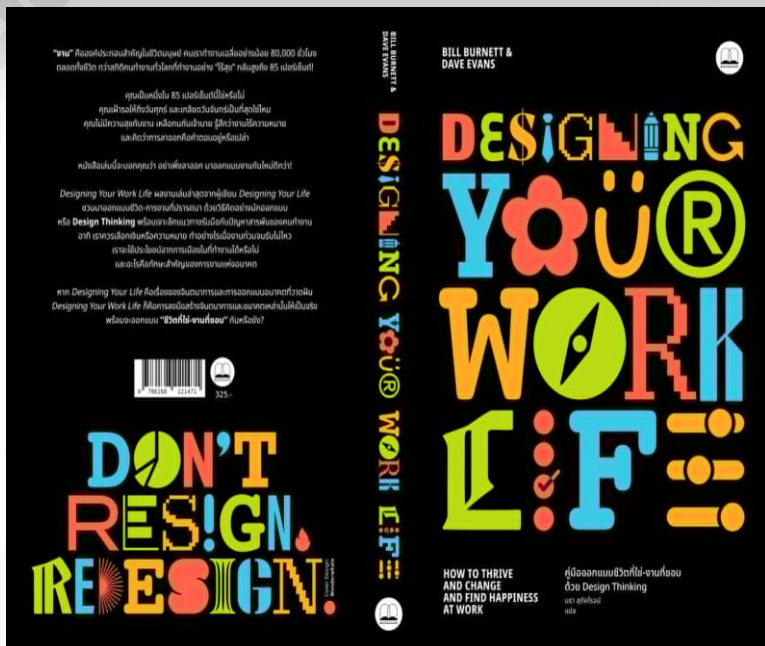




บทวิจารณ์หนังสือ

คิดแบบนักออกแบบ / Designing Your Life

คู่มือออกแบบชีวิตด้วย Design Thinking

(Designing Your Life: How to Build a Well-Lived, Joyful Life)

ผู้วิจารณ์: นิพัทธา วรรณภา

สังกัด: คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ ผังเมืองและนฤมิตศิลป์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม

E-mail: niphattha@msu.ac.th

ผู้เขียน: Bill Burnett และ Dave Evans ผู้แปล: เมฆ ศรีพัฒนาสกุล

สำนักพิมพ์: บุ๊คสเคป / BOOKSCAPE พิมพ์ครั้งแรก สิงหาคม 2561

ราคา: 295 บาท จำนวน: 296 หน้า

ในช่วงชีวิตหนึ่ง หลายคนอาจเคยตั้งคำถามกับตนเองว่า เรากำลังเดินไปถูกทางหรือไม่ งานที่ทำอยู่ใช่สิ่งที่ต้องการจริงหรือเปล่า หรือชีวิตควรมีความหมายมากกว่านี้หรือไม่ คำถามเหล่านี้ไม่ใช่เรื่องผิดปกติ แต่เป็นสัญญาณสำคัญที่บอกว่าเรากำลังต้องการทบทวนทิศทางชีวิตของตนเอง หนังสือ *Designing Your Life* หรือที่รู้จักในฉบับภาษาไทยว่า *คู่มือออกแบบชีวิตด้วย Design Thinking* โดย Bill Burnett และ Dave Evans เป็นหนังสือที่ชวนผู้อ่านกลับมามองชีวิตอย่างเป็นระบบ ผ่านแนวคิดที่ว่า “ชีวิตสามารถออกแบบได้”

จุดเด่นของหนังสือเล่มนี้คือ การนำกระบวนการ Design Thinking ซึ่งเดิมใช้ในการออกแบบผลิตภัณฑ์ บริการ หรือนวัตกรรม มาประยุกต์ใช้กับชีวิตและการทำงาน ผู้เขียนไม่ได้มองชีวิตว่าเป็นเรื่องของพรสวรรค์ โชคชะตา หรือสูตรสำเร็จเพียงอย่างเดียว แต่เสนอว่าชีวิตสามารถสำรวจ ทดลอง ปรับปรุง และเรียนรู้ได้อย่างต่อเนื่อง เช่นเดียวกับงานออกแบบชิ้นหนึ่งที่ต้องผ่านการทำความเข้าใจปัญหา การคิดทางเลือก การสร้างต้นแบบ และการปรับแก้จนเหมาะสมขึ้นเรื่อย ๆ

