

Думай как дизайнер

Как развить дизайн-мышление
и стать креативнее

издательство
МАНН, ИВАНОВ И ФЕРБЕР



Думай как дизайнер

Как развить дизайн-мышление и стать креативнее

Содержание

Что такое дизайн-мышление и зачем оно вам 3

Видеть то, чего не видят другие 5

Дизайн-мышление в действии: 3 способа генерации идей 9

Утренние ритуалы для креативности 17

Креатив для бизнеса: 10 приемов 23

Поиграем? Развиваем креативность с помощью настольных игр 35

Что почитать 39

Манн, Иванов и Фербер
2019

Что такое дизайн-мышление и зачем оно вам

Термин «дизайн-мышление» давно на слуху, но звучит довольно абстрактно. Кажется, что это создано для дизайнеров и разных творческих людей. Но это не так — применить метод может кто угодно: для решения рабочих задач, воспитания детей или планирования поездки в Грецию.

Мы часто видим в объектах только то, что привыкли видеть. Но стоит посмотреть чуть по-другому — и мы поймем: ничто из окружающего нас на самом деле не является тем,

за что мы его принимаем. Обычный скотч может не только соединять предметы, но и стать самостоятельным материалом для разных конструкций. Пластиковая бутылка может превратиться в кашпо или держатель для телефона. А сам телефон — стать в воображении машиной или самолетом.

Дизайн-мышление — это системный подход к решению проблем, когда мы пытаемся посмотреть на вещи с нового ракурса. Для этого надо запустить творческий процесс, включить креативность. Она точно есть у каждого из нас — надо лишь найти ту самую кнопку.

В этом сборнике вы найдете техники и упражнения, которые помогут запустить творческий процесс и «включить» дизайн-мышление. Уделяйте упражнениям по несколько минут в день, чтобы прокачать «креативную мышцу», или используйте их, когда нужно решить конкретную проблему, — и у вас обязательно получится.

Видеть то, чего не видят другие

Как правило, получая некие данные или проблему, мы легко находим ожидаемое решение. Например, сколько будет половина от 13? Наверняка вы подумали, что получится 6,5.

Но можно ответить и по-другому:

- трина и дцать (по 5 букв с каждой стороны);
- $13 = 1, 3$;
- XI|II — 11, 2.

Обычно мы думаем репродуктивно: когда возникает проблема, вспоминаем, как удалось справиться с подобной ранее. Мы спрашиваем себя: «Чему я научился в жизни, на работе, в процессе образования, чтобы решить эту проблему?» После этого аналитически выбираем самый многообещающий подход, отметая все остальные методы, и работаем в четко определенном направлении достижения цели.



Отличие дизайн-мышления в том, чтобы мыслить продуктивно. При встрече с проблемой мы должны задаться вопросом, насколько разнообразными способами можно на нее посмотреть, как ее переформулировать и какими методами решить — вместо того чтобы вспоминать, как нас учили такую проблему решать. В результате у нас появится много вариантов ответа, и некоторые окажутся уникальными.

Продуктивно мыслящий человек генерирует множество альтернативных подходов, учитывая и наиболее, и наименее очевидные варианты.

«Можно научиться видеть то, чего не видит никто другой, и думать так, как никто другой не думает»

Майкл Микалко — эксперт по креативности, автор книги [«Взлом креатива»](#)

Важна готовность исследовать всё, даже если уже найден какой-то один многообещающий ответ.

Эйнштейна как-то спросили, в чем разница между ним и обычным человеком. Он ответил, что если любого попросить найти иголку в стоге сена, то он прекратит поиски, когда эту иголку найдет. Сам же Эйнштейн прочешет весь стог в поисках всех возможных иголок.

Это и есть креативное мышление в действии. И его можно развивать. Применяйте разные стратегии мышления (некоторые из них — в этом сборнике) и увидите: мир полон возможностей.



Дизайн-мышление в действии: 3 способа генерации идей

Сомнения и беспокойство — наша вечная беда. Сначала не можем найти классную идею для решения задачи. А после не в силах остановиться на лучшем варианте. Спокойствие, только спокойствие! Авторы книги «Придумай. Сделай. Сломай. Повтори» знают, как поступить.

Способ 1: нарисовать идеи

Думайте с помощью ручки и бумаги. Скetch делает идеи более ясными, позволит собрать их в одном месте, станет первой визуализацией, придаст творческий импульс. У большинства из нас нет образования в области дизайна или живописи, поэтому метод может показаться трудным. Но для неплохих скетчей достаточно простых линий и фигур. А эффективность рисунка не зависит от его художественной ценности.

Вот упражнение для разогрева.

Сделайте скетчи предметов, находящихся вокруг вас. Постарайтесь изображать их как можно проще, не прорисовывайте детали. Например, можно нарисовать ручку, ноутбук, степлер, чашку, мышь, блокнот, usb-провод.

Сделайте скетчи эмоций. Например: удивления, раздражения, смущения, занятости, веселой болтовни, расслабления. Нарисуйте людей с разными выражениями лиц.

Сделайте скетчи людей, которые занимаются делами. Используйте эмоции, которые потренировались рисовать только что, создайте выразительных персонажей.

Способ 2: поискать ассоциации

Метод интерактивных ассоциаций поможет посмотреть на задачу по-новому. Его суть — в замене объекта размышлений другим существующим предметом (любой реальной вещью). При этом первый не должен быть похож на второй. А взаимодействие с существующим предметом сравнивается с тем, который вы планируете создать или выбрать.

Как это работает? Например, игрушечный пистолет можно использовать в качестве объекта исследования работы с календарем. Пули можно

сравнить с заметками о встречах. Отсюда возникают новые ассоциации: разрядить револьвер — отменить все планы, стрелять в стену — развернуть подробные записи.

Способ 3: прислушаться к телу

Бодисторминг — это вариант мозгового штурма. Упор здесь делается на генерацию идей с помощью физического исследования и взаимодействия. Метод требует активного участия в реальной ситуации. Используя тело, вы поймете, как ощущаете и воспринимаете мир, а не только то, что думаете о нем.

Например, если разрабатываете упаковку товаров для пожилых людей, наденьте очки, почти закрытые пленкой. Посмотрите на мир глазами клиента. Когда выбираете площадку для встречи или конференции, побудьте на ней, пройдите маршрут, который предложите гостям. Комфортно ли вам? Что можно улучшить?

Эти техники мы взяли из книги [«Придумай. Сделай. Сломай. Повтори»](#)



Практика

Матрица решений

Таблица
к упражнению
— на следующем
развороте

В основе матрицы набор критериев, по которым можно оценить собственный выбор. Например, мы создаем сайт. Он должен быть простым или сложным? Важен ли яркий дизайн? Является ли удобство в использовании главным условием?

Визуально матрица решений представляет собой таблицу.

Шаг 1: составьте список критериев, по которым будете оценивать решение. Если это концепция сайта, они могут быть следующими: дизайн (соответствие техническому заданию, потребностям пользователя);

физические аспекты (размер, вес, скорость);

удобство (легко понять, эффективно выполняет задачи, продуктивен);

доступность (затраты ресурсов, времени, технологические ограничения).

Подумайте, как вы можете измерить эти критерии, субъективны они или объективны?

Шаг 2: запишите критерии в первом столбце матрицы в порядке приоритетности. Для успешной оценки должно быть минимум 8 пунктов.

Шаг 3: запишите решения в верхнем ряду матрицы (по одному в каждом столбце).

Шаг 4: добавьте удельный вес: являются ли некоторые критерии важнее других? Они могут быть признаны более весомыми. Каждый балл умножается на фактор веса в этих клетках матрицы.

Шаг 5: посчитайте баллы каждой идеи по критериям. Оцените ее в пределах от -3 до +3. Не забудьте, что некоторые критерии стоят больше.

Шаг 6: подведите итог. Можно выбрать решение с большим количеством баллов. А можно совместить самые удачные идеи других предложений, получив новый вариант.

Упражнение из книги [«Придумай. Сделай. Сломай. Повтори»](#)

Критерии	Данное	Концепция 1	Концепция 2	Концепция 3
Например: Соответствует техзаданию						
...						
...						
...						
...						
...						
...						
...						
...						
...						
...						
...						
Количество плюсов						
Количество минусов						
Итого						

Утренние ритуалы для креативности

Креативность помогает нам во всем: в отношениях, работе, решении бытовых задач. Поэтому «включать» ее стоит с самого утра. Хэл Элрод в книге «Магия утра» утверждает: выделив несколько минут с утра, намного проще работать над задачами и генерировать новые идеи в течение всего дня. Попробуйте выполнить каждый из этих ритуалов в первый час после пробуждения.

Медитация

Знакомо ли вам состояние, когда мысли перепрыгивают с одной на другую, сложно сосредоточиться и вы никак не можете завершить даже любимое дело? Такое часто происