

經理人
新書快讀

《做自己的 工作設計師》

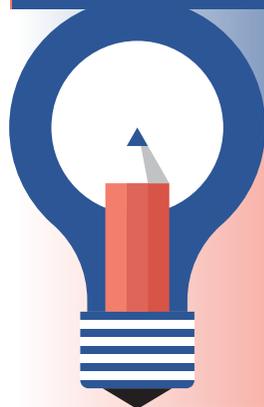
簡報製作 / 經理人月刊編輯部

DESIGNING YOUR WORK LIFE

你將學到的 3 件事

1

不滿意現在的工作，
以設計思考重新打
造出想要的工作。



學習不斷成長的正
向心態。

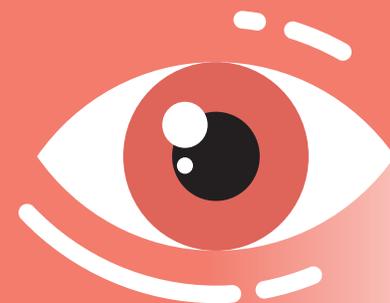


3

透過工具釐清現況
與困難，找到停滯
人生的解方。

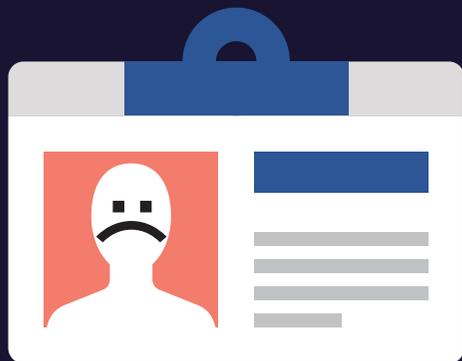


2



適合讀者

不滿足於工作現況、期待更精進



「該離職，還是要留下？」 「老闆超煩，什麼都要管……」

「我怎麼淪落到這個地步？」 「這份工作做不下去了。」

「我的工作討厭又無聊……」

「我只是公司的小齒輪，沒我又沒差……」

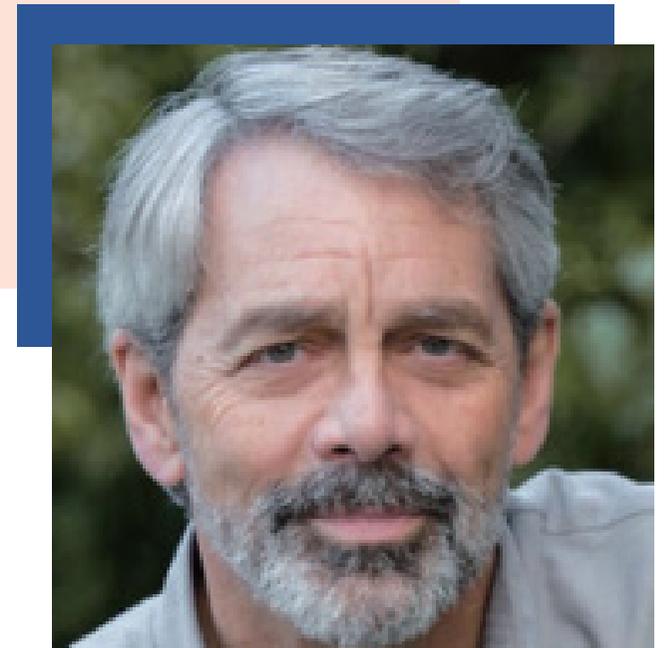


比爾·柏內特 (Bill Burnett)

- 史丹佛大學設計學程執行總監。
- 設計作品獲獎眾多，如：蘋果筆電 PowerBook。

戴夫·埃文斯 (Dave Evans)

- 史丹佛大學產品設計學程兼任講師。
- 美商藝電管理顧問暨共同創辦人。



PART 1

設計思考 核心概念

設計思考 5 步驟

1. Empathize

以同理心，
站在使用者
角度思考。

界定問題，
確認關鍵點。

2. Define

3. Ideate

形成概念，
快速發想
解決方案。

4. Prototype

製作原型，
模擬新服務、
新商品。

5. Test

快速測試，
據使用者
回饋修正。



設計人生 6 心態



1. Curiosity

不懂就問，
突破自我設限。



2. Bias to action

行動導向，
什麼事情做就對了。

3. Reframing

重擬問題，
找到正確的箭靶。

4. Awareness

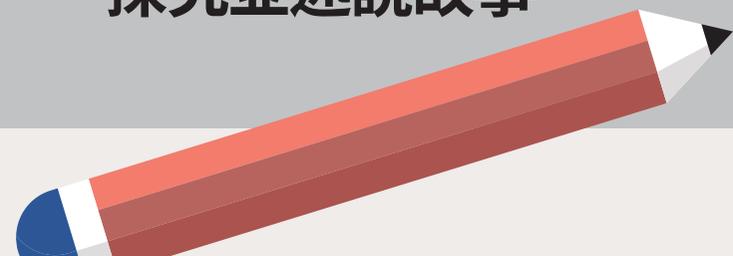
覺察，
了解所處的現況。

5. Radical collaboration

通力合作，
尋求親朋好友協助。

6. Storytelling

說故事，
探究並述說故事。



PART 2

設計人生 與工作的建議

1

設計人生與工作的建議：

別管熱情，趕快行動

- 多數人都不知要做什麼，不必焦慮。
- 繼續尋找目標，不要妥協！



2

設計人生與工作的建議：

重力問題 & 船錨問題

- 重力問題沒有答案，不是真問題。
- 船錨問題限制住解方，太過單一。



3

設計人生與工作的建議：

現在就夠好了

- 告訴自己現在還不錯，最好的還沒來。



培養成長心態

定型心態

相信能力天生注定，無法後天培養，成功是因為天賦優於一般人，失敗是天生比人差的緣故。不願犯錯，因此不願冒險，也難以成長。



成長心態

認為天賦只是起點，才可以透過鍛鍊改變，努力才有可能成功。

遭受失敗視為是好事，能提醒自己哪裡不足，一步步改善、進化自己，不斷成長。



PART 3

實踐方法

盤點現況

1. 標準設低一點

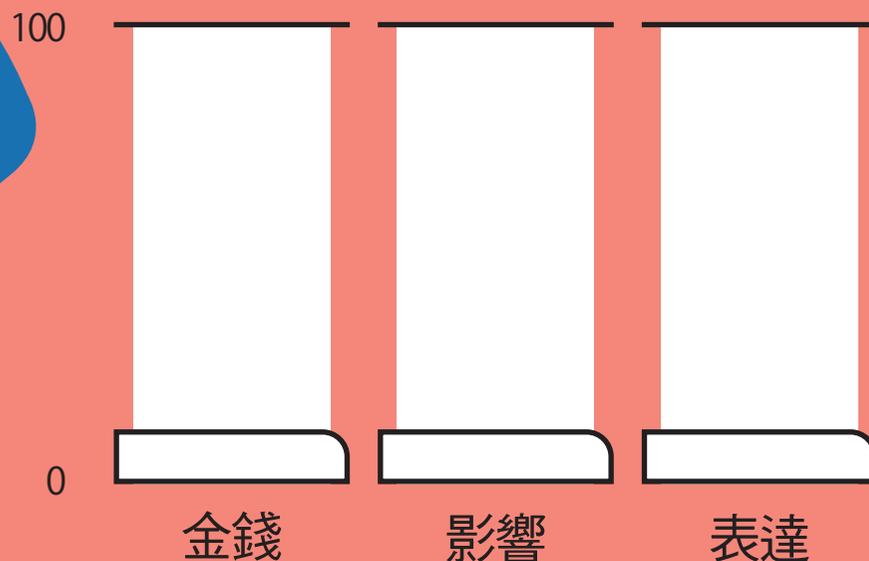
- 設定能達到的目標。
- 以小目標逐步邁進。

2. 好時光&好工作日誌

- 可視化管理，記錄身心變化。
- 回味成就、洞察新方向。

3. 自造者混音

- 以「金錢」「影響」「自我表達」3個面向，調控人生的現況及目標比重。



可由官網下載
日誌範本 →



尋找方案

1. 最小可行動問題

- 將大目標拆成許多小目標。
- 以小改變試水溫。



2. 了解工作倦怠

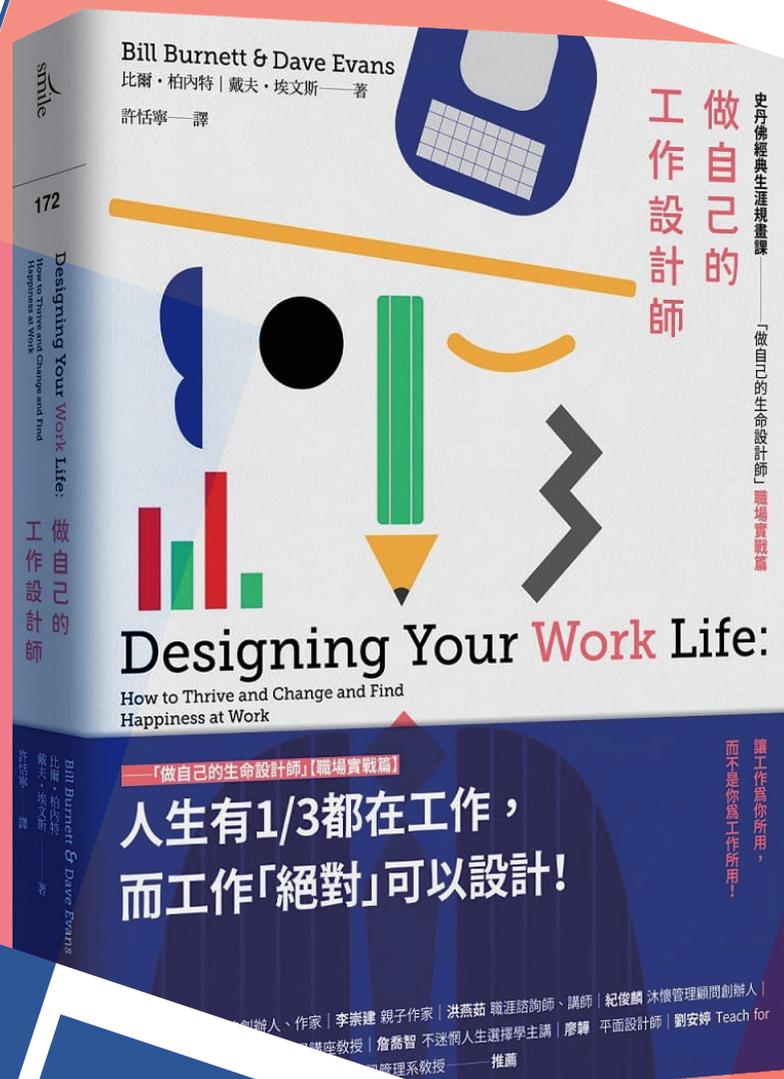
- 適度調整工作量。





Buy Here

- 出版社：大塊文化
- 出版日期：2021/04/29
- 作者：比爾·柏內特（Bill Burnett）、戴夫·埃文斯（Dave Evans）

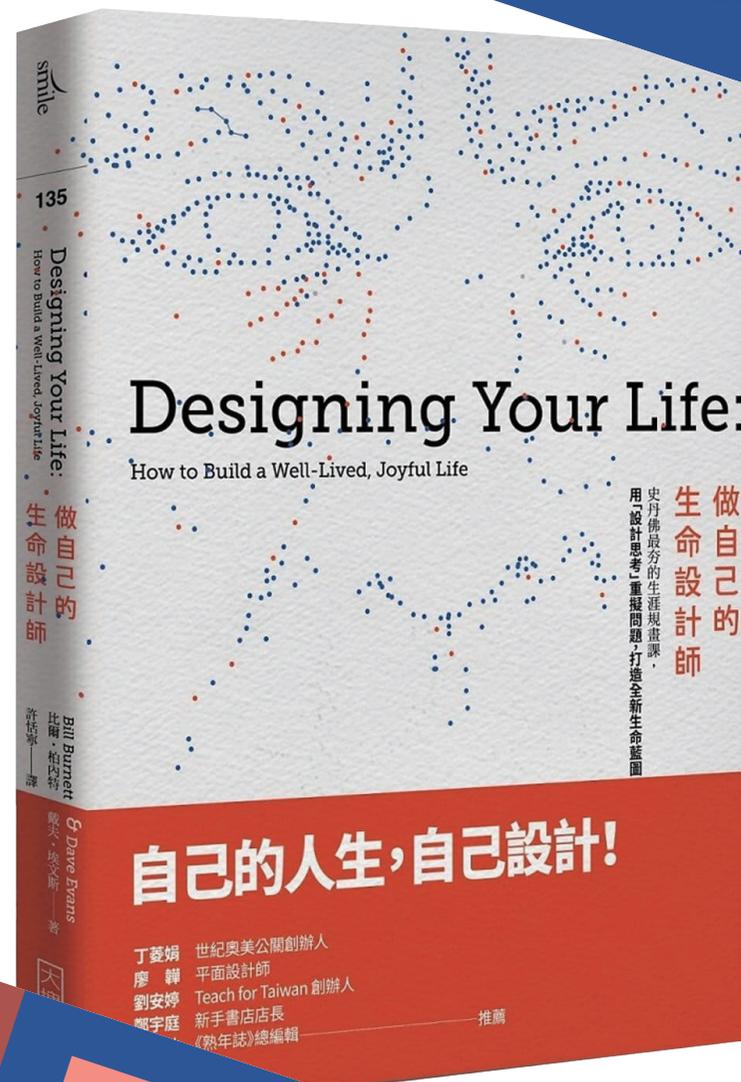


延伸閱讀



Buy Here

- 出版社：大塊文化
- 出版日期：2016/10/28
- 作者：比爾·柏內特（Bill Burnett）、戴夫·埃文斯（Dave Evans）



經理人 新書快讀

想看的書從沒讀完？讓我們為你影音說書！

鎖定 **帶人、領導、管理、財經、商業**，精選必讀商管話題書，由經理人榮譽發行人何飛鵬和編輯群，用影音為你導讀。即刻加入，將來的你會感謝現在奮鬥的自己！

加入付費會員，享 6 大學習好處



精選好書



專業解讀



圖解精華



專屬音頻

Tips



千字密技



學習周報



<https://bit.ly/2Jwn5KY>