หนังสือเริ่มต้นจากการชวนให้ผู้อ่านหยุดมองหา “คำตอบสุดท้าย” ของชีวิต แล้วหันกลับมาสำรวจว่า ปัจจุบันตนเองอยู่ตรงไหนก่อน ผู้เขียนให้ความสำคัญกับการมองชีวิตตามความเป็นจริง ไม่ใช่เริ่มจากความฝันหรือภาพอนาคตเพียงอย่างเดียว การสำรวจชีวิตในมิติต่าง ๆ เช่น สุขภาพ งาน ความสุข และความสัมพันธ์ ช่วยให้ผู้อ่านเห็นว่าส่วนใดของชีวิตกำลังสมดุล และส่วนใดอาจต้องได้รับการปรับปรุง จุดนี้ถือเป็นจุดแข็งของหนังสือ เพราะหลายครั้งคนเราต้องการเปลี่ยนงาน เปลี่ยนเส้นทางชีวิต หรือเริ่มต้นใหม่ แต่ยังไม่รู้ชัดว่าปัญหาที่แท้จริงอยู่ตรงไหน หนังสือจึงช่วยให้ผู้อ่านตั้งหลักก่อนตัดสินใจ

อีกประเด็นที่น่าสนใจคือ หนังสือไม่ได้เร่งให้ผู้อ่านต้องค้นพบเป้าหมายชีวิตอย่างชัดเจนทันที แต่เสนอให้สร้าง “เข็มทิศชีวิต” จากมุมมองต่อการทำงาน และมุมมองต่อชีวิต ผู้เขียนชวนให้คิดว่าการที่ดีไม่ควรถูกวัดจากรายได้ ตำแหน่ง หรือความมั่นคงเท่านั้น แต่ควรสัมพันธ์กับคุณค่า ความเชื่อ และความหมายที่แต่ละคน

ให้กับชีวิต แนวคิดนี้ทำให้การเลือกอาชีพไม่ใช่เพียงการเลือกงานที่ดีที่สุดในสายตาคนอื่น แต่เป็นการพิจารณาว่างานนั้นสอดคล้องกับตัวตนและคุณค่าของเราหรือไม่

ข้อดีของหนังสือเล่มนี้คือช่วยลดความกดดันจากความคิดที่ว่า คนเราต้องมีเป้าหมายชีวิตที่ชัดเจนตั้งแต่ต้น ผู้เขียนเสนอว่าการไม่รู้คำตอบทั้งหมดไม่ใช่ปัญหา เพราะชีวิตสามารถค้นหาทิศทางได้จากการสังเกตประสบการณ์จริง เช่น กิจกรรมใดทำให้เรารู้สึกมีพลัง มีสมาธิ มีความสุข หรือรู้สึกว่าเวลาผ่านไปอย่างมีคุณค่า แนวคิดนี้ช่วยให้ผู้อ่านฟังเสียงจากชีวิตจริงของตนเองมากขึ้น แทนที่จะเลือกเส้นทางจากภาพจำของสังคม เช่น งานที่มั่นคง งานที่มีชื่อเสียง หรืองานที่คนอื่นเห็นว่าดี

อย่างไรก็ตาม หนังสือก็มีข้อที่ควรอ่านอย่างระมัดระวัง เพราะความรู้สึก “ชอบ” หรือ “มีพลัง” เพียงอย่างเดียวอาจยังไม่เพียงพอต่อการตัดสินใจเรื่องชีวิต และอาชีพ งานจำนวนมากต้องอาศัยวินัย ความอดทน การฝึกฝน และความรับผิดชอบระยะยาว ผู้อ่านจึงไม่ควรใช้ความรู้สึกเป็นเกณฑ์เดียวในการตัดสินใจ แต่ควรพิจารณาร่วมกับความสามารถ โอกาส ทรัพยากร และข้อจำกัดในชีวิตจริงด้วย

หนังสือยังมีคุณค่าอย่างมากสำหรับผู้รู้สึกว่าคุณค่าของตัวเองกำลังติดขัด ไม่รู้จะเดินต่อไปทางใด ผู้เขียนเสนอให้ใช้การระดมความคิด การทำแผนผังความคิด และการตั้งคำถามใหม่ เพื่อเปิดทางเลือกที่กว้างขึ้น หลายครั้งปัญหาไม่ได้อยู่ที่ไม่มีทางออก แต่อยู่ที่เรามองโจทย์แคบเกินไป เช่น คิดว่าต้องเลือกเพียงอยู่กับงานเดิมหรือลาออก ทั้งที่ในความเป็นจริงอาจมีทางเลือกอื่น เช่น ปรับบทบาทงาน พัฒนาทักษะใหม่ ทดลองทำโครงการเสริม หรือค่อย ๆ ขยับไปสู่เส้นทางที่เหมาะสมกับตนเองมากขึ้น

หัวใจสำคัญของหนังสือคือการชวนให้ผู้อ่านออกแบบชีวิตได้หลายแบบ ไม่ใช่ยึดติดกับแผนเดียว ผู้เขียนเสนอให้ลองคิดถึงชีวิตทางเลือกหลายเส้นทาง เช่น ชีวิตที่เดินต่อจากปัจจุบัน ชีวิตที่เปลี่ยนไปสู่อีกเส้นทางหนึ่ง หรือชีวิตที่อยากลองทำหากไม่มีข้อจำกัดมากนัก แนวคิดนี้ช่วยลดล็อกความกลัวว่าหากเลือกผิดแล้วชีวิตจะเสียหายหรือย้อนกลับไม่ได้ หนังสือทำให้เห็นว่าชีวิตมิได้หลายแบบ และแต่ละแบบก็อาจมีคุณค่าในตัวเอง

อย่างไรก็ตาม ในทางปฏิบัติ ไม่ใช่ทุกคนจะมีทรัพยากรหรือโอกาสเพียงพอที่จะเลือกชีวิตได้หลายแบบ บางคนมีภาระครอบครัว หนี้สิน หน้าที่การงาน หรือข้อจำกัดทางสังคม การออกแบบชีวิตจึงไม่ควรเป็นเพียงการจินตนาการตามความต้องการของตนเอง แต่ต้องคำนึงถึงบริบท ความรับผิดชอบ และผลกระทบต่อคนรอบข้างด้วย จุดนี้เป็นข้อจำกัดที่ผู้อ่านควรตระหนัก เพราะหนังสือให้น้ำหนักกับพลังของปัจเจกบุคคลค่อนข้างมาก ขณะที่ชีวิตจริงมีปัจจัยทางสังคม เศรษฐกิจ และวัฒนธรรมเข้ามาเกี่ยวข้องเสมอ

อีกแนวคิดหนึ่งที่โดดเด่นมากคือ “การสร้างต้นแบบชีวิต” หรือ Prototyping ผู้เขียนเสนอว่า ก่อนจะตัดสินใจครั้งใหญ่ เช่น ลาออก เปลี่ยนงาน หรือเปลี่ยนเส้นทางอาชีพ ควรทดลองในขนาดเล็กก่อน เช่น พูดคุยกับคนที่ทำอาชีพนั้น ทดลองเรียนหลักสูตรสั้น ทำโครงการเล็ก ๆ เข้าร่วมกิจกรรมที่เกี่ยวข้อง หรือทดลองใช้ชีวิตบางรูปแบบในระยะเวลากำหนด แนวคิดนี้มีประโยชน์มาก เพราะช่วยลดความเสี่ยงจากการตัดสินใจโดยอาศัยจินตนาการเพียงอย่างเดียว ผู้อ่านไม่จำเป็นต้องเปลี่ยนชีวิตทันที แต่สามารถทดลองเพื่อเก็บข้อมูลก่อนตัดสินใจ

ในด้านอาชีพ หนังสือเล่มนี้วิจารณ์วิธีหางานแบบเดิมที่มักเน้นการส่งใบสมัครจำนวนมากโดยไม่เข้าใจตลาดงาน ผู้เขียนชี้ให้เห็นว่างานจำนวนมากไม่ได้เกิดจากประกาศรับสมัครเท่านั้น แต่เกิดจากเครือข่าย การสนทนา และการมองเห็นโอกาสที่ยังไม่ถูกประกาศอย่างเป็นทางการ ประเด็นนี้ช่วยให้ผู้อ่านเข้าใจโลกของการทำงานจริงมากขึ้น โดยเฉพาะในยุคที่งานเปลี่ยนแปลงเร็ว การรู้จักคน รู้จักองค์กร และเข้าใจปัญหาของหน่วยงาน อาจสำคัญไม่น้อยไปกว่าการมีประวัติย่อที่ดี

แนวคิดเรื่องการสร้างเครือข่ายและการออกแบบงานในฝันอาจเหมาะกับบริบทองค์กรเอกชนหรือสังคมตะวันตกมากกว่าบางระบบงานในประเทศไทย โดยเฉพาะระบบราชการหรือองค์กรที่มีขั้นตอนการรับสมัครและการเลื่อนตำแหน่งค่อนข้างเป็นทางการ ผู้อ่านจึงควรปรับใช้ให้เหมาะสมกับบริบท วัฒนธรรมองค์กร

และกตีกาที่เป็นจริง ไม่ควรมองว่าการสร้างเครือข่ายจะทดแทนคุณสมบัติความสามารถ หรือกระบวนการทางการทั้งหมดได้

หนังสือยังกล่าวถึงความสุขและความล้มเหลวในมุมที่น่าสนใจ ผู้เขียนเสนอว่าความสุขไม่ใช่สิ่งที่เกิดขึ้นเองหลังจากเราเลือกเส้นทางชีวิตถูกต้อง แต่เป็นสิ่งที่ต้องเลือกฝึกฝน และดูแลในชีวิตประจำวัน ขณะเดียวกัน ความล้มเหลวก็ไม่ควรถูกมองว่าเป็นหลักฐานว่าตัวเราล้มเหลวทั้งชีวิต แต่ควรมองเป็นข้อมูลสำหรับการเรียนรู้ แนวคิดนี้ช่วยให้ผู้อ่านกล้าทดลองมากขึ้น และไม่กลัวความผิดพลาดจนไม่กล้าขยับไปไหน

การมองความล้มเหลวในเชิงบวกต้องไม่ทำให้มองข้ามผลกระทบที่แท้จริง เพราะบางความล้มเหลวมีต้นทุนสูง เช่น การเงิน ความสัมพันธ์ ชื่อเสียง หรือความมั่นคงของครอบครัว ดังนั้นการทดลองชีวิตควรทำอย่างรอบคอบ มีขอบเขต และมีแผนรองรับ ไม่ใช่ทดลองโดยไม่คำนึงถึงผลที่ตามมา

ในตอนท้าย หนังสือเน้นว่า การออกแบบชีวิตไม่ควรทำเพียงลำพัง มนุษย์ไม่ได้เติบโตอย่างโดดเดี่ยว การมีเพื่อน ที่ปรึกษา ครอบครัว หรือชุมชนที่ช่วยฟัง ช่วยตั้งคำถาม และช่วยเหลือหนุนมุงมอง จะทำให้การออกแบบชีวิตรอบคอบและมั่นคงมากขึ้น ประเด็นนี้เป็นจุดที่หนังสือเชื่อมโยงกับชีวิตจริงได้ดี เพราะการตัดสินใจสำคัญในชีวิตมักต้องการทั้งข้อมูล กำลังใจ และมุมมองจากผู้อื่น

Designing Your Life เป็นหนังสือที่ควรอ่าน เพราะมีประโยชน์ทั้งในระดับความคิดและระดับการปฏิบัติ หนังสือไม่ได้เพียงบอกให้ผู้อ่านคิดบวก แต่ให้เครื่องมือในการสำรวจตนเอง ตั้งคำถาม ทดลอง และตัดสินใจอย่างมีข้อมูล จุดแข็งของหนังสือคือทำให้เรื่องใหญ่และซับซ้อนอย่าง “ชีวิต” กลายเป็นสิ่งที่ค่อย ๆ ออกแบบ ทดลอง และปรับปรุงได้

หนังสือเล่มนี้ไม่ควรถูกอ่านแบบเชื่อทั้งหมดโดยไม่วิจารณ์ เพราะชีวิตจริงมีปัจจัยทางเศรษฐกิจ สังคม ครอบครัว องค์กร และวัฒนธรรมเข้ามาเกี่ยวข้อง การออกแบบชีวิตจึงไม่ใช่การทำตามใจตนเองเพียงอย่างเดียว แต่ต้องคำนึงถึงความรักใคร่ชอบ หน้าที่ ความสัมพันธ์ และข้อจำกัดของบริบทด้วย

คุณค่าของหนังสือเล่มนี้จึงไม่ได้อยู่ที่การบอกว่าเราควรมีชีวิตแบบใด แต่อยู่ที่การชวนให้เราคิด ทดลอง และรับผิดชอบต่อการออกแบบชีวิตของตนเองอย่างมีสติ สำหรับผู้อ่านที่กำลังสับสนกับการเรียน การทำงาน หรือเส้นทางชีวิต หนังสือเล่มนี้อาจไม่ได้ให้คำตอบสุดท้ายทันที แต่จะช่วยให้มองเห็นทางเลือกมากขึ้น เข้าใจตนเองมากขึ้น และกล้าเริ่มต้นทดลองชีวิตในแบบที่มีความหมายมากขึ้น

เอกสารอ้างอิง

Bill Burnett and Dave Evans . (2561). คู่มือออกแบบชีวิตด้วย Design Thinking (Designing Your Life: How to Build a Well-Lived, Joyful Life). (เมธ ศรีพัฒนาสกุล, แปล). สำนักพิมพ์ บุ๊คสเคป / BOOKSCAPE.
<https://bookscape.co/books/in-stock/intelligentlifestyle/designing-your-life>