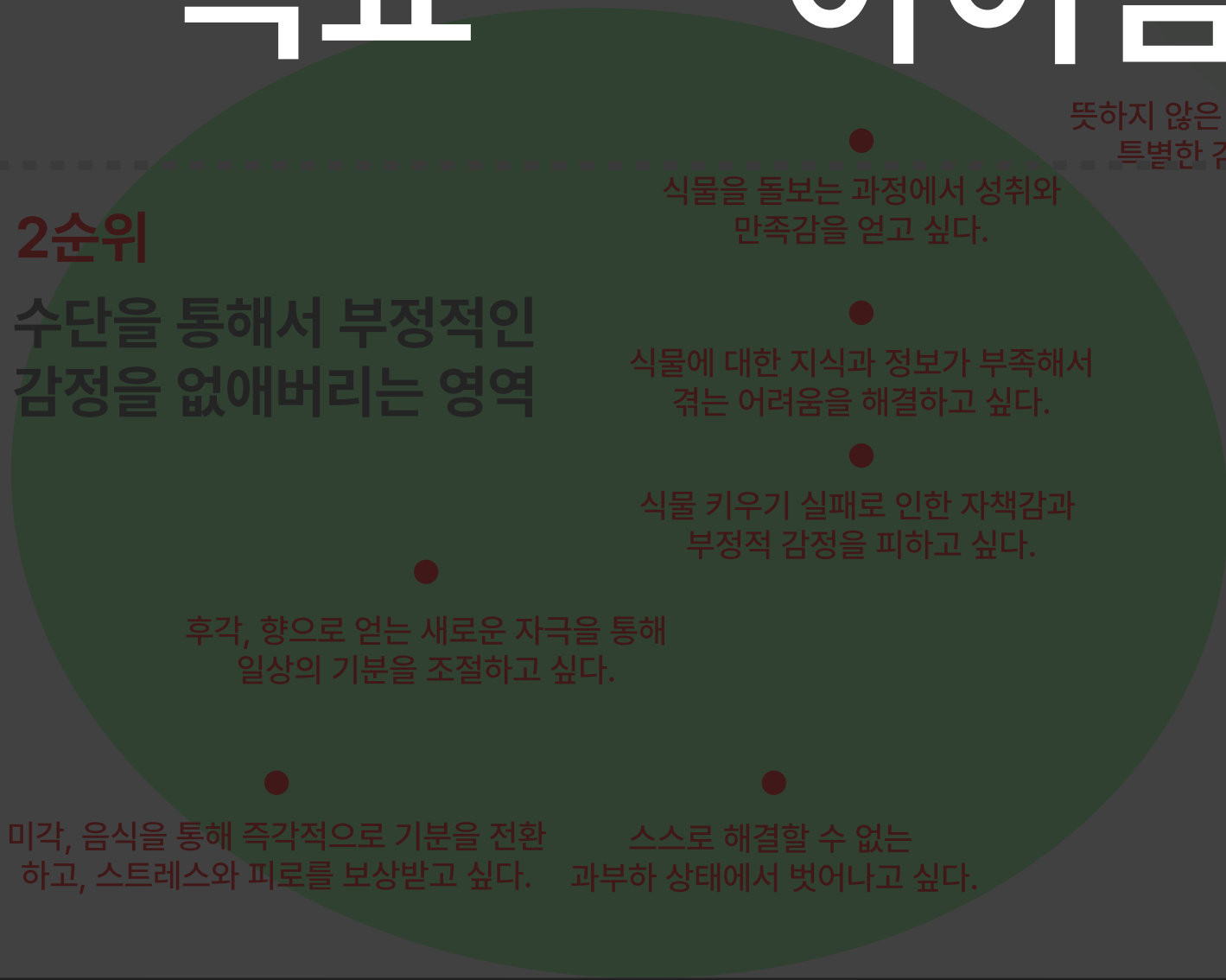
2순위
아이템

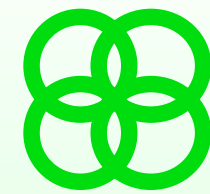
고객에게
경험 제공

고객의
브랜드 접근

감정선

중요도





우리 브랜드의 궁극적인 목표인,

**‘나의 세상을 넓힌다’는 것은
정확히 무슨 의미일까?**



팀원들과 의견을 나눠 보았습니다!

내가 좋아하는 걸 찾아가는 과정

외적/내적 둘 다 성장하는 것

취미, 성향 등 나에 대해 알아가는 과정

다양한 환경에서 다양한 사람을 만나는 경험

살면서 자연스럽게 경험할 수 있는 것

지금도 충분히 느낄 수 있는 것

끊임없이 노력해야 이룰 수 있는 것



내 세상을 넓히는 '방법'?

내가 좋아하는 걸 찾아가는 과정

외적/내적 둘 다 성장하는 것

취미, 성향 등 나에 대해 알아가는 과정

다양한 환경에서 다양한 사람을 만나는 경험

살면서 자연스럽게 경험할 수 있는 것

지금도 충분히 느낄 수 있는 것

끊임없이 노력해야 이룰 수 있는 것



내 세상을 넓힌다는 감각은 언제 느낄 수 있을까?

내가 좋아하는 걸 찾아가는 과정

외적/내적 둘 다 성장하는 것

취미, 성향 등 나에 대해 알아가는 과정

다양한 환경에서 다양한 사람을 만나는 경험

살면서 자연스럽게 경험할 수 있는 것

지금도 충분히 느낄 수 있는 것

끊임없이 노력해야 이룰 수 있는 것



정답도, 오답도 없는 문제!

내가 좋아하는 걸 찾아가는 과정

외적/내적 둘 다 성장하는 것

취미, 성향 등 나에 대해 알아가는 과정

다양한 환경에서 다양한 사람을 만나는 경험

살면서 자연스럽게 경험할 수 있는 것

지금도 충분히 느낄 수 있는 것

끊임없이 노력해야 이룰 수 있는 것

정답도, 오답도 없는 문제!

내가 좋아하는 걸 찾아가는 과정



외적/내적 둘 다 성장하는 것

그렇다면 우리 브랜드는
어떤 방향을 추구해야 할까?

취미, 성향 등 나에 대해 알아가는 과정

다양한 취미와 다양한 사람을 만나는 경험

살면서 자연스럽게 경험할 수 있는 것

지금도 충분히 느낄 수 있는 것

끊임없이 노력해야 이룰 수 있는 것



The image features a vibrant, multi-colored background made of a grid of small squares. The colors transition from light green on the left, through yellow in the center, to light blue on the right. In the center of the image, there is a large, stylized green Korean character '모' (mo). Overlaid on this background is a large text message in Korean. The text is split into two lines: the top line is in black and reads '정답은 없어도, 인터뷰이들의 니즈가' (Even without a correct answer, the needs of the interviewees), and the bottom line is in green and reads '해답이 될 수 있을 것이라 생각했습니다.' (I thought it could be a solution). The overall composition is clean and modern, with a focus on the central text and symbol.

시끄러운 곳 싫어해. 대 클럽 골목같은 느낌? 그러운 거 자체가 싫다기 보다는 분위기가 싫어. 의미 없는 소음.	집에 강아지가 있으면 좋을 것 같아. 나 혼자 있는 느낌이 안 들잖아. 좋은 것 같아.	혼자 있는 거에 대해서 나쁘게 생각하지 않아.	모형인 줄 알고 가차를 했는데 알고 보니 진짜 선인장이었어. 많이 당황했는데 생각해 보니까 키우면 재미있을 것 같다는 생각이 들었어.	식물 키우는 게 좀 부담스러웠던 것 같아.	시끄러운 공간은 별로 안 좋아해.	식물 자체만 생각했을 때? 싫은 건 아닌데 막 그렇게 좋은 것도 아니야.	과학 동아리에서 식물 키우기 활동을 했어가지고 그때 키웠었어.	다같이 키우는 거 그래서 뭔가 우정을 쌓은 것도 친구랑 같이 봤 의미가 컸었어 더 잘 자랐으면 생각을 많이
우는 방법이나 정보는 제미나이한테 물어.	싹이 나긴 했는데 자리를 못 잡았거든 그 친구가.(선인장) 매일 보고 이제 자리 잡으면 그때부터 잘 살라고 하겠지? 지금은 되게 조심스럽게 보고 있어.	3년을 키워야지 그 사진만큼 자란대. 근데 3년이면 내가 졸업할 시즌이거든. 뭔가 같이 졸업하는 느낌이어서 좀 더 소중한 것 같아.	따로 또 식물을 구매할 생각은 없어.	지금도 식물이 좋아서 키우는 건 아니야. 원하든 원하지 않았든 나한테 이 친구가 온 거잖아. 그래서 그냥 책임감으로 키우고 있는거지. 물론 잘 자라 줬으면 좋겠고 그렇지만.	일단 키우기 난이도가 어려우면 예뻐도 피할 것 같아. 나는 제대로 키워본 적이 없어서.	나는 어플이 편해.	물 주는 시간대나 얼마나 줘야 되는지 이런 것들을 알려주면 좋겠어.	오늘은 그 식 물 해줬다. 야 적을 수 있는 것. 좋겠어
란 식물이 보통 범주에서 벗어나게 생긴 애들이잖아. 이름을 거기에 맞게 지어 주고 귀여워 보일 것 같은데. 자란 식물 말고. 재 같은 키는 줄기가 휘었으니까 '안녕하세요' 이런 걸로.	좋아하는 사람이 선물해주면 좋지. 당연히. 당연히 좋지. 선물받은 거니까.	웃자란 식물 오프라인 스토어는 유쾌한 분위기면 좋을 것 같아. 작명 센스가 넘치는 곳? 대신 너무 시끄럽지 않고 차분한 게 좋을 것 같아. 노란색 조명도 있고.	일단 식물 키우는 사람 자체가 주변에 없어서. 그래도 뭔가를 키운다는 것 자체가 애정을 가진다는 거잖아. 그러면 좋은 사람이 되는 거 아닌가?	난 지금이 좋은데? 그러니까 막 너무 내 세상을 넓히려고 노력을 안 해도 열심히 살다 보면 자연스럽게 넓혀지는 거니까. 노력이 필요하다고 생각하지 않아서.	난 내 세계를 넓히고 싶어.	나는 어쨌든 경험한 게 적다고 생각하거든. 진짜 내가 알고 있는 것들은 되게 적다고 생각하거든.	뭔가 다양한 사람들을 만나고 싶기도 하고 경험을 많이 해보고 싶어.	좋아하는 사람이 소 셜 될 주면 그냥 너무 그냥 기분이

근데 너무 졸려서 밥을 걸렀 다.	버스를 기다리며 불안해하기 보다 걸어가는 게 더 낫다고 생각했다.	매일 오르막길을 걸어가다 보 니 체력도 조금씩 늘고 있는 것 같아서 뿌듯하다.	등교할 때 내가 가장 좋아하는 포인트는 오르막길을 힘들게 오르고 나면 생대 쪽에 활짝 피어있는 분홍색 꽃나무를 보 는 순간이다.	엄청 진한 분홍 꽃을 보고 있 으면 기분이 좋아진다.	매일 꼬끼오~ 울어대는 닭소 리와 은은하게 풍기는 뽕냄새 가 자연 속에 와 있는 듯한 느 낌을 준다.	애네는 내일쯤 필까, 괜히 궁 금해진다.	걱정인형
매번 사놓고 유통기한 지날 때까지 먹기를 미루는 습관을 고치고 싶으면서도 잘 안 된 다.	다음 주 쫘에는 벚꽃이 활짝 필 걸 생각하니 얼마나 예쁠 지 기대가 됐다.	가장 빠른 길 대신 벚꽃나무 가 많은 길을 택했다.	벚꽃이 예쁘게 핀 길을 걸으 니 기분이 좋아졌다.	신입생인 후배가 귀엽게 느껴 졌다.	엄마 카페에서 버터떡과 소금 빵을 먹었다. 일주일 동안 수 고한 나에게 주는 작은 보상 같은 느낌이었다 ㅎㅎ	야식을 먹으며 일주일 동안 있었던 일들을 나누는 시간이 너무 즐거웠다.	여유롭게 일어나서 맛있는 거 먹으면서 유튜브 보는 게 취미입니다.

거는.

는
중한 것

때도 고 식물도
구매할 생각은 없어.

않았는 나한테 이 친구가 온
거잖아. 그래서 그냥 책임감으로
키우고 있는거지. 물론 잘 자라
줬으면 좋겠고 그렇지만.

예뻐도 피할 것 같아. 나는
제대로 키워본 적이 없어서.

스토어는
것 같아.
? 대신
분한 게
조명도

일단 식물 키우는 사람
자체가 주변에 없어서.
그래도 뭔가를 키운다는 것
자체가 애정을 가진다는
거잖아. 그러면 좋은 사람이
되는 거 아닌가?

**난 지금이 좋은데? 그러니까
막 너무 내 세상을 넓히려고
노력을 안 해도 열심히 살다
보면 자연스럽게 넓혀지는
거니까. 노력이 필요하다고
생각하지 않아서.**

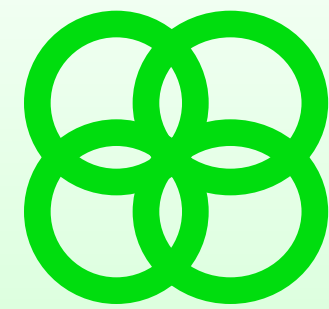
난 내 세계를 넓히고 싶어.

두그한 때 내가 가장 좋아하는

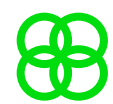
난 지금이 좋은데? 그러니까
막 너무 내 세상을 넓히려고
노력을 안 해도 열심히 살다
보면 자연스럽게 넓혀지는
거니까. 노력이 필요하다고
생각하지 않아서.

난 지금이 좋은데? 그러니까
막 너무 내 세상을 넓히려고
노력을 안 해도 열심히 살다
보면 자연스럽게 넓혀지는
거니까. 노력이 필요하다고
생각하지 않아서.

우리는 **의미로 과부하된 세상**에 살고 있다.
무언가를 해야만 성장하고, 더 넓은 세계로 나아갈 수 있다고 믿는다.
하지만 **세상을 넓히기 위해 늘 애써야만 하는 것은 아니다.**
불안에 쫓겨 더 멀리 가려 하지 않아도,
내가 나의 삶을 살아가고 작은 순간들을 통과하는 동안
나의 세계는 자연스럽게 넓어진다.

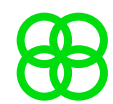


그렇다면 인터뷰이들은 자신의 세상을 넓히는 과정,
즉 일상을 살면서 어떤 감정을 느꼈을까?



심층인터뷰와 셀프다이어리 응답 재확인

항상 낮잠을 자게 되면 휴식 보다는 해야 할 일을 회피한다는 느낌이 커서 편히 잠들지 못하다.	매일 밤을 새우고 늦은 오후에 일어나면서, 이렇게 살아도 되나.. 라고 생각해요.	괜히 밥도 제대로 못 먹고 과제만 하는 내 처지가 불쌍하게 느껴졌다.	그러면서도 영어 공부를 할 생각만 하고 정작 하지 않는 나를 보면서 또 한심함을 느낀다.	대학영어 수업을 들을 때면 나만 영어를 못하는 것 같아서, 영어 공부를 안 한 지난 인생을 후회하게 된다.	4시간 가량 열심히 과제를 하고 알바를 갔다. 나는 갓생인 걸까 아닌 걸까 고민이 된다.	새벽까지 과제를 하다 보면 열심히 사는 것 같은 느낌에 기분이 좋기도 하다.	19시까지 풀강이라 수요일 점심은 항상 편의점으로 먹는 데, 밥을 제대로 못 먹는 나를 보면서 자기연민에 빠지게 된다.	알바가 끝나자마자 할일이 밀린 현실에 버겁다는 생각이 들었다.
때는 '내가 잘 살고 있는 게 맞나'라는 생각을 가장 많이 하는 것 같습니다.	기본적인 잠도 못 자고, 밥도 제대로 못 먹고, '이렇게 살아야 되나'라는 생각이 드는데 또 이렇게 안 살면 안 살아지는 현실에 우울해 집니다.	최근에 제일 진짜 힘들었던 거는 과제를 하는데 성과가 없을 때.	내 것만 이렇게 악평을 하시니까 나만 잘못했다는 느낌이 너무 커서 거기서 스트레스 되게 많이 받은 것 같아.	너무 우울해서 밥도 안 먹고 누움. 잠 자고 일어나자...	"미래에 뭘 해야되지?"라는 고민을 많이 해요.	낮에 뭘 한다고 해도 오후에는 다시 근무를 가야 한다는 생각에 갇혀서 하는 느낌이예요.	기대감만 주고 정작 제가 받는 등의 결과물이 없었어요.	시간도 없고 어떻게 해야 하는지 모르겠어서 잠만 자는 것 같아요.
힘든 일이 끝나있으면 좋겠다	누가 날 기절시켜주면 좋겠다.	밖에 안 나가면 먹고 싸고 자기만 해서 생산적인 하루를 안 보낸 것 같아서 더 우울해져요.	취업에서의 어려움은 생각하지 않고 회피하려고 합니다.	예상은 했지만 기대한 바와 다를 때 오는 실망감은 회복하는 데 조금 걸려요.	"나도 좀 쉬고 싶은데"			



심층인터뷰와 셀프다이어리 응답 재확인

과제 때문에 피곤해서 힘들어.	내가 뭘 해야 된다는 걸 계속 생각하고 있으니까 힘든 게 지속되지. 난 뭘 해야 될까 이런 걸 계속 생각 안 하려고 해도 계속 머릿속에 떠다니니까 계속 지속되는 것 같아.	자기 전에는 내일 뭐 하지? 아직 할 거 많은데. 이런 생각이 들어.	공부할 때 이해가 안되면 스트레스받아.	나는 학교가 체력적으로 너무 힘들어서.	고등학교 3학년 때는 일단 대학교를 가야 된다는 그런 압박감도 있었고. 저녁 9시에 들어오고 10시에 기숙사 도착. 이걸 반복하다 보니까 많이 힘들었어.	그냥 과제 끝나면 계속 과제가 오고 하니까 그냥 그만하고 싶다.	뭐 해야지 어떡해? 이런 식을 계속 끌고가고 노력을 하거든요.	편안한 감정을 느끼고 싶다 이런 게 큰 것 같아요.
가장 신경이 곤두 서 있을 땐 아무래도 과제할 때고 바쁜 순간도 과제할 때고.	제가 생각이 엄청 많은 편인데 생각을 안 하는 연습을 하고 있는 것 같아요.	잠을 잘 못 자면 아침에 일단 너무 짜증 나요. 몸이 무거워서 불쾌해요.	맨날 도서관에서 살아서 우울~~	내면에 쌓인 걸 터트리는 방법을 못 찾아서 힘들 때도 있고 그렇거든요.	짜증을 낼 힘도 없었고 과제 양이 말도 안 돼서 어이가 없었다.	과제라는 압박이 너무 심해서 일어날 때부터 기분 이 좋지 않았다.	과제가 쌓인 게 갑자기 확 짜증이 났다.	오늘은 둘 다 과제만 한 게 힘들었는지 한탄을 많이 했다.
몸이 피곤할 때, 주로 육체적으로 컨디션이 안 좋으면 아주 힘들죠.	전에는 잠들기 전에 가장 행복했거든. 누울 수 있으니 잠잘 수 있잖아. 요즘은 좀 머리가 복잡하기도 하지.	몸이 처지거나 그런 것도 있고 어 또 그냥 아니면 해야 할 일이 너무 많아서 어디서부터 시작해야 될지 모를 때 그때도 좀 힘든 것 같기도 하고	힘들 때 나는 그 시간이 멈췄으면 좋겠어. 내가 힘들다고 해서 세상이 그걸 기다려주는 건 아니잖아.	회사 일이 항상 쉬운 것만 있는 건 아니다 보니까요.그럴 때는 머리도 아프고 한숨도 나오고, 잠깐 당도 좀 당기고...	일단 시험 기간에는 무조건 시험이고요. 내가 합격할 수 있을지, 그리고 그 목표에 맞게 공부하려면 일정을 어떻게 짜야 할지 계속 생각합니다.	시험에서 떨어질까 봐 힘들었습니다. 근데 사실 떨어지는 것보다 떨어지면 회사에서 나를 어떻게 볼 것인가에 대해서 좀 걱정됐고요.		



부과 셀프다이어

내가 뭘 해야 된다는 걸 계속 생각하고 있으니까 힘든 게 지속되지. 난 뭘 해야 될까 이런 걸 계속 생각 안 하려고 해도 계속 머릿속에 떠다니니까 계속 지속되는 것 같아.

괜히 밥도 제대로 못 먹고 과제만 하는 내 처지가 불쌍하게 느껴졌다.

회사 일이 항상 쉬운 것만 있는 건 아니다 보니까요. 그럴 때는 머리로 아프고 한숨도 나오고, 잠깐 당도 좀 당기고...

짜증을 낼 힘도 없었고 과제 양이 말도 안 돼서 어이가 없었다.

과제 때문에 피곤해서 힘들어.

내가 뭘 해야 된다는 걸 계속 생각하고 있으니까 힘든 게 지속되지. 난 뭘 해야 될까 이런 걸 계속 생각 안 하려고 해도 계속 머릿속에 떠다니니까 계속 지속되는 것 같아.

자기 전에는 내일 뭐 하지? 아직 할 거 많은데. 이런 생각이 들어.

공부할 때 이해가 안되면 스트레스받아.

나는 학교가 체력적으로 너무 힘들어서.

고등학교 3학년 때는 일단 대학교를 가야 된다는 그런 압박감도 있었고. 저녁 9시에 들어오고 10시에 기숙사 도착. 이걸 반복하다 보니까 많이 힘들었어.

그냥 과제 끝나면 계속 과제가 오고 하니까 그냥 그만하고 싶다.

뭐 해야지 어떡해? 이런 식을 계속 끌고가고 노력을 하거든요.

편안한 감정을 느끼고 싶다 이런 게 큰 것 같아요.

자신의 세상을 넓혀가는 과정에서 지친 이들이 정말 원하고, 필요해하는 것은 무엇일까?

나도 좀 쉬고 싶은데

제가 생각이 엄청 많은데 생각을 안 하는 게 더 하고 있는 것 같아요.

잠을 잘 못 자면 아침에 일단 너무 짜증 나요. 몸이 무거워서 불쾌해요.

책상 도서관에서 읽어서 우울...

내면에 봉인 걸 타트리는 방법을 못 찾아서 힘들 때도 있고 그렇거든요.

과제라는 압박이 너무 심해서 일어날 때부터 기분이 좋지 않았다.

과제가 쌓인 게 갑자기 확 짜증이 났다.

그냥 과제 끝나면 계속 과제가 오고 하니까 그냥 그만하고 싶다.

전에는 잠들기 전에 가장 행복했거든요. 누울 수 있고 잠잘 수 있었어요. 요즘은 좀 더 복잡하기도 하고

누가 날 기절시켜주면 좋겠다.

힘들 때 나는 그 시간이 멈췄으면 좋겠어. 내가 힘들다고 해서 세상이 그걸 기다려주는 건 아니잖아.

나는 학교가 체력적으로 너무 힘들어서.

일단 시험 기간에는 무조건 이기고요. 내가 합격할 수 있지, 그리고 그 목표에 맞추기 위해서 공부하려면 일정을 어떻게 할지 계속 생각합니다.

낮에 뭘 한다고 해도 오후에는 다시 근무를 가야 한다는 생각에 갇혀서 하는 느낌이예요.



여러 인사이트를 다시 둘러보던 중, 눈에 들어 온 인사이트가 있었습니다!

인사이트 6

나의 내면을 솔직하게 표현하고 공유할 수 있는 정서적 안전지대가 필요하다.

타인에게 내 이야기를 함으로써 부정적인 감정을 해소하고 싶다.

극심한 스트레스가 있다 하면, 그때는 가족들이나 정말 가까운 사람들 만나서 얘기하거나, 그냥 좀 평평대면서 푸는 게 나은 것 같아요.

비슷한 고민을 하고 있어서 이야기를 시작하면 시간 가는 줄 모르고 계속 이야기하게 된다.

친구들한테 고민 상담도 받아. 친구가 내 얘기 들어 주니까 마음이 좀 편해져.

이런 일이 있었다 저런 일이 있었다 얘기하면서 기분 푸는 편이야.

거실에서 그냥 엄마랑 같이 그냥 얘기하는 거. 힘들 때 나 힘들어 좀 평평대기도 하고 그런 거.

곁에서 변함없는 지지와 안정감을 주는 존재가 있기를 바란다.

힘들 때 좋아하는 사람이 내 옆에 있으면 좋을 것 같아.

뭔가 누가 나를 좀 안아줬으면 좋겠다 싶었어.

난 바쁜 게 끝나면 당장 바다를 봐야 되겠다고 말했다. 애인은 뭐든 함께라면 좋다고 했다.

서로의 삶과 상황에 진심으로 공감하고 솔루션을 제안하고 응원해주는 관계가 있다는 것이 참 감사하고 행복하게 느껴진다.

곁이 잘 맞는 사람에게 나의 감정과 생각을 공유하고 싶다.

친구들한테 고민 상담도 받아. 친구가 내 얘기 들어 주니까 마음이 좀 편해져.

동기들이 다른 각각 다른 지역에서 오잖아. 그러다 보니까 각각의 성격을 가지고 오는데 그럴 때마다 성격이 안 맞는 게 느껴지면 좀 스트레스를 많이 받았어.

힘들 때 좋아하는 사람이 내 옆에 있으면 좋을 것 같아.

비슷한 고민을 하고 있어서 이야기를 시작하면 시간 가는 줄 모르고 계속 이야기하게 된다.

우리 둘 다 웃음이 많은 편이 아닌데 같이 있으면 많이 웃는다. 마음도 편안하다. 행복했다.

나의 미학/비주얼적 시각, 애인의 과학/미시적 시각이 섞여 더 흥미로웠다.

혼자 있을 때 찾아오는 우울함에서 벗어나기 위해 사람을 만나고 싶다.

동기들이랑 종일 같이 있으니까 그런 우울 효과는 사라지는 느낌.

오랜만에 동기를 만나서 잠깐 푸드트럭 다녀왔는데 힐링되고... 사람 만나니까 괜히 기분이 동동... 별거 아닌데 너무 소소한 행복

혼자 앓기보다는 믿을 수 있는 사람과 소통하며 스트레스를 풀고 싶다.

도대체 이해가 안 될 때는 좀 답답하죠. 그럴 때는 혼자 공공대기보다는 사수님 찾아가서 여쭙보는 편이에요.

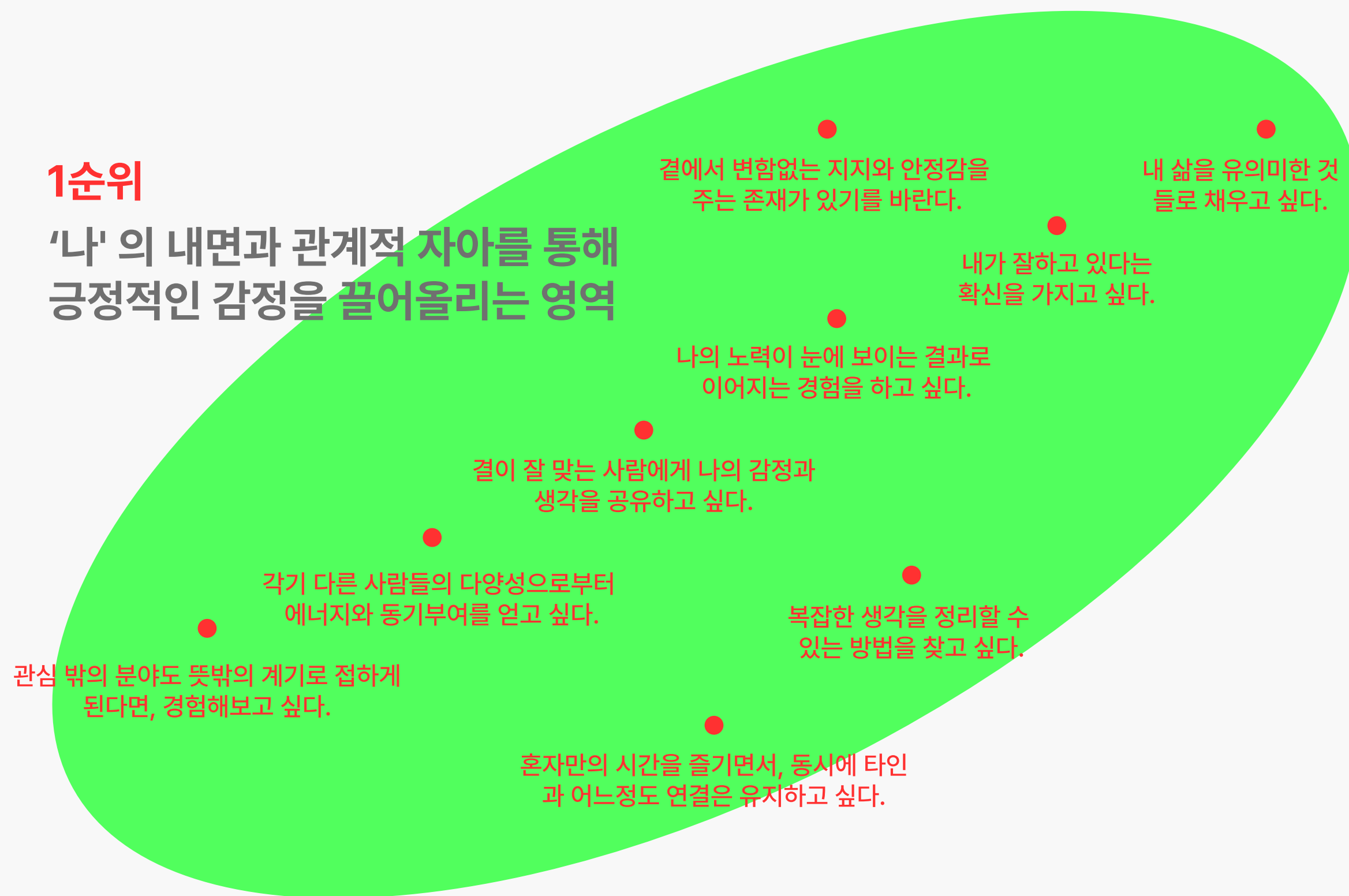
극심한 스트레스가 있다 하면, 그때는 가족들이나 정말 가까운 사람들 만나서 얘기하거나, 그냥 좀 평평대면서 푸는 게 나은 것 같아요.



['나' 의 내면과 관계적 자아를 통해 긍정적인 감정을 끌어올리는 영역] 과 동일한 니즈로 구성된 인사이트였습니다.

1순위

'나' 의 내면과 관계적 자아를 통해 긍정적인 감정을 끌어올리는 영역



타인에게 내 이야기를

극심한 스트레스가 있다 하면, 그때는 가족들이나 정말 가까운 사람들 만나서 얘기하거나, 그냥 좀 땡땡대면서 푸는 게 나은 것 같아요.

이런 일이 있었다
기본 푸

을 공유하고 싶다.

힘들 때 좋아하는 사람이 내 옆에 있으면 좋을 것 같아.

나의 미학/비주얼적 시각, 애인의 과학/미시적 시각이 섞여 더 흥미로웠다.

있으니까 그런 우울 효과는 사라지는 느낌.

일당되고... 사람 만나니까 괜히 기분이 뚱뚱... 별거 아닌데 너무 소소한 행복

좀 공감하고... 그걸 해주는 사람 공감대기보다는 사수님 찾아가서 여쭙보는 편이에요.

나, 그때는 가족들이나 정말 가까운 사람들 만나서 얘기하거나, 그냥 좀 땡땡대면서 푸는 게 나은 것 같아요.



‘나’의 내면과 관계적 자아를 통해 긍정적인 감정을 끌어올릴 때, 정서적 안전지대가 필요하다는 것을 알게 되었습니다.

인사이트 6

나의 내면을 솔직하게 표현하고 공유할 수 있는 정서적 안전지대가 필요하다.

타인에게 내 이야기를 함으로써 부정적인 감정을 해소하고 싶다.

극심한 스트레스가 있다 하면, 그때는 가족들이나 정말 가까운 사람들 만나서 얘기하거나, 그냥 좀 찡찡대면서 푸는 게 나은 것 같아요.

비슷한 고민을 하고 있어서 이야기를 시작하면 시간 가는 줄 모르고 계속 이야기하게 된다.

친구들한테 고민 상담도 받아. 친구가 내 얘기 들어 주니까 마음이 좀 편해져.

이런 일이 있었다 저런 일이 있었다 얘기하면서 기분 푸는 편이야.

거실에서 그냥 엄마랑 같이 그냥 얘기하는 거. 힘들 때 나 힘들어 좀 찡찡대기도 하고 그런 거.

곁에서 변함없는 지지와 안정감을 주는 존재가 있기를 바란다.

힘들 때 좋아하는 사람이 내 옆에 있으면 좋을 것 같아.

뭔가 누가 나를 좀 안아줬으면 좋겠다 싶었어.

난 바쁜 게 끝나면 당장 바다를 봐야 되겠다고 말했어. 애인은 뭐든 함께라면 좋다고 했다.

서로의 삶과 상황에 진심으로 공감하고 솔루션을 제안하고 응원해주는 관계가 있다는 것이 참 감사하고 행복하게 느껴진다.

곁이 잘 맞는 사람에게 나의 감정과 생각을 공유하고 싶다.

친구들한테 고민 상담도 받아. 친구가 내 얘기 들어 주니까 마음이 좀 편해져.

동기들이 다른 각각 다른 지역에서 오잖아. 그러다 보니까 각각의 성격을 가지고 오는데 그럴 때마다 성격이 안 맞는 게 느껴지면 좀 스트레스를 많이 받았어.

힘들 때 좋아하는 사람이 내 옆에 있으면 좋을 것 같아.

비슷한 고민을 하고 있어서 이야기를 시작하면 시간 가는 줄 모르고 계속 이야기하게 된다.

우리 둘 다 웃음이 많은 편이 아닌데 같이 있으면 많이 웃는다. 마음도 편안하다. 행복했다.

나의 미학/비주얼적 시각, 애인의 과학/미시적 시각이 섞여 더 흥미로웠다.

혼자 있을 때 찾아오는 우울함에서 벗어나기 위해 사람을 만나고 싶다.

동기들이랑 종일 같이 있으니까 그런 우울 효과는 사라지는 느낌.

오랜만에 동기를 만나서 잠깐 푸드트럭 다녀왔는데 힐링되고... 사람 만나니까 괜히 기분이 동동... 별거 아닌데 너무 소소한 행복

혼자 앓기보다는 믿을 수 있는 사람과 소통하며 스트레스를 풀고 싶다.

도대체 이해가 안 될 때는 좀 답답하죠. 그럴 때는 혼자 공공대기보다는 사수님 찾아가서 여쭙보는 편이에요.

극심한 스트레스가 있다 하면, 그때는 가족들이나 정말 가까운 사람들 만나서 얘기하거나, 그냥 좀 찡찡대면서 푸는 게 나은 것 같아요.



그렇다면, 무엇을 '정서적 안전지대'라고 부를 수 있을까요?

인사이트 6

나의 내면을 솔직하게 표현하고 공유할 수 있는 정서적 안전지대가 필요하다.

타인에게 내 이야기를 함으로써 부정적인 감정을 해소하고 싶다.

극심한 스트레스가 있다 하면, 그때는 가족들이나 정말 가까운 사람들 만나서 얘기 하거나, 그냥 좀 찡찡대면서 푸는 게 나은 것 같아요.

비슷한 고민을 하고 있어서 이야기를 시작하면 시간 가는 줄 모르고 계속 이야기하게 된다.

친구들한테 고민 상담도 받아. 친구가 내 얘기 들어 주니까 마음이 좀 편해져.

이런 일이 있었다 저런 일이 있었다 얘기하면서 기분 푸는 편이야.

거실에서 그냥 엄마랑 같이 그냥 얘기하는 거. 힘들 때 나 힘들어 좀 찡찡대기도 하고 그런 거.

곁에서 변함없는 지지와 안정감을 주는 존재가 있기를 바란다.

힘들 때 좋아하는 사람이 내 옆에 있으면 좋을 것 같아.

뭔가 누가 나를 좀 알아줬으면 좋겠다 싶었어.

난 바쁜 게 끝나면 당장 바다를 봐야 되겠다고 말 했다. 애인은 뭐든 함께라면 좋다고 했다.

서로의 삶과 상황에 진심으로 공감하고 솔루션을 제안하고 응원해주는 관계가 있다는 것이 참 감사하고 행복하게 느껴진다.

곁이 잘 맞는 사람에게 나의 감정과 생각을 공유하고 싶다.

친구들한테 고민 상담도 받아. 친구가 내 얘기 들어 주니까 마음이 좀 편해져.

동기들이 다른 각각 다른 지역에서 오잖아. 그러다 보니까 각각의 성격을 가지고 오는데 그럴 때마다 성격이 안 맞는 게 느껴지면 좀 스트레스를 많이 받았어.

힘들 때 좋아하는 사람이 내 옆에 있으면 좋을 것 같아.

비슷한 고민을 하고 있어서 이야기를 시작하면 시간 가는 줄 모르고 계속 이야기하게 된다.

우리 둘 다 웃음이 많은 편이 아닌데 같이 있으면 많이 웃는다. 마음도 편안하다. 행복했다.

나의 미학/비주얼적 시각, 애인의 과학/미시적 시각이 섞여 더 흥미로웠다.

혼자 있을 때 찾아오는 우울함에서 벗어나기 위해 사람을 만나고 싶다.

동기들이랑 종일 같이 있으니까 그런 우울 효과는 사라지는 느낌.

오랜만에 동기를 만나서 잠깐 푸드트럭 다녀왔는데 힐링되고... 사람 만나니까 괜히 기분이 동동... 별거 아닌데 너무 소소한 행복

혼자 앓기보다는 믿을 수 있는 사람과 소통하며 스트레스를 풀고 싶다.

도대체 이해가 안 될 때는 좀 답답하죠. 그럴 때는 혼자 끙끙대기보다는 사수님 찾아가서 여쭙보는 편이에요.

극심한 스트레스가 있다 하면, 그때는 가족들이나 정말 가까운 사람들 만나서 얘기 하거나, 그냥 좀 찡찡대면서 푸는 게 나은 것 같아요.



'타인' '변함없는 지지와 안정감을 주는 존재' '결이 잘 맞는 사람' '믿을 수 있는 사람'

인사이트 6

나의 내면을 솔직하게 표현하고 공유할 수 있는 정서적 안전지대가 필요하다.

타인에게 내 이야기를 함으로써 부정적인 감정을 해소하고 싶다.

극심한 스트레스가 있다 하면, 그때는 가족들이나 정말 가까운 사람들 만나서 얘기하거나, 그냥 좀 찡찡대면서 푸는 게 나은 것 같아요.

비슷한 고민을 하고 있어서 이야기를 시작하면 시간 가는 줄 모르고 계속 이야기하게 된다.

친구들한테 고민 상담도 받아. 친구가 내 얘기 들어 주니까 마음이 좀 편해져.

이런 일이 있었다 저런 일이 있었다 얘기하면서 기분 푸는 편이야.

거실에서 그냥 엄마랑 같이 그냥 얘기하는 거. 힘들 때 나 힘들어 좀 찡찡대기도 하고 그런 거.

결에서 변함없는 지지와 안정감을 주는 존재가 있기를 바란다.

힘들 때 좋아하는 사람이 내 옆에 있으면 좋을 것 같아.

뭔가 누가 나를 좀 안아줬으면 좋겠다 싶었어.

난 바쁜 게 끝나면 당장 바다를 봐야 되겠다고 말했어. 애인은 뭐든 함께라면 좋다고 했다.

서로의 삶과 상황에 진심으로 공감하고 솔루션을 제안하고 응원해주는 관계가 있다는 것이 참 감사하고 행복하게 느껴진다.

결이 잘 맞는 사람에게 나의 감정과 생각을 공유하고 싶다.

친구들한테 고민 상담도 받아. 친구가 내 얘기 들어 주니까 마음이 좀 편해져.

동기들이 다른 각각 다른 지역에서 오잖아. 그러다 보니까 각각의 성격을 가지고 오는데 그럴 때마다 성격이 안 맞는 게 느껴지면 좀 스트레스를 많이 받았어.

힘들 때 좋아하는 사람이 내 옆에 있으면 좋을 것 같아.

비슷한 고민을 하고 있어서 이야기를 시작하면 시간 가는 줄 모르고 계속 이야기하게 된다.

우리 둘 다 웃음이 많은 편이 아닌데 같이 있으면 많이 웃는다. 마음도 편안하다. 행복했다.

나의 미학/비주얼적 시각, 애인의 과학/미시적 시각이 섞여 더 흥미로웠다.

혼자 있을 때 찾아오는 우울함에서 벗어나기 위해 사람을 만나고 싶다.

동기들이랑 종일 같이 있으니까 그런 우울 효과는 사라지는 느낌.

오랜만에 동기를 만나서 잠깐 푸드트럭 다녀왔는데 힐링되고... 사람 만나니까 괜히 기분이 동동... 별거 아닌데 너무 소소한 행복

혼자 앓기보다는 믿을 수 있는 사람과 소통하며 스트레스를 풀고 싶다.

도대체 이해가 안 될 때는 좀 답답하죠. 그럴 때는 혼자 공감대기보다는 사수님 찾아가서 여쭙보는 편이에요.

극심한 스트레스가 있다 하면, 그때는 가족들이나 정말 가까운 사람들 만나서 얘기하거나, 그냥 좀 찡찡대면서 푸는 게 나은 것 같아요.



'타인' '변함없는 지지와 안정감을 주는 존재' '걸이 잘 맞는 사람' '믿을 수 있는 사람'

인사이트 6

나의 내면을 솔직하게 표현하고 공유할 수 있는 정서적 안전지대가 필요하다.

'사람'과의 관계를 통한 관계적 자아 형성
→ 긍정적 감정 경험
→ 사람=정서적 안전지대

타인에게 내 이야기를 함으로써 부정적인

극심한 스트레스가 있다 하면, 그때는 가족들이나 정말 가까운 사람들 만나서 얘기하거나, 그냥 좀 평평대면서 푸는 게 나은 것 같아요.

비슷한 고민을 하고 있어서 이야기를 시작하면 시간 가는 줄 모르고 계속 이야기하게 된다.

이런 일이 있었다 저런 일이 있었다 얘기하면서 기분 푸는 편이야.

거실에서 그냥 엄마랑 같이 그냥 얘기하는 거. 힘들 때 나 힘들어 좀 평평대기도 하고 그런 거.

난 바쁜 게 끝나면 당장 바다를 봐야 되겠다고 말했다. 애인은 뭐든 함께라면 좋다고 했다.

서로의 삶과 상황에 진심으로 공감하고 솔루션을 제안하고 응원해주는 관계가 있다는 것이 참 감사하고 행복하게 느껴진다.

비슷한 고민을 하고 있어서 이야기를 시작하면 시간 가는 줄 모르고 계속 이야기하게 된다.

우리 둘 다 웃음이 많은 편이 아닌데 같이 있으면 많이 웃는다. 마음도 편안하다. 행복했다.

나의 미학/비주얼적 시각, 애인의 과학/미시적 시각이 섞여 더 흥미로웠다.

게 나의 감정과 생각을 공유하고 싶다.

동기들이 다른 각각 다른 지역에서 오잖아. 그러다 보니까 각각의 성격을 가지고 오는데 그럴 때마다 성격이 안 맞는 게 느껴지면 좀 스트레스를 많이 받았어.

힘들 때 좋아하는 사람이 내 옆에 있으면 좋을 것 같아.

혼자 있을 때 찾아오는 우울함에서 벗어나기 위해 사람을 만나고 싶다.

동기들이랑 종일 같이 있으니까 그런 우울 효과는 사라지는 느낌.

오랜만에 동기를 만나서 잠깐 푸드트럭 다녀왔는데 힐링되고... 사람 만나니까 괜히 기분이 동동... 별거 아닌데 너무 소소한 행복

혼자 앓기보다는 믿을 수 있는 사람과 소통하며 스트레스를 풀고 싶다.

도대체 이해가 안 될 때는 좀 답답하죠. 그럴 때는 혼자 끙끙대기보다는 사수님 찾아가서 여쭙보는 편이에요.

극심한 스트레스가 있다 하면, 그때는 가족들이나 정말 가까운 사람들 만나서 얘기하거나, 그냥 좀 평평대면서 푸는 게 나은 것 같아요.



'타인' '변함없는 지지와 안정감을 주는 존재' '걸이 잘 맞는 사람' '믿을 수 있는 사람'

인사이트 6

나의 내면을 솔직하게 표현하고 공유할 수 있는 정서적 안전지대가 필요하다.

Q. 정서적 안전지대는 '사람'만 가능한걸까?

타인에게 내

하고 싶다.

극심한 스트레스
면, 그때는 가족들이나 정
가까운 사람들 만나서 얘기
하거나, 그냥 좀 쾅쾅대면서
푸는 게 나은 것 같아요.

이야기를 시작하면 시간 가는
줄 모르고 계속 이야기하게
된다.

친구들한테 고민 상담도
받아. 친구가 내 얘기 들어
주니까 마음이 좀 편해져.

이런 일이 있었다 저런 일이
있었다 얘기하면서
기분 푸는 편이야.

거실에서 그냥 엄마랑 같이
그냥 얘기하는 거.
힘들 때 나 힘들어
좀 쾅쾅대기도 하고 그런 거.

내 옆에 있으면 좋을 것
같아.

뭔가 두가나를 좀 안아줬으면
좋겠다 싶었어.

난 바쁜 게 끝나면 당장
바다를 봐야 되겠다고 말
했다. 애인은 뭐든 함께라
면 좋다고 했다.

서로의 삶과 상황에 진심으로
공감하고 솔루션을 제안하고
응원해주는 관계가 있다는 것
이 참 감사하고 행복하게 느
껴진다.

친구들한테 고민 상담도
받아. 친구가 내 얘기 들어
주니까 마음이 좀 편해져.

보니까 각각의 성격을
가지고 오는데 그럴 때마다
성격이 안 맞는 게 느껴지면
좀 스트레스를 많이 받았어.

정신적으로 좋아하는 사람이
내 옆에 있으면 좋을 것
같아.

비슷한 고민을 하고 있어서
이야기를 시작하면 시간 가는
줄 모르고 계속 이야기하게
된다.

우리 둘 다 웃음이 많은 편
이 아닌데 같이 있으면 많
이 웃는다. 마음도 편안하
다. 행복했다.

나의 미학/비주얼적 시각,
애인의 과학/미시적 시각
이 섞여 더 흥미로웠다.

혼자 있을 때 찾아오는 우울함에서 벗어나기 위해 사람을 만나고 싶다.

동기들이랑 동일 같이
있으니까 그런 우울 효과는
사라지는 느낌.

오랜만에 동기를 만나서 잠깐
푸드트럭 다녀왔는데
일당되고... 사람 만나니까
괜히 기분이 동동... 별거
아닌데 너무 소소한 행복

혼자 앓기보다는 믿을 수 있는 사람과 소통하며 스트레스를 풀고 싶다.

도대체 이해가 안 될 때는
좀 답답하죠. 그럴 때는 혼
자 공감대기보다는 사수님
찾아가서 여쭙보는 편이예
요.

극심한 스트레스가 있다 하
면, 그때는 가족들이나 정말
가까운 사람들 만나서 얘기
하거나, 그냥 좀 쾅쾅대면서
푸는 게 나은 것 같아요.

팩트에서 나온 “정서적 안전지대”

복잡하니까. 탁 트인 공간을 자주 원하고 찾게 돼. 생각이 정리되는 것 같기도 하고.	집은 내가 가장 편안한 공간.	집에 사탕뽑기 기계가 있는데, 그걸로 사탕을 뽑아 먹으면 기분이 좀 괜찮아져.	여자친구 만나. 만나기 카톡 하기 전화하기 사진보기. 진짜 그게 다야. 그게 제일 원가 직빵인 것 같아.	먹는 걸로 좀 기분을 많이 전환시키는 편인 것 같아. 나도 몰랐는데.	성취도나 점수가 낮다고 느껴질 땐 담배를 피우는 편이고. 항상 쉴 먹으려고 하는 것 같아.	집이 좋아. 쉴 때는 집에 많이 있지.	집? 안식처. 마음의 안식처지.	만약에 일이 생겼는데 리프레시가 안 된다 하면 그냥 저는 그날 오프 때려요. 아예.	그냥 아무 맥락도 없는 말도 안 되는 문장이더라도 일단 생각을 막 적거든요. 그러다 보면 거짓말처럼 다음 날 아침에 괜찮아져요.	생각해보면 햄스터가 별게 아닌데 저는 개네한테 의지를 되게 많이 했나봐요.	그래도 키우는 순간만큼은 개네가 원동력으로 작용한 적도 있었어요. 내가 다 포기하면 애도 굶어 죽는다. 내가 책임져야 된다.
여자친구 만나고 그럼 좋지. 스트레스가 많이 해소되는 것 같아.	그냥 저는 도서관에 앉아서 노래 들으면서 쉴 하는 걸 좋아해요.	걸으면서 생각을 정리하고 조금 내려놓기도 하면서 거기서 정리한 생각들이 원동력이 되는 것 같아요.	기분 전환할 수 있는 단 거나 커피나 음료를 사서 마시기도 해요.	크고 폭신한 곳에 몸을 탁 맡기고 내가 감싸져 있으면 좋겠다는 생각을 많이 했어요.	밖에 바람이 불 때 흔들리는 나무를 진짜 좋아해요. 그냥 보면 마음이 편안해져요.	책을 읽으면서 눈을 회복할 수도 있고.. 그리고 종이 질 감이나 아날로그 느낌을 좋 아해요.	머리가 막 복잡하다가도 산 책하면서 기분을 환기하면, 다시 새로운 마음으로 일을 할 수 있거나, 아니면 갑자 기 새로운 아이디어가 떠오 르기도 하고요.	정동길 같은 데 가면, 옛날 한옥 느낌도 있고 꽃이랑 나 무도 있어서 되게 리프레시 가 잘 되는 것 같아요.	제가 좋아하는 음악을 듣는 식으로 기분을 전환하기도 하고요.	일상적인 스트레스 같은 경 우에는 혼자 푸는 걸 더 좋 아하는 것 같아요.	머리가 복잡할 때 자연 있는 곳에서 계속 걷다 보면, 머 릿속이 정리되는 느낌이 있 어요.
우드 제품을 좋아하는 것 같 아. 식물 냄새 맡는 것도 좋 아합니다.	한강에서 그냥 돛자리 펴고 누워 있고 싶어. 바람 맞으 면서 햇빛도 진짜 최고.. 사 람이 많이 없으면 좋겠어. 근데 또 너무 없으면 무서우 니까 조금은 있으면 좋겠 어.	아무 생각 없이 오로지 식물 과 나만 생각을 하면서, 애 상때 체크하고 물 주고 햇빛 주면서 나도 같이 햇빛도 쬐 고 멍 때리는 것 같아.	일단은 너무 바쁘게 살다가 ‘우리 아기들~’ 하고 한 번 씩 만지면서, ‘물은 충분하 니? 뭐 마시고 싶니?’ 말도 걸고	선선하고 바람 송송 들어오 고, 노래는 잔잔하게 틀어 놓는 것을 좋아합니다.	요즘은 봄바람 말으면서 쉬 는 거요. 대신 할일이 아무 것도 없어야 해요.	기분 전환이 필요한 작은 스 트레스는 밖에서 푸는 걸 좋 아해요.	먹을 걸 사는 편이에요. 그 냥 맛있는 거 사 먹으면서 기분 전환하는 경우가 많고 요.	일단 회사에서는 회의실을 좋아하고요. 거기가 통풍이 되게 잘 되고 앞에 초등학교 가 보여요. 그리고 혼자 있을 수 있어서 좋아하고요.	제가 탁 트인 공간을 되게 좋아해요. 제 방은 좀 답답 한 느낌이 있어서, 원가 밖 으로 나가서 탁 트인 공간에 있고 싶어 하는 것 같아요.	복잡할 때 달달구리 커피를 마셔. 스타벅스 톨체라떼.	일상에서 벗어나서 좋아하는 걸 볼 수 있으니까 좋아해요.
그냥 오동통하게 자라 있는 모습 보면 너무 귀엽고 쪼만 한 게 자라기도 하고 지기도 한다는 게 신기하고	그 식물을 왕창 위로 쌓아놓 고 싶달까. 온전히 내 공간 처럼!	그래도 보고 싶었던 영상을 보면서 맛있게 먹으면서 조금 이나마 힐링 시간을 보냈다.	이런 감정을 외면하고 떨쳐내 기 위해서 낮잠을 잤다.	달달 + 커피 + 맛있는 거를 먹으니까 그나마 위트가 됐 다.	귀엽고 말랑한 걸 보거나 만 지면 조금이나마 기분도 말랑 해지는 것 같다.	공원 같은 데 가서 그냥 멍 때리 고 돛자리 펴놓고 바람 맞고 햇빛 맞고 그런 게 힐링인 것 같아요.	거실에서 그냥 엄마랑 같이 그냥 얘기하는 거 힘들 때 나 힘들어 좀 정정대기도 하고 그런 거 좋아요.	기분 전환을 하기 위해서 노래를 들어. 듣거나 아니면은 일부러 요즘 아이들 노래를 들어 하츠루하츠 노래를 듣거나 약간 신나는 거	생각만 하면은 자꾸 머리에서 맴도니까 많은 것 같은 거야. 근데 그거를 막상 노트에 써 보면은 그렇게 많은 것 도 아닌 거지.	그래서 그 기억으로도 지금도 힘들 때 그 드라마를 다시 들려보고는 해.	코멘트가 재밌기도 하고 그때 이런 얘기가 있었지 하 면서 그 코멘트도 응원해 주 는 메시지가 많아서 그 노트 정리본이 가장 약간 좀 힘이 되는 것 같아.
식물 보는 걸 좋아합니다.	저는 잠 자는 게 제일 좋아 요. 제일 편안하고 아무 생 각이 없는 상태로 휴식할 수 있어요.	제 도피처는 침대에서 이불 덮고 있기입니다.	진짜 우울할 때는 종이에 아 무 말이나 끄적이면서 감정 을 쓰고 찢어서 버려버려요.	기분전환하고 싶을 때 밖으 로 나가려고 해요.	중학생 때부터 기분 안 좋으 면 한강을 갔어요.	기도하고 말씀 읽는 데에서 삶을 살아갈 힘을 얻는 것 같아요.	부정적인 감정이 들 때 기록 을 많이 해요.	우드 가구, 풀 등이 주는 심 신의 안정을 느껴요.			

산책, 노래, 달달구리, 집, 한강, 자연, 탁트인 공간, 종교 등등

= 사람이 아니어도 정서적 안전지대로 작용하는 것이 많다!



팩트에서 나온 “정서적 안전지대” 中

저 꽃이랑 풀 다 좋아하고. 보는 것도 좋아하고 향도 좋아하고.	저 꽃도 되게 좋아해서 그냥 물병에 꽃아 놓고 이런 거 되게 좋아하거든요.	그 식물이 점점 커가 는 걸 보면서 계절 변화도 느끼고 되게 행복했던 기억이 있었어요.	그냥 개를 보면은 기 분이 좋아져. 확실히 초록초록한 게 기분 이 좋아지는 것 같아.	다시 삶에 대한 욕구 가 다시 떠올라. 식물을 보면.	사람들이 살아가는 모습 시장 그리고 자연의 모습 이런 것 들을 굉장히 보는 걸 좋아해요.	식물이 변화하고 자라 는 걸 보는 게 기뻐.
원래 무언가를 키우는 거 자 체를 좋아해요.	생명이 자라는 걸 보면서 “재밌다, 예쁘다, 귀엽다, 흥 미롭다, 다른 것도 보고 싶 다!”라는 생각과 감정에 폭 빠지게 됐어요.	식물 보는 걸 좋아합니다.	식물을 키우는 재미를 못 느 끼지만 식물을 보면 힐링이 되긴 해요.	식물 자체를 좋아한다기보 다는 자연을 좋아하는 것 같 아요.		
벚꽃이 예쁘게 핀 길을 걸으 니 기분이 좋아졌다.	엄청 진한 분홍 꽃을 보고 있 으면 기분이 좋아진다.	자연이 주는 에너지가 큰 것 같다.	괜히 기특하게 느껴지기도 하 고 나도 애네들처럼 오늘 하 루를 활기차게 피워내고 싶다 는 생각이 들었다.	식물, 자연은 바라보면 생동 감이 있고 생명력이 있는 게 너무 신기해서 좋아합니다.	우드 가구, 풀 등이 주는 심 신의 안정을 느껴요.	
그냥 오동통하게 자라 있는 모습 보면 너무 귀엽고 쪼만 한 게 자라기도 하고 지기도 한다는 게 신기하고	내가 좋아하는 사람이 식물 을 좋아하니까 나도 따라서 좋아하게 된 것 같아.	새 잎이 났을 때, 새순이 났 을 때가 제일 짜릿하고요.	아무 생각 없이 오로지 식물 과 나만 생각을 하면서, 애 상태 체크하고 물 주고 햇빛 주면서 나도 같이 햇빛도 쬐 고 멍 때리는 것 같아.	나는 분명히 신경 써주고 막 분갈이도 난리 부르스 치면 서 진짜 엄청 열심히 해왔는 데 죽으니까 너무 슬펐어.	일단은 너무 바쁘게 살다가 '우리 아기들~' 하고 한 번 씩 만지면서, '물은 충분하 니? 뭐 마시고 싶니?' 말도 걸고	그 식물을 왕창 위로 쌓아놓 고 싶달까. 온전히 내 공간 처럼!

“ 식물 ”



정서적 안전지대를 만드는 특성

현재에 충실한
능동적인 존재

같은 지구를 살아가는
식구

변함없이
자리를 지키는 존재

싱그러움이 주는
시각적 효과

다양한 자료에 따르면 식물은 실제로...



푸드아이콘

<https://www.foodicon.co.kr> > news > articleView :

“식물이 주는 안정감, 뇌가 먼저 반응”...농진청, 3차원 실험 ...

2026. 3. 19. — 식물이 주는 편안함은 단순한 감정이 아니라, 실제 뇌의 반응이라는 사실이 과학적으로 확인됐다. 특히 식물의 입체적(3차원) 시각 자극이 인간의 정서 ...



문화매일 · www.dailyculture.kr

반려 식물 키우면 '심리적 안정감' 얻을 수 있어

2024.09.09. 반려 식물 키우면 '심리적 안정감' 얻을 수 있어 1인 가구와 노령층 비율이 늘어나며 반려 식물이 인기를 끌고 있다. 반려... 특히 식물 기르기의 정서적 효과에 대한 공감 정도는 정서적 안정이 77%로 가장 높았고, 행복감 증가 73%, 우울증 감소 68... ◆초보자가 키우기 좋은 반려 식물◆ 농촌진흥청에서 알려주는 초보자도 쉽게 ...



연합뉴스

<https://www.yna.co.kr> > 최신뉴스 :

반려식물이 건넨 위로...식집사 고립청년 우울감↓ 자기효능감

2024. 11. 4. — (서울=연합뉴스) 윤보람 기자 = 서울시가 고립·은둔청년에게 반려식물을 나눠주고 참여형 프로그램을 운영한 결과 우울감이 낮아지고 자기효능감은 높 ...



아시아투데이 · www.asiatoday.co.kr

미세먼지 줄이고 심리안정 돕고...반려식물의 힘

2019.05.16. #서울시에 거주하는 A씨는 최근 미세먼지가 심해지자 실내 공기 정화를 위해 식물을 키우고 있다. A씨는 “식물을 기르며 정서적 안정 등 반려식물이 주는 심리적 효과를 얻고 있다”며 만족하고 있다.최근 들어 미세먼지의 발생 빈도가 늘면서 실내 공기 정화에 대한 관심이 높..



Q 식물 재배가 제공하는 심리적·정서적 효과?

집안 분위기가 밝아졌다

44.0%

일상 속 소소한 기쁨을 준다

43.8%

힐링이 되는 느낌이다

38.4%

집안 공기가 맑아진 것 같다

35.9%

책임감이 생긴 것 같다

20.7%

성격이 온화해진 느낌이 든다

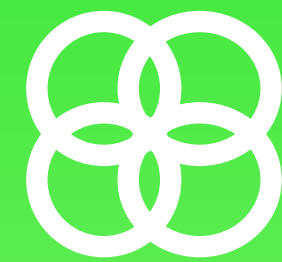
14.3%



그래픽 tong+

자료 엠브레인 트렌드모니터

대상 전국 만19~59세 성인남녀 중 식물 키우고 있는 사람 580명



아이디어 시트 & Yes! and...



아이디어 시트: 아이디어의 콘셉트, 작동 방식, 고객 가치를 한 장에 정리하며 창의적인 브랜드 아이디어를 구체화하는 도구

아이디어 시트

작성자

No.

아이디어 제목 Title 아이디어 특징을 잘 표현하는 제목을 작성합니다.	
아이디어 스케치 Visualization 아이디어의 기능이나 고객이 이용하는 시나리오 등 아이디어가 어떻게 작동하는지를 이해할 수 있도록 시각화합니다.	아이디어 설명 Description 어떤 기기나 서비스이며, 어떤 기능이 있는지, 고객이 어떻게 이용할 수 있는지를 설명합니다.
	고객 가치 Customer Value Proposition 아이디어가 고객의 어떤 니즈를 해결하고 있는지, 이 아이디어가 구현되면 고객에게 어떤 가치를 줄 수 있는지를 작성합니다.

아이디어 시트를 활용해 총 11가지의 브랜드 아이디어를 도출했습니다.

아이디어 시트

작성자: 우태원 No. 3

아이디어 제목

SCAMPER (R 반대로 하기) : 특출난 재능을 가진 티탄에게 주목하는 청년들 → 특출나지 못하는 나의 재능에 주목
어쩌면 재능없어도? (매력한 재능을 기능성으로 발전하는 모임 혹은 공간)

아이디어 스케치

아이디어를 기능성이나 구체적인 제품화는 아니지만, 아이디어를 통해 아이디어가 어떻게 적용되는지를 확인할 수 있도록 시각화합니다.

아이디어가 설명

아이디어가 구체적이며 나쁘게 생각할 수 있는 아이디어를 설명합니다.

- 특출난 재능이 아니라고 여겨 쉽게 지나칠만한 작은 능력들을 다시 발견하는 모임 & 발견하게 하는 도구
- 모르는 도를 뛰어난 사람들의 아이디어를 보게 되면서는 특별한 재능이 없다고 느껴진다.
- 모르는 도를 뛰어난 사람들의 아이디어를 보게 되면서는 특별한 재능이 없다고 느껴진다.
- 모르는 도를 뛰어난 사람들의 아이디어를 보게 되면서는 특별한 재능이 없다고 느껴진다.

아이디어가 구체적이며 나쁘게 생각할 수 있는 아이디어를 설명합니다.

아이디어가 구체적이며 나쁘게 생각할 수 있는 아이디어를 설명합니다.

아이디어가 구체적이며 나쁘게 생각할 수 있는 아이디어를 설명합니다.

아이디어 시트

작성자: 오다현 No. 2

아이디어 제목

반려식물 + 나뭇잎 + 유네이션 + 친구 : 달산에게 딱 맞는 식물은? 페스널 식물 전시 서비스

아이디어 스케치

아이디어를 기능성이나 구체적인 제품화는 아니지만, 아이디어를 통해 아이디어가 어떻게 적용되는지를 확인할 수 있도록 시각화합니다.

아이디어가 설명

아이디어가 구체적이며 나쁘게 생각할 수 있는 아이디어를 설명합니다.

- 달산에게 딱 맞는 식물 전시 서비스
- 달산에게 딱 맞는 식물 전시 서비스
- 달산에게 딱 맞는 식물 전시 서비스

아이디어가 구체적이며 나쁘게 생각할 수 있는 아이디어를 설명합니다.

아이디어가 구체적이며 나쁘게 생각할 수 있는 아이디어를 설명합니다.

아이디어가 구체적이며 나쁘게 생각할 수 있는 아이디어를 설명합니다.

아이디어 시트

작성자: 박서연 No. 1

아이디어 제목

식물 + 양배추 + 놀이터: 어른들을 위한 자연 놀이터

아이디어 스케치

아이디어를 기능성이나 구체적인 제품화는 아니지만, 아이디어를 통해 아이디어가 어떻게 적용되는지를 확인할 수 있도록 시각화합니다.

아이디어가 설명

아이디어가 구체적이며 나쁘게 생각할 수 있는 아이디어를 설명합니다.

- 식물 + 양배추 + 놀이터: 어른들을 위한 자연 놀이터
- 식물 + 양배추 + 놀이터: 어른들을 위한 자연 놀이터
- 식물 + 양배추 + 놀이터: 어른들을 위한 자연 놀이터

아이디어가 구체적이며 나쁘게 생각할 수 있는 아이디어를 설명합니다.

아이디어가 구체적이며 나쁘게 생각할 수 있는 아이디어를 설명합니다.

아이디어가 구체적이며 나쁘게 생각할 수 있는 아이디어를 설명합니다.

아이디어 시트

작성자: 우태원 No. 1

아이디어 제목

SCAMPER (P 다른 용도로 사용하기) : 식물들 단순히 기르는 대상이 아니라 나를 이해하는 도구로 사용
나는 어떤 식물일까? (내가 잘 지내는 식물들 알아보는 식물 유망테스트)

아이디어 스케치

아이디어를 기능성이나 구체적인 제품화는 아니지만, 아이디어를 통해 아이디어가 어떻게 적용되는지를 확인할 수 있도록 시각화합니다.

아이디어가 설명

아이디어가 구체적이며 나쁘게 생각할 수 있는 아이디어를 설명합니다.

- SCAMPER (P 다른 용도로 사용하기) : 식물들 단순히 기르는 대상이 아니라 나를 이해하는 도구로 사용
- SCAMPER (P 다른 용도로 사용하기) : 식물들 단순히 기르는 대상이 아니라 나를 이해하는 도구로 사용
- SCAMPER (P 다른 용도로 사용하기) : 식물들 단순히 기르는 대상이 아니라 나를 이해하는 도구로 사용

아이디어가 구체적이며 나쁘게 생각할 수 있는 아이디어를 설명합니다.

아이디어가 구체적이며 나쁘게 생각할 수 있는 아이디어를 설명합니다.

아이디어가 구체적이며 나쁘게 생각할 수 있는 아이디어를 설명합니다.

아이디어 시트

작성자: 박서연 No. 2

아이디어 제목

식물 + 소개성 + 선물 : 식물들 매개로 타인과 마음을 나누는 공간

아이디어 스케치

아이디어를 기능성이나 구체적인 제품화는 아니지만, 아이디어를 통해 아이디어가 어떻게 적용되는지를 확인할 수 있도록 시각화합니다.

아이디어가 설명

아이디어가 구체적이며 나쁘게 생각할 수 있는 아이디어를 설명합니다.

- 식물 + 소개성 + 선물 : 식물들 매개로 타인과 마음을 나누는 공간
- 식물 + 소개성 + 선물 : 식물들 매개로 타인과 마음을 나누는 공간
- 식물 + 소개성 + 선물 : 식물들 매개로 타인과 마음을 나누는 공간

아이디어가 구체적이며 나쁘게 생각할 수 있는 아이디어를 설명합니다.

아이디어가 구체적이며 나쁘게 생각할 수 있는 아이디어를 설명합니다.

아이디어가 구체적이며 나쁘게 생각할 수 있는 아이디어를 설명합니다.

아이디어 시트

작성자: 노가영 No. 1

아이디어 제목

[오마카세 + 반역식물] 마음 전선 식물 오마카세

아이디어 스케치

아이디어를 기능성이나 구체적인 제품화는 아니지만, 아이디어를 통해 아이디어가 어떻게 적용되는지를 확인할 수 있도록 시각화합니다.

아이디어가 설명

아이디어가 구체적이며 나쁘게 생각할 수 있는 아이디어를 설명합니다.

- [오마카세 + 반역식물] 마음 전선 식물 오마카세
- [오마카세 + 반역식물] 마음 전선 식물 오마카세
- [오마카세 + 반역식물] 마음 전선 식물 오마카세

아이디어가 구체적이며 나쁘게 생각할 수 있는 아이디어를 설명합니다.

아이디어가 구체적이며 나쁘게 생각할 수 있는 아이디어를 설명합니다.

아이디어가 구체적이며 나쁘게 생각할 수 있는 아이디어를 설명합니다.

아이디어 시트

작성자: 우태원 No. 2

아이디어 제목

SCAMPER (E 제거하기) : 장난감에서 흔히 따라오는 취입, 찢음, 상과, 향기 등의 요소를 제거
청년 놀이터 (행기없이 나를 싹싹해보는 자기탐색공간)

아이디어 스케치

아이디어를 기능성이나 구체적인 제품화는 아니지만, 아이디어를 통해 아이디어가 어떻게 적용되는지를 확인할 수 있도록 시각화합니다.

아이디어가 설명

아이디어가 구체적이며 나쁘게 생각할 수 있는 아이디어를 설명합니다.

- SCAMPER (E 제거하기) : 장난감에서 흔히 따라오는 취입, 찢음, 상과, 향기 등의 요소를 제거
- SCAMPER (E 제거하기) : 장난감에서 흔히 따라오는 취입, 찢음, 상과, 향기 등의 요소를 제거
- SCAMPER (E 제거하기) : 장난감에서 흔히 따라오는 취입, 찢음, 상과, 향기 등의 요소를 제거

아이디어가 구체적이며 나쁘게 생각할 수 있는 아이디어를 설명합니다.

아이디어가 구체적이며 나쁘게 생각할 수 있는 아이디어를 설명합니다.

아이디어가 구체적이며 나쁘게 생각할 수 있는 아이디어를 설명합니다.

아이디어 시트

작성자: 박서연 No. 3

아이디어 제목

식물 + 캠프 + 오마카세 : 식물 오마카세 캠프

아이디어 스케치

아이디어를 기능성이나 구체적인 제품화는 아니지만, 아이디어를 통해 아이디어가 어떻게 적용되는지를 확인할 수 있도록 시각화합니다.

아이디어가 설명

아이디어가 구체적이며 나쁘게 생각할 수 있는 아이디어를 설명합니다.

- 식물 + 캠프 + 오마카세 : 식물 오마카세 캠프
- 식물 + 캠프 + 오마카세 : 식물 오마카세 캠프
- 식물 + 캠프 + 오마카세 : 식물 오마카세 캠프

아이디어가 구체적이며 나쁘게 생각할 수 있는 아이디어를 설명합니다.

아이디어가 구체적이며 나쁘게 생각할 수 있는 아이디어를 설명합니다.

아이디어가 구체적이며 나쁘게 생각할 수 있는 아이디어를 설명합니다.

아이디어 시트

작성자: 노가영 No. 2

아이디어 제목

[공유주방 + 세시지 + 친구] 직접 키운 식물로 하는 소셜 다이닝

아이디어 스케치

아이디어를 기능성이나 구체적인 제품화는 아니지만, 아이디어를 통해 아이디어가 어떻게 적용되는지를 확인할 수 있도록 시각화합니다.

아이디어가 설명

아이디어가 구체적이며 나쁘게 생각할 수 있는 아이디어를 설명합니다.

- [공유주방 + 세시지 + 친구] 직접 키운 식물로 하는 소셜 다이닝
- [공유주방 + 세시지 + 친구] 직접 키운 식물로 하는 소셜 다이닝
- [공유주방 + 세시지 + 친구] 직접 키운 식물로 하는 소셜 다이닝

아이디어가 구체적이며 나쁘게 생각할 수 있는 아이디어를 설명합니다.

아이디어가 구체적이며 나쁘게 생각할 수 있는 아이디어를 설명합니다.

아이디어가 구체적이며 나쁘게 생각할 수 있는 아이디어를 설명합니다.

아이디어 시트

작성자: 오다현 No. 1

아이디어 제목

SCAMPER (A 응용하기 + C 결합하기) : 식물 싹싹테스트

아이디어 스케치

아이디어를 기능성이나 구체적인 제품화는 아니지만, 아이디어를 통해 아이디어가 어떻게 적용되는지를 확인할 수 있도록 시각화합니다.

아이디어가 설명

아이디어가 구체적이며 나쁘게 생각할 수 있는 아이디어를 설명합니다.

- SCAMPER (A 응용하기 + C 결합하기) : 식물 싹싹테스트
- SCAMPER (A 응용하기 + C 결합하기) : 식물 싹싹테스트
- SCAMPER (A 응용하기 + C 결합하기) : 식물 싹싹테스트

아이디어가 구체적이며 나쁘게 생각할 수 있는 아이디어를 설명합니다.

아이디어가 구체적이며 나쁘게 생각할 수 있는 아이디어를 설명합니다.

아이디어가 구체적이며 나쁘게 생각할 수 있는 아이디어를 설명합니다.

아이디어 시트

작성자: 노가영 No. 3

아이디어 제목

[캠프 + 행진지 + 반역식물] 식물 성장 & 캠프 기획

아이디어 스케치

아이디어를 기능성이나 구체적인 제품화는 아니지만, 아이디어를 통해 아이디어가 어떻게 적용되는지를 확인할 수 있도록 시각화합니다.

아이디어가 설명

아이디어가 구체적이며 나쁘게 생각할 수 있는 아이디어를 설명합니다.

- [캠프 + 행진지 + 반역식물] 식물 성장 & 캠프 기획
- [캠프 + 행진지 + 반역식물] 식물 성장 & 캠프 기획
- [캠프 + 행진지 + 반역식물] 식물 성장 & 캠프 기획

아이디어가 구체적이며 나쁘게 생각할 수 있는 아이디어를 설명합니다.

아이디어가 구체적이며 나쁘게 생각할 수 있는 아이디어를 설명합니다.

아이디어가 구체적이며 나쁘게 생각할 수 있는 아이디어를 설명합니다.



'Yes! and...'로 팀원들의 의견을 더하며 초기 아이디어를 확장했습니다.

아이디어 시트

작성자: 우태원No. 3

아이디어 제목

SCAMPER (8 번대로 하기) : 특수난 재능을 가진 티잔에게 주워하는 청진렌 → 특수난지 보이는 나의 재능에 주워 어쨌면 재능일수도? (예제한 재능을 가능성으로 발견하는 모임 혹은 도구)

아이디어 스케치

토끼를 제공해주고 사람들이 골라서 참여하도록 만들어도 좋겠어요

교육을 도구처럼 카드로 만들어서 자유롭게 사용할 수 있도록 고객에게 제공해도 좋을 것 같아요

가능성이라 생각되는 것들을 다 모아서 붙이고 한번에 볼 수 있는 게시판도 있으면 좋겠어요

실책 한층연에 제팅를처럼 각자 다른 방식에 제팅으로 대화를 나누면 더욱 진술한 대화 가능할 것 같아요

가령이 아이디어보고 생각했는데, 그 컨셉이치고 연애인데, 일반인 생아서 대 화하는 프로그램? 저럼 공간을 구성해줘도 좋겠어요

아이디어 시트

작성자: 우태원No. 1

아이디어 제목

SCAMPER (P 다른 용도로 사용하기) : 식물들 단순적 기로는 대상이 아니라 나를 이해하는 도구로 사용 나는 어떤 식물일까? (내가 잘 지라는 환경을 알아보는 식물 유형테스트)

아이디어 스케치

진단에 맞는 아이들을 실제로 얻을 수 있으면 더더 좋을 것 같아요

미똥한 느낌의 ui이면 좋겠어요

각 식물 유형을 캐릭터화 해서 더 쉽고 보기 좋게 만들면 좋을 것 같아요

MBTI같은 개념이라 많은 사람들이 접사해볼 것 같아요. 유형을 아는 거에서 그치지 말고 실제 식물로 배송되거나, 온라인에서 <푸 키우기> >게임처럼 키를 수 있어도 좋을 것 같아요

고객 가치

아이디어가 구체적이거나 타인을 자극하고 있거나, 아이디어가 구체적인 것이라면 고객에게 가치를 줄 수 있는지를 판단합니다.

• 고객에게 주는 통조 유품의 방식은 중요함.

• 자신들 위해 지어는 존재를 이해하고 스스로를 위로·소통하게 함

아이디어 시트

작성자: 우태원No. 2

아이디어 제목

SCAMPER (E 제거하기) : 청진공관에서 흔히 따라오는 취침, 청진, 성가, 향기 등의 요소를 제거 청진 놀이터 (평가없이 나를 실험해보는 자기탐색공간)

아이디어 스케치

새롭게 알게된 나를 데이트해해서(?) 보여주면 좋을 것 같아요

컨텐츠를 제공하는 zone도 있지만 그냥 사색과 생각할 수 있는 편안한 공간을 제공해도 좋을 것 같아요

공간이 오프라인 공간이 아니더라도 관찰을 것 같아요

자기탐색 체험만 할 수 있는 곳보다, 진짜 진다발에 빈백 등도 배치해둘 수 있는 진정한 공간도 함께 구성되면 더욱 더 나에 대해 생각하는 시간을 가질 수 있을 것 같아요

고객 가치

아이디어가 구체적이거나 타인을 자극하고 있거나, 아이디어가 구체적인 것이라면 고객에게 가치를 줄 수 있는지를 판단합니다.

• 고객에게 주는 통조 유품의 방식은 중요함.

• 자신들 위해 지어는 존재를 이해하고 스스로를 위로·소통하게 함

아이디어 시트

작성자: 오다현No. 1

아이디어 제목

SCAMPER (A 응용하기 + C 결합하기) : 식물학 실험소

아이디어 스케치

대화가 물꼬를 트도록 도구를 제공해줘도 좋겠어요

식물에 대한 고민은 보통 식물이 잘 자라지 않는다 등의 고민일텐데, 그 고민을 실질적으로 해결할 수 있도록 돕는 도구를 판매하는 공간도 있으면 좋을 것 같아요.

시간이 종료됐을 때 상대의 말이나 위로가 도움이 됐다고 평가하면 그 사람에게 리워드 증정하는 시스템이면 좋겠어요

이미 키우고 있는 식물을 데리고 와서 해도 재밌을 것 같아요. 살짝 내 세끼 자랑 + 내 식물 건강 관리?

고객 가치

아이디어가 구체적이거나 타인을 자극하고 있거나, 아이디어가 구체적인 것이라면 고객에게 가치를 줄 수 있는지를 판단합니다.

• 고객에게 주는 통조 유품의 방식은 중요함.

• 자신들 위해 지어는 존재를 이해하고 스스로를 위로·소통하게 함

아이디어 시트

작성자: 오다현No. 2

아이디어 제목

변화식물 + 나다름 + 큐레이션 + 친구 : 달산에게 딱 맞는 식물은? 피스널 식물 선택 서비스

아이디어 스케치

실제 식물을 판매하는 공간도 마련해두고 사람들이 나눈 코멘트를 중심으로 식물을 설명? 공간을 구성해도 좋겠어요

오늘 소개한 식물들 키워볼 수 있는 기회를 제공하면 좋을 것 같아요

큐레이션했던 식물들 모아두는 공간이 있으면 좋겠어요

서연이의 <어른들을 위한 놀이>와 결합해서 외부에서 살랑거리는 바깥 앞에서 시바스를 청취하면 힐링되고 좋을 것 같아요

고객 가치

아이디어가 구체적이거나 타인을 자극하고 있거나, 아이디어가 구체적인 것이라면 고객에게 가치를 줄 수 있는지를 판단합니다.

• 고객에게 주는 통조 유품의 방식은 중요함.

• 자신들 위해 지어는 존재를 이해하고 스스로를 위로·소통하게 함

아이디어 시트

작성자: 박서연No. 2

아이디어 제목

식물 + 소개팅 + 선물 : 식물들 매개로 타인과 마음을 나누는 공간

아이디어 스케치

자연의 소리가 들렸으면 좋겠어요

대이트 코스로도 좋아보여요 * 식물이 처음이어서 어려움 사를 위해, 식물의 의미나 효능을 알려주는 공간이 있으면 좋을 것 같아요. 이런 기본/상대방에 대한 식물들 추천한다는 내용이 담으면 좋을 것 같아요.

메시지 작성, 패키지 후 진달까지 바로 다 가능하게 해서 현장에서 서로 교환하면 더욱 의미있을 것 같아요

고객 가치

아이디어가 구체적이거나 타인을 자극하고 있거나, 아이디어가 구체적인 것이라면 고객에게 가치를 줄 수 있는지를 판단합니다.

• 고객에게 주는 통조 유품의 방식은 중요함.

• 자신들 위해 지어는 존재를 이해하고 스스로를 위로·소통하게 함

아이디어 시트

작성자: 박서연No. 3

아이디어 제목

식물 + 캡슐 + 오피카세 : 식물 오피카세 캡슐

아이디어 스케치

캡슐을 뽑는 것도 좋지만 선택하는 것도 좋겠어요

식물 캡슐에 넣는 것이 실현 불가능하다면, 일단 봉기 캡슐 안에 그 식물에 이미지? 그레 식물 캡슐에 디자인해서 넣어두는 캡슐 것 같아요 보라 컬러 + 브랜 드캡슐 일러스트

캡슐에 랜덤 씨앗을 넣어서 가져와 만들고 사람들이 이쁘게 줄기 있게 하면 재미있을 것 같아요

오프라인 스토어도 좋지만, 진짜 가치있는 길거리 에넵이 있고도 좋을 것 같아요.

고객 가치

아이디어가 구체적이거나 타인을 자극하고 있거나, 아이디어가 구체적인 것이라면 고객에게 가치를 줄 수 있는지를 판단합니다.

• 고객에게 주는 통조 유품의 방식은 중요함.

• 자신들 위해 지어는 존재를 이해하고 스스로를 위로·소통하게 함

아이디어 시트

작성자: 노가람No. 3

아이디어 제목

[캡슐 + 플랜지 + 랜더식물] 식물 성장 & 감상 기록 앱

아이디어 스케치

앱에서 어떻게 관리하는지 문답 가능도 있으면 좋겠어요

일기를 쓸 때 자체에서 브금이나오면 좋을 것 같아요 (배경음 on/off버튼)

각자의 식물 사진들 공유하는 커뮤니티 같은 메뉴도 있으면 좋겠어요

일기를 쓰면 내 식물이 답변을 해주거나 외향에 변화가 생기는 방식으로 해서, 식물들 진짜 식구로 생각할 수 있도록 만들어주면 카우는 데 더욱 흥미할 수 있을 것 같아요

고객 가치

아이디어가 구체적이거나 타인을 자극하고 있거나, 아이디어가 구체적인 것이라면 고객에게 가치를 줄 수 있는지를 판단합니다.

• 고객에게 주는 통조 유품의 방식은 중요함.

• 자신들 위해 지어는 존재를 이해하고 스스로를 위로·소통하게 함

아이디어 시트

작성자: 박서연No. 1

아이디어 제목

식물 + 양매리기 + 놀이터 : 어른들을 위한 자연 놀이터

아이디어 스케치

대화를 나누는 공간, 혼자 사색하는 공간 등 유형별로 줄기 수 있는 놀이 공간을 구성해도 좋겠어요

순수하게 '말'만을 위한 공간인지, 어쨌 카운 공간처럼 활용 해도 되는 공간인지, 어쨌 자유롭게 어쨌가나 해도 되는 공간인지 그 정도를 정해보면 좋을 것 같아요

혼자서도 부담없이 사용할 수 있게 파티션 같은 걸로 공간 분리? 잘 되어 있으면 좋겠어요

아이디어 만큼 장기적인 공연이랑, 다관 선배님 아이디어 <피스널 식물 진단>이랑 결합해도 좋을 것 같아요

고객 가치

아이디어가 구체적이거나 타인을 자극하고 있거나, 아이디어가 구체적인 것이라면 고객에게 가치를 줄 수 있는지를 판단합니다.

• 고객에게 주는 통조 유품의 방식은 중요함.

• 자신들 위해 지어는 존재를 이해하고 스스로를 위로·소통하게 함

아이디어 시트

작성자: 노가람No. 1

아이디어 제목

[오피카세 + 랜더식물] 마음 전단 식물 오피카세

아이디어 스케치

혼자서도 볼거리를 잘 하도록 있으면 좋겠어요

공간에 자연적 요소가 많으면 좋겠어요. 자연 소리 + 물 + 쾌적한 공기

적은 마음 전단 리스트에 맞게 전무가 다양한 심리 상담도 해주면 좋겠어요

한 타임에 소수의 인원만 받고, 이시간 랜더처럼 개인별로 간이 랜더치 나하 아있으면 좋을 것 같아요

고객 가치

아이디어가 구체적이거나 타인을 자극하고 있거나, 아이디어가 구체적인 것이라면 고객에게 가치를 줄 수 있는지를 판단합니다.

• 고객에게 주는 통조 유품의 방식은 중요함.

• 자신들 위해 지어는 존재를 이해하고 스스로를 위로·소통하게 함

아이디어 시트

작성자: 노가람No. 2

아이디어 제목

[공유주방 + 세시퍼 + 친구] 직접 키운 식물로 하는 소셜 다이너

아이디어 스케치

태밍 아이디어와 결합해도 좋을 듯 해요

하루 식물 이외에도 열매를 맺는 식물도 추가하면 어떨까요?.. (ex.참토마토)

저소셜 다이너를 진행할 수 있는 공간까지 제공해주면 좋겠어요

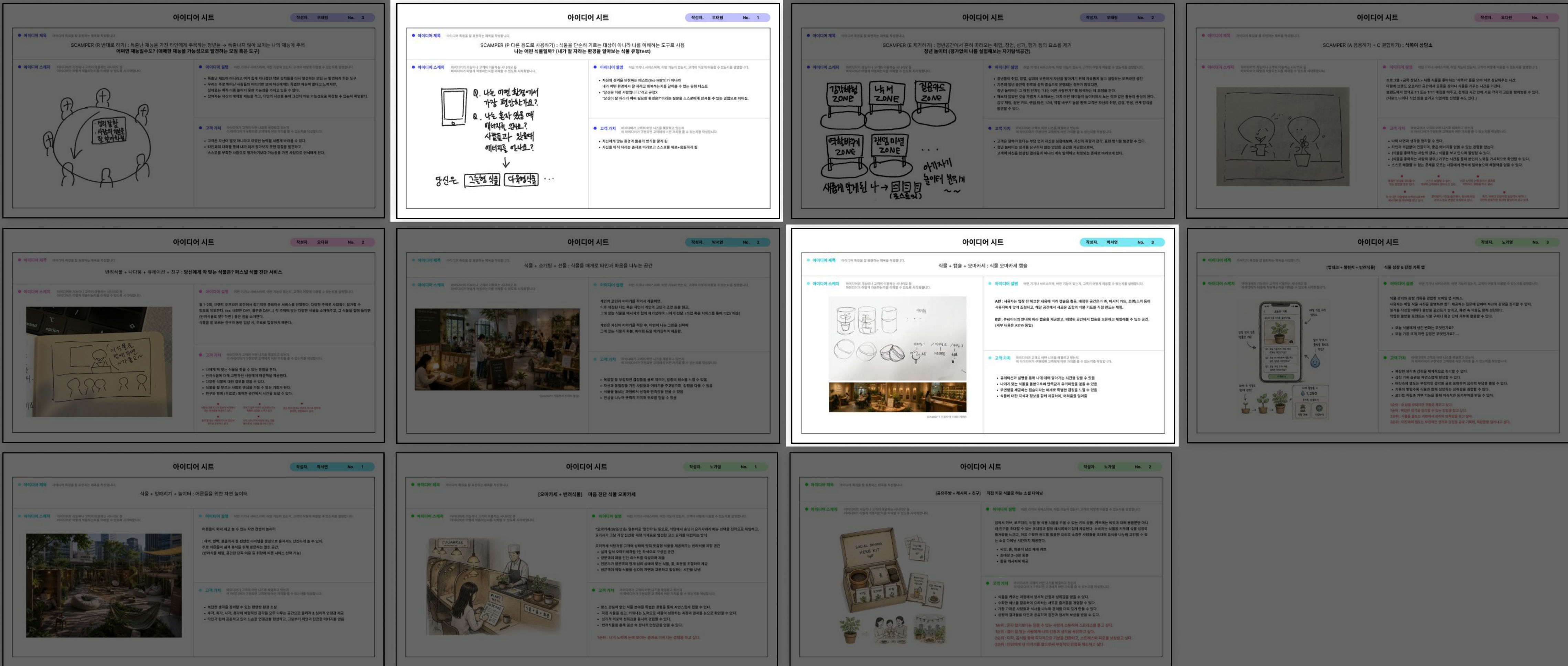
집에 초대하기 부담스러울 수도 있어서 식물들 키워서 가지고 오면 그럴 요리를 해주는 서비스도 재밌을 것 같아요

고객 가치

아이디어가 구체적이거나 타인을 자극하고 있거나, 아이디어가 구체적인 것이라면 고객에게 가치를 줄 수 있는지를 판단합니다.

• 고객에게 주는 통조 유품의 방식은 중요함.

• 자신들 위해 지어는 존재를 이해하고 스스로를 위로·소통하게 함





아이디어 시트

작성자. 박서연No. 3

아이디어 제목

아이디어 특징을 잘 표현하는 제목을 작성합니다.

식물 + 캡슐 + 오마카세 : 식물 오마카세 캡슐

아이디어 스케치

아이디어의 기능이나 고객이 이용하는 시나리오 등 아이디어가 어떻게 작동하는지를 이해할 수 있도록 시각화합니다.



(ChatGPT 사용하여 이미지 생성)

아이디어 설명

어떤 기기나 서비스이며, 어떤 기능이 있는지, 고객이 어떻게 이용할 수 있는지를 설명합니다.

A안 : 사용자는 입장 전 체크한 내용에 따라 캡슐을 뽑음. 배정된 공간은 다과, 메시지 카드, 조명/소리 등이 사용자에게 맞게 조절되고, 해당 공간에서 새로운 조합의 식물 키트를 직접 만드는 체험.

B안 : 큐레이터의 안내에 따라 캡슐을 제공받고, 배정된 공간에서 캡슐을 오픈하고 체험해볼 수 있는 공간. (세부 내용은 A안과 동일)

고객 가치

아이디어가 고객의 어떤 니즈를 해결하고 있는지 이 아이디어가 구현되면 고객에게 어떤 가치를 줄 수 있는지를 작성합니다.

- 큐레이션과 설명을 통해 나에게 대해 알아가는 시간을 갖을 수 있음
- 나에게 맞는 식물을 선물으로써 만족감과 유의미함을 얻을 수 있음
- 우연함을 제공하는 캡슐이라는 매개로 특별한 감정을 느낄 수 있음
- 식물에 대한 지식과 정보를 함께 제공하여, 어려움을 덜어줌

아이디어 시트

작성자. 우태림No. 1

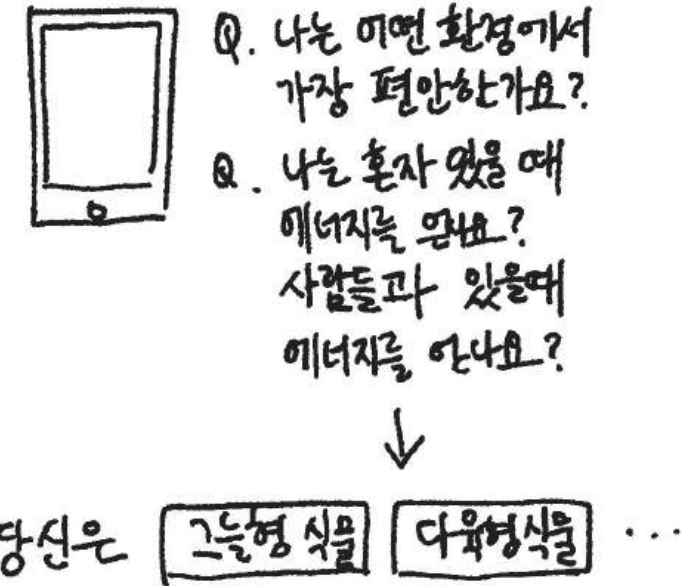
아이디어 제목

아이디어 특징을 잘 표현하는 제목을 작성합니다.

SCAMPER (P 다른 용도로 사용하기) : 식물을 단순히 기르는 대상이 아니라 나를 이해하는 도구로 사용 나는 어떤 식물일까? (내가 잘 자라는 환경을 알아보는 식물 유형test)

아이디어 스케치

아이디어의 기능이나 고객이 이용하는 시나리오 등 아이디어가 어떻게 작동하는지를 이해할 수 있도록 시각화합니다.



아이디어 설명

어떤 기기나 서비스이며, 어떤 기능이 있는지, 고객이 어떻게 이용할 수 있는지를 설명합니다.

- 자신의 성격을 단정하는 테스트(like MBTI)가 아니라 내가 어떤 환경에서 잘 자라고 회복하는지를 알아볼 수 있는 유형 테스트
- "당신은 이런 사람입니다."라고 규정X "당신이 잘 자라기 위해 필요한 환경은?"이라는 질문을 스스로에게 던져볼 수 있는 경험으로 이어짐.

고객 가치

아이디어가 고객의 어떤 니즈를 해결하고 있는지 이 아이디어가 구현되면 고객에게 어떤 가치를 줄 수 있는지를 작성합니다.

- 자신에게 맞는 환경과 돌봄의 방식을 알게 됨
- 자신을 아직 자라는 존재로 바라보고 스스로를 위로+응원하게 됨

캡슐을 뽑는 것도 좋지만
선택하는 것도 좋겠어요

진짜 식물을 캡슐에 넣는 것이
실현 불가능하다면.. 일반 뽑기 캡
슐 안에 그 식물의 이미지? 그래
픽을 예쁘게 디자인해서 넣어도
좋을 것 같아요 보관 편리+ 브랜
드컨셉 일관성유지

캡슐에 랜덤 씨앗을 넣어
서 가차로 만들고 사람들
이 편하게 즐길 수 있게 하
면 재미있을 것 같아요

체험할 수 있는 공간도
아예 캡슐 형태로 생기
면... 어떨까요

오프라인 스토어도 좋지
만, 진짜 가차처럼 길거리
에 댄다 있어도 좋을 것 같
아요.

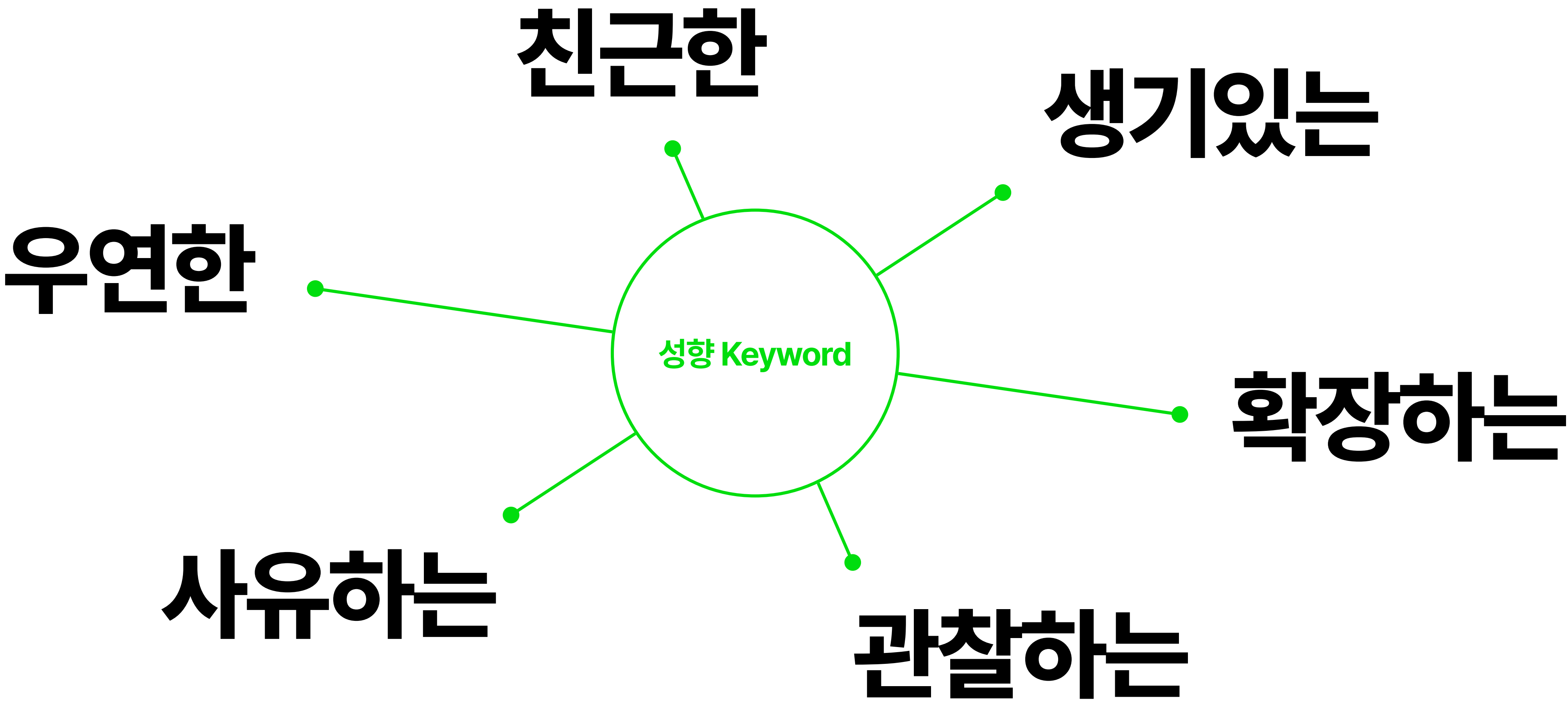
진단에 맞는 아이টে을
실제로 얻을 수 있으면
더더 좋을 것 같아요

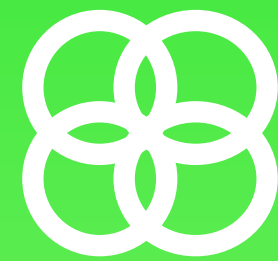
따뜻한 느낌의
ui이면 좋겠어요

각 식물 유형을 캐릭터화
해서 더 쉽고 보기 좋게 만
들면 좋을 것 같아요

MBTI같은 개념이라 많은 사
람들이 검사해볼 것 같아요.
유형을 아는 거에서 그치지
말고 실제 식물로 배송되거
나, 온라인에서 <푸 키우기
>게임처럼 키울 수 있어도
좋을 것 같아요

구체화한 브랜드의 성향을 키워드로 정리했습니다.



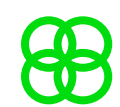


따라서 저희 브랜드 콘셉트는요..

My Green, My Grin : 나의 세상을 넓히는 가장 자연스러운 방법



***Grin :** 치아를 드러내며 얼굴 가득 환하게 웃는 모습



Tagline

From Green to Grin

Slogan

초록으로 되찾는 나의 웃음



GreenGrin

식물 친구

GreenGrin은 식물을 일방적인 돌봄의 대상이 아니라 같이 지구를 살아가는 **식구**로 재정의하는 브랜드입니다.

식물은 자신이 뿌리내린 자리에서 묵묵히 숨을 쉬며 하루를 살아내는 법을 누구보다 잘 압니다.

우리는 놓인 자리에서 묵묵히 생명력을 뿜어내는 식물을 통해,
억지로 애쓰기보다 지금 이 자리를 충분히 마주하고 오늘을 누리는 감각을 배울 수 있습니다.

일상 속에서 우연히 마주친 자판기에서 나와 닮은 식물을 입양하고 함께 생활해보세요.

이 과정을 통해 당신은 완벽하지 않아도 괜찮은 나만의 '정서적 안전지대'를 경험하게 됩니다.

브랜드 이름처럼 생기(Green)와 웃음(Grin)은 먼 미래에 도달해야 할 목표가 아니라
지금 당장 내 곁에 두어야 할 삶의 감각입니다.

콘셉트 브리프

컨셉 시각화

Green,
My Grin

(누구)님과
적합한 식구를
찾는 중입니다!

...



찾는 중...

식물은 우리에게
작은 생기와 웃음을 건네는
가장 가까운 존재입니다.



식물 케어 챗봇
QR코드 스캔!

식물 케어부터 고인 상담까지.
언제든 물어보세요.

식구를 만나러 오세요!

꺼내세요

컨셉 시각화 : 키오스크 UI

My Green, My Grin

나는 어떤 식물일까?

식물 유형 테스트

나와 닮은 식물을 찾아보세요!

유형 테스트 하러 가기 >

시작

에너지가 방전되었을 때,
나의 충전 방식은?

하나를 선택해주세요.

A

친한 사람들을 만나 수다를 떨거나
맛있는 걸 먹으러 나간다.

B

내 방 침대 속으로 들어가
철저히 혼자만의 시간을 보낸다.

이전

다음

유형 테스트

My Green, My Grin

당신은
마리모 유형이에요!

“느려도 괜찮아, 조용한 물속이
내겐 가장 안전한 숨이거든.”

평온함

안정 욕구

다정함

회복 속도

마리모는 1년에 고작 몇 밀리미터씩 자라지만, 기분이 좋은 날엔 물 위로 동동 떠오르는 귀여운 반전

외부의 자극에 쉽게 에너지를 뺏기며, 안전한 나만의 공간에서 고요한 시간을 보내야 비로소 숨이 트이는 사람입니다.

감정의 기복을 잘로 잘 드러내지 않지만 속은 참 다정합니다.

세상의 빠른 속도에 억지로 맞출 필요 없습니다.

조용히 내 자리를 지키다 보면 자연스럽게 당신의 세상도 넓어질 거예요.

다음

결과

My Green, My Grin

마리모를
데려가시겠어요?

당신과 잘 맞는 식물 친구예요.

다음에 데려갈게

데려갈래

구매

식물 유형 10가지

틸란드시아



피토니아 (신경초)



페페로미아



리톱스



미니 스투키



미니 스킨답서스



하트 호야



이끼



마리모



하월시아



식물 유형 10가지

: 흠 없이도 공기 중의 수분만으로
 꽃꽂이하게 살아가는 식물



: 목이 마르면 잎을 축 늘어뜨려
 도와달라고 신호를 보내는 말 많은 식물



: 동글동글 부드러운 잎을 가졌으며,
 어떤 환경에서든 무던하게 잘 자라는 식물



: 거친 환경에서 살아남기 위해 돌맹이처럼
 위장하고 있는 식물



: 건조한 환경을 버티기 위해 줄기에
 통통하게 물을 머금고 있으며,
 항상 꽃꽂이 서 있는 식물



: 묵묵히 덩굴을 뻗어 커다란 방벽 하나를
 푸르게 물들이는 힘을 가진 식물



: 하트 모양 잎사귀 하나로 화분
 위를 지키며 특별히 관리해 주지 않아도
 오랫동안 변치 않는 한결같은 식물



: 자신에게 주어진 축축하고 그늘진
 바닥에 납작 엎드려, 묵묵히 자신의
 영역을 넓혀가는 식물



: 마리모는 1년에 고작 몇 밀리미터씩
 자라지만, 기분이 좋은 날엔 물 위로
 동동 떠오르는 귀여운 반전



: 강렬한 태양보다, 반음지에서 자기만의
 매력적인 무늬를 선명하게 유지하는 식물



컨셉트 브리프

컨셉 시각화

Green, My Grin



식물은 우리에게
작은 생기와 웃음을 건네는
가장 가까운 존재입니다.

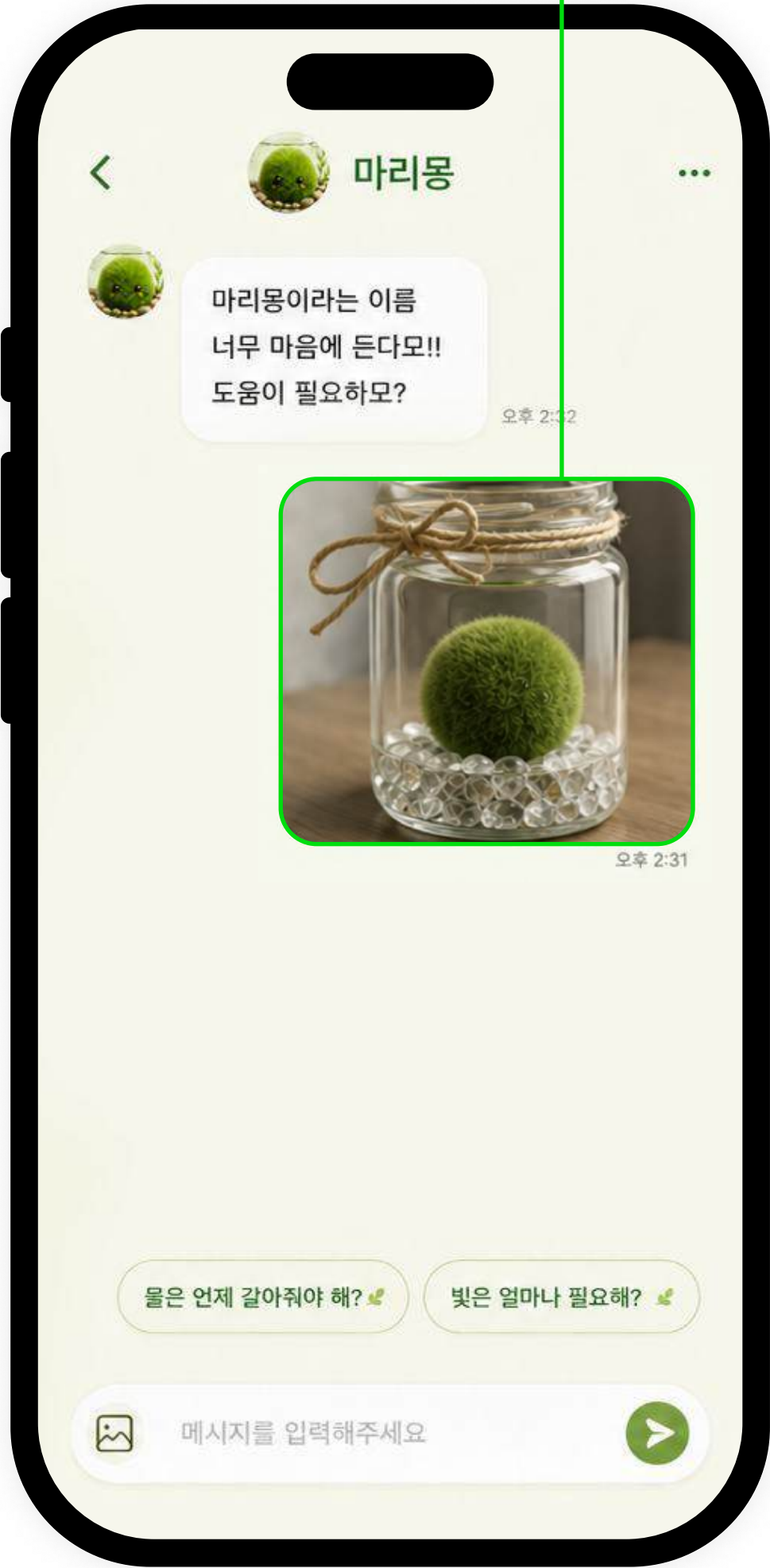


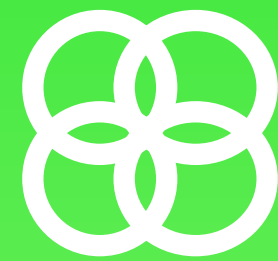
컨셉 시각화 : 챗봇

고객이 이미지를 보내면
식물 챗봇이 자신의 상태 전달

고객이 이름을 지어주면
페르소나 형성

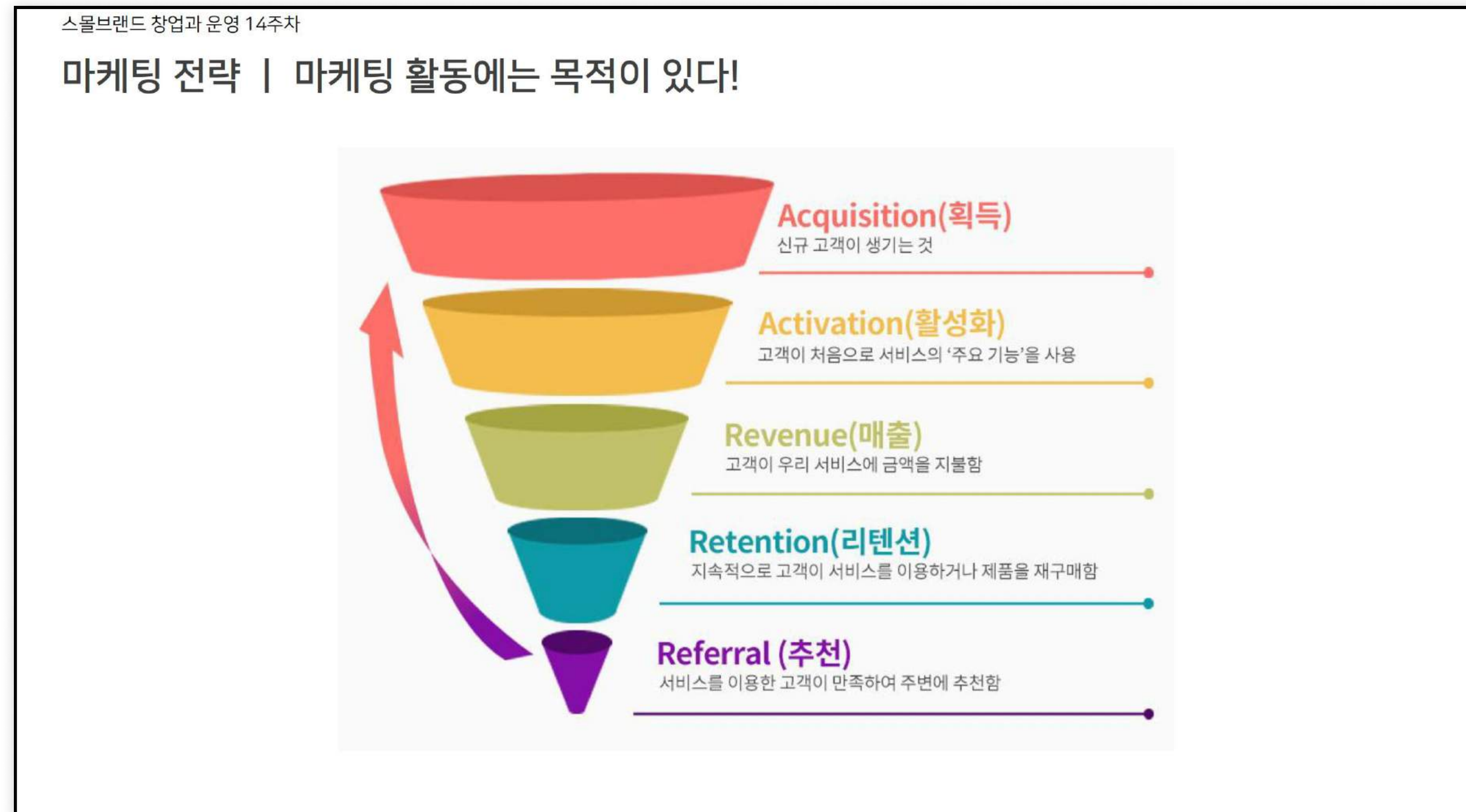
식물의 페르소나가
담긴 말투





그렇다면 어떻게 알릴 것인가?

풀퍼널 마케팅 전략을 통해 고객 여정의 모든 채널 & 접점에 걸쳐 접근해보기로 결정



BUT, 자판기가 주 매체인 브랜드 특성상 5단계 전체를 아우르는 전략을 설계할 수 없다고 판단
→ 1단계만 진행

신규 고객 만들기를 위한 1단계 : 획득

온라인 : 사전 식물 유형 테스트 배포

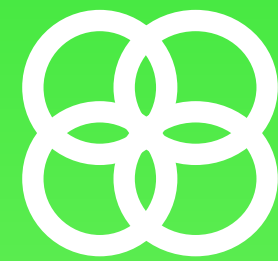
- MBTI 검사처럼 온라인에 <식물 유형 테스트> 사이트 사전 배포
- 사람들끼리 식물 유형 결과를 SNS에 공유 → 자연스럽게 브랜드 인식

오프라인 : 팝업 오픈

- 장소 : 대학 캠퍼스, 문화 공간, 산책로 등 일상적인 공간에서 채널 전략 취하기 → 브랜드 인지도 확보
- 팝업 구성 : 브랜드를 설명하는 배너 설치, 식물의 생기를 느낄 수 있는 인테리어
- 팝업 내용 : 브랜드 설명 → 식물 유형 테스트 진행 → 식물 추천 → 경험 및 구매 → 이벤트
- 구매자 이벤트 : 구매 후 SNS에 공유시 브랜드 자체 굿즈 or 식물 부자재 제공

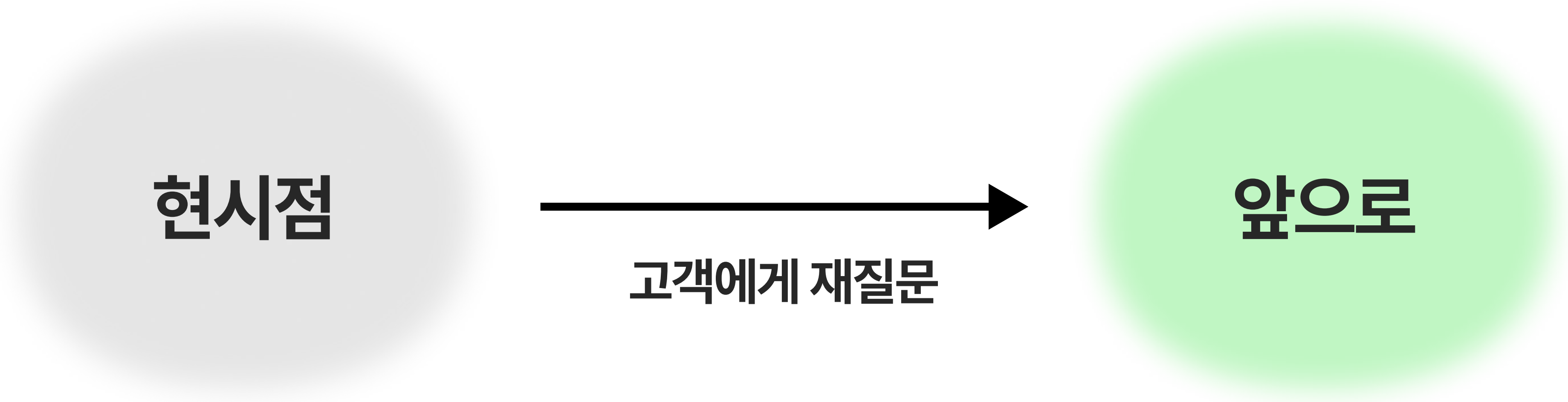
마케팅 전략에서 부족한 단계를 어떻게 채우지?

→ 브랜드를 어떤 식으로
확장 가능할지 생각해보자!



브랜드 확장을 위한 고민!

브랜드의 확장에 대해 고민하며



인터뷰이들에게 다시 질문해 힌트를 얻고자 했습니다.



브랜드 설명

우리 브랜드는 GreenGrin 이라는 브랜드야.

식물을 일방적인 돌봄의 대상이 아니라 우리와 함께 살아가는 식물 친구, 식구로 재정의하는 브랜드.

식물은 자신이 뿌리내린 자리에서 묵묵히 숨을 쉬며 하루를 살아내는 법을 누구보다 잘 알거든.

억지로 애쓰기보다 지금 이 자리를 충분히 마주하고 오늘을 누리는 감각을 배울 수 있어.

식물을 키우기 어려워하는 사람들도 쉽게 접근할 수 있게, 키우기 쉬운 식물로만 구성됐다는 점도 큰 특징 중 하나야.

우리는 이 생각을 식물 자판기에 담으려고 해. 자판기 옆에는 키오스크가 있고,

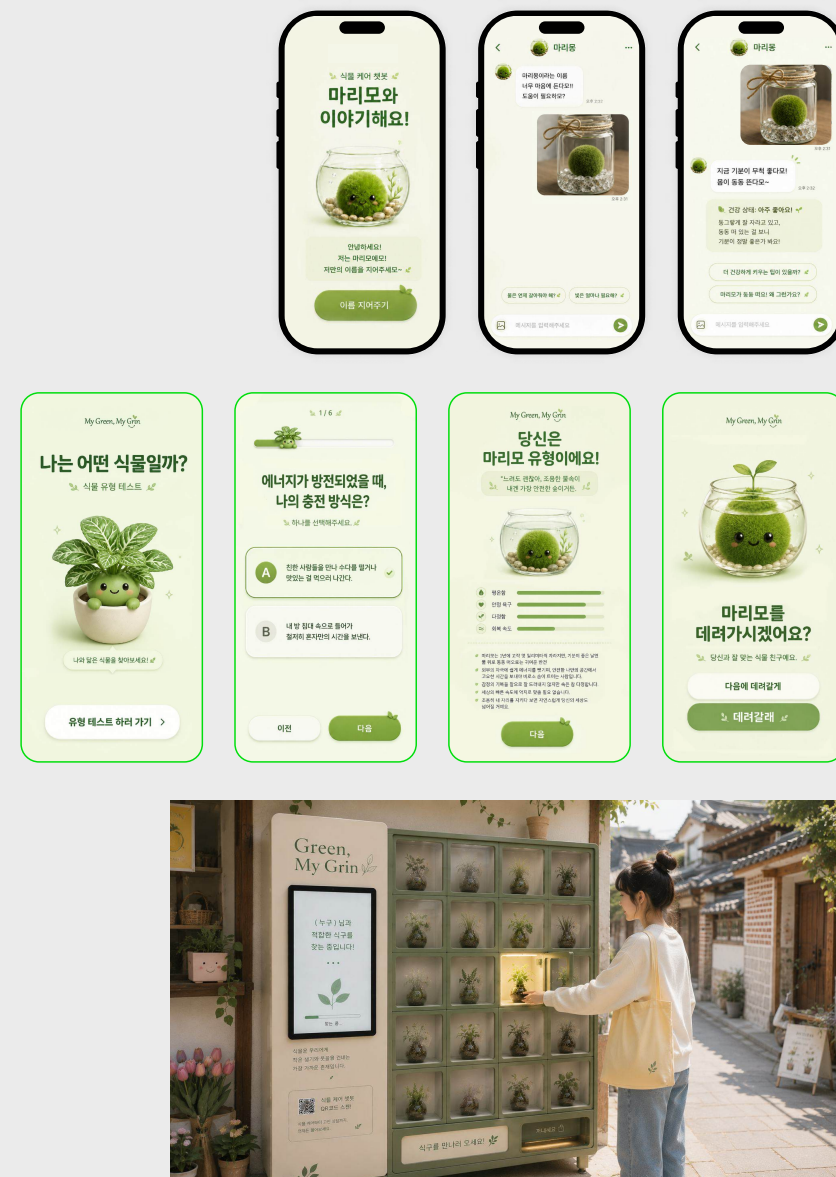
그 키오스크에서는 나와 닮은 식물 유형 테스트를 진행해서 내 성향과 회복 방식에 알맞는 식물을 추천받을 수 있어.

그리고 옆에 있는 자판기에서 추천받은 식물을 실제로 만나고 구매할 수 있어.

식물을 집에 데려간 후에 관리하는 방법이 어려울 수 있잖아? 그래서 우리는 Ai 챗봇 서비스도 제공하려고 해.

구입한 식물에 부착된 QR로 해당 식물 캐릭터 챗봇과 대화할 수 있고,

그 챗봇이랑 대화를 통해서 정보를 얻고, 궁금한 건 또 물을 수도 있어.



추가 질문 (얻고자 하는 의견)

거리에 이런 자판기가 있으면 해볼 것 같아?

Yes → 혹시 더 추가 됐으면 하는 게 있어? 식물 구매는 할 것 같아?

No → 왜? 어떤 게 바뀌면 해볼 것 같아?

자판기가 어디에 있으면 좋을 것 같아?

그리고 응답을 받은 결과..

앞으로를 위한 추가 인터뷰

인터뷰이 응답 : U

지난 심층 인터뷰

“취미를 할 수 있는 공간이 있으면 좋겠다.”

“결과물을 만들어보고 싶어서.”

“선선하고 바닷바람이 부는 해변가 노래는 잔잔하게 들리고 싶어서.”

“내가 좋아하는 음식이 많이 나오면 좋겠다.”

앞으로를 위한 추가 인터뷰

인터뷰이 응답 : Y

지난 심층 인터뷰

“나 아니면 누가 할 거냐? 이런 생각이 들었는데.”

“잠시나마 제게 도움이 될 거 같아서 내가 어떻게 노력할지 고민하고 있다.”

“뜻하지 않은 기회였는데.”

“생각이 복잡하고 고민이 많아서.”

“내가 왜 작은 가게를 열었는지 이런 생각이 들었는데.”

앞으로를 위한 추가 인터뷰

인터뷰이 응답 : T

지난 심층 인터뷰

“부모님이 운영하는 가게에서 일하면서 엄마가 구운 빵 맛을 느끼고 싶어서.”

“부정적인 감정이 아니라 긍정적인 감정을 느끼고 싶어서.”

“나에게 좋은 걸 만들어서 사람들에게 나누고 싶어.”

“나도 좀 쉬고 싶어서.”

“카페나 산책로를 걷고 싶어서.”

“기도하고 말씀드릴 거 같아서.”

“저만 신경 쓰는 게 아니라.”

앞으로를 위한 추가 인터뷰

인터뷰이 응답 : K

지난 심층 인터뷰 요약

“마음이 복잡하니까 탁 트인 곳을 찾게 돼.”

“자기 전 그 시간에 불편이 큰 것 같아. 생각을 자꾸 하면 할수록 잠을 못 자니까.”

“그런데 내가 선택한 것들은 다 도피인 것 같아. 그 순간만큼은 풀어지는 느낌을 받으려고.”

“난 평소에 궁금증이 많아.”

“여자친구 만나고 그러면 좋지.”

“시끄러운 것 자체가 싫다기보단 분위기가 싫어. 의미없는 소음.”

“열심히 살다 보면 내 세상은 자연스럽게 넓어지는 거니까.”

재질문 요약

22:41 길거리에 이런 자판기가 있으면 관심이 갈 것 같아? 해볼 것 같아?

22:43 K 원 식물 나열지 궁금해서 재미로 해볼 것 같아

22:43 식물 구매는 할 것 같아?

22:45 K 마음에 들면?

22:46 뭐가 더 추가되면 좋겠다 싶은 게 있어?

22:46 K 각 식물이 뭐 유형인지 보고 구매할 수 있으면 좋을 것 같아

22:47 나에게 답장 사진

22:47 여기 세번째 사진보다 더 상세하게 나오면 좋겠어?

22:47 K 머리로 시뮬레이션 돌려보니까 유형검사보단 식물 밑에 설명 보고 마음에 드는거 살 것 같아서

22:48 K 약간 게임 캐릭터 고르는 느낌?

22:49 K 설명은 저정도면 괜찮을 것 같은데

22:50 K 오다원에게 답장 사진

22:50 4번째 화면에 다른 애들 보는 거 추가하면 어떨까라고 생각

22:51 내 유형에 맞는 게 아니더라도 마음에 드는 식물도 보고 있으면 사고 싶단 거지?

22:51 K 구냥 느낌이 그래 다른 게 궁금할 것 같아

22:51 웬

22:52 그럼 자판기는 어디에 있으면 좋을 것 같아?

22:52 K 공원?

22:53 동네 마실 나왔다가 할 것 같은데

22:53 저것도 짐이라 ㅎㅎ

22:54 K 공원보단 그냥 집 가는 길에 있었으면 좋겠다

성장을 위한 주요 의견을 다음과 같이 정리할 수 있었습니다.

앞으로를 위한 추가 인터뷰

브랜드 발전 방향성

유형 검사보단 식물 밑에 설명 보고 마음에 드는 거 살 것 같아서	약간 게임 캐릭터 고르는 느낌?	다른 애들 보는 거 추가하면 어떨까라고 생각	너무 비싸면 그냥 노룩패스	다른 식물도 구매할 수 있게 하거나
테스트 질문이 많지만 않으면 나는 바로 할 것 같어 !!	난 아직 식물 키우는게 부담스럽게만 느껴져서 진입장벽을 낮출만한 뭔가가 있으면 좋겠어.	배너나 포스터에 설명이 적혀있음 좋을 것 같기도 하고		

서비스 공간

저것도 짐이라 ㅎㅎ 공원보단 그냥 집 가는 길에 있었으면 좋겠당	역이나 버정 근처도 나쁘지 않을듯..?	행궁동같이 산책하거나 걷기 좋은곳?	학교 근처에 있어도 사볼 것 같기두 해. 기숙사에서 키워보면 좋을 것 같앙	주택 많은 곳도 괜찮을 것 같구 약간 집 가는 길에 살 것 같은 느낌?
---	--------------------------	------------------------	---	---

최근에 산 것 중에는 단 하나도 제 것이 없습니다. 다 부모님 거나 남자친구 거예요. 뭔가 나를 위한 소비를 점점 잘 안 하게 되는 것 같기도 하네요.



새로운 니즈 + 기존 니즈 = 성장을 위한 브랜드 확장 방향성!

New

다양한 선택지 속에서 자율적으로 식물을 고르고 싶다.

유형 검사보단 식물 밑에
설명 보고 마음에 드는 거
살 것 같아서

약간 게임 캐릭터
고르는 느낌?

다른 애들 보는 거
추가하면 어떨까라고 생각

다른 식물도 구매할 수
있게 하거나



나를 위한 소비보다, 타인을 향한 소비를 통해 내 마음을 표현하고 싶다.

4만 원짜리 티셔츠를 사줬는데 남자친구도 너무 마음에 들어 하면서 커플 티로 하자고 제 것도 사줬습니다. 진짜 마음에 들어 하는 것 같아서 너무 뿌듯했어요.

그리고 내가 남들을 챙겨주는 것처럼 남들도 나를 챙겨주니까 내가 살 필요가 없어지는 경우도 많고, 나는 이미 충분히 갖고 있다고 생각을 해서 요즘은 나한테 돈을 투자하지는 않는 것 같아. 이미 충분하다고 느껴서!

최근에 산 것 중에는 단 하나도 제 것이 없습니다. 다 부모님 거나 남자친구 거예요. 뭔가 나를 위한 소비를 점점 잘 안 하게 되는 것 같기도 하네요.

여자친구에게 뭔가를 해줄 수 있다는 게 좋았습니다.



오프라인 매장 및
식물 유형 확장

New

식물에 대한 진입장벽을
해소해주면 좋겠다.

난 아직 식물 키우는게 부담스럽게만 느껴져서
진입장벽을 낮출만한 뭔가가
있으면 좋겠어.



누군가의 마음이 담긴 선물이라면 뭐든 받고 싶다.

남자친구에게 선물을 받는다면 성심성의껏 키울 것 같아요.

좋아하는 사람이 선물해주면 좋지. 당연히. 당연히 좋지. 선물받은 거니까.

근데 만약에 누군가 선물을 준다면 그러면 또 받을 의향은 있어요.

좋아하는 사람이 소소하게라도 쥔다면 그냥 너무 좋았어. 그냥 기분이 좋아.



선물하기 기능 도입

확장 방향성

예상 시각화 모습



애쓰지 않아도 괜찮아요.
초록과 함께 당신의 속도대로 천천히 걸어보세요.



식물 유형 테스트



나의 생활을 알아보고
어울리는 식물을
추천받아보세요!

My Green,
My Grin

마리모

하트 호아

하트 호아

피판드리아

미니 스핀달서스

위팔서아

미니 스투커

미니스틀라 나무

리틀스

Green
Gift

A little
green
for you

Plant & Green Life

화분

흙 & 배양토

식물 영양제 & 케어

식물과 함께하는
느린 일상

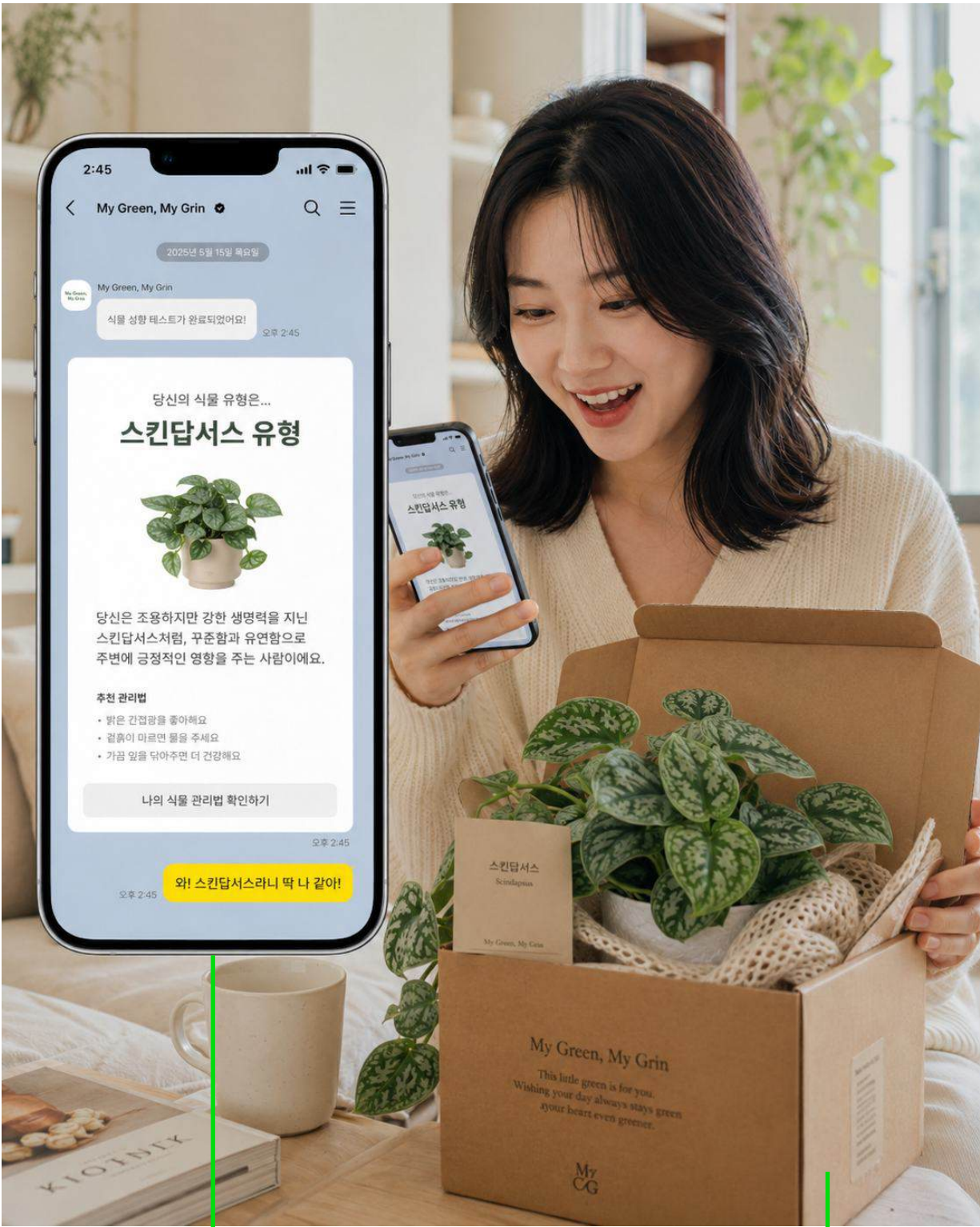
- 식물 추천
- 식물 케어 상담
- 본격이 클래스
- 식물 친구 만들기



카카오톡
선물하기 입점



Why? 가장 일상적인 매체에 입점하여, 진입장벽을 낮추고 자연스럽게 브랜드를 접할 기회를 제공



식물 유형 테스트 결과 전송

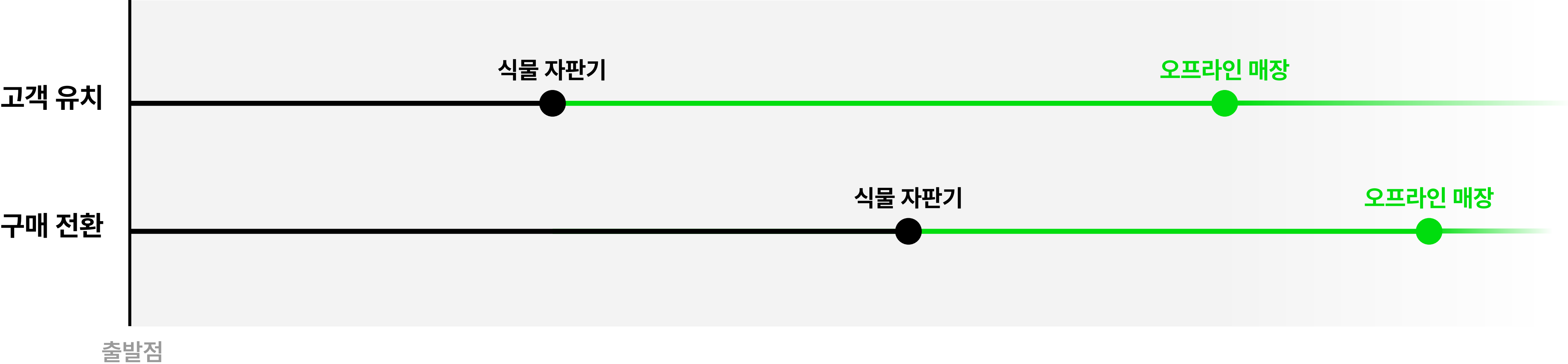


결과에 맞는 식물 배송



GreenGrin 성장 예측

*일반적인 성장 로드맵처럼 날짜나 수치를 기입하지 않고, 더 넓은 확장 가능성을 열어둠



성장 효과

오프라인 매장 도입

- 오프라인 매장을 도입하여 첫 입문 후 단절된 고객과의 연결 회복
- 자판기 뿐만 아니라 매장을 통해 우연한 만남의 접점 확대

식물 유형 확장

- 더 정확한 식물 유형 결과로, 고객을 세분화하여 확장 가능
- 테스트 자체의 다양화도 가능하여, 식물과의 새로운 연결고리 형성 가능

Q&A

감사합니다!!

노가영 gynoh2004@khu.ac.kr

박서연 syeon153@khu.ac.kr

오다원 a1005odw@naver.com

우태림 khvdwtr@khu.ac.kr

kidp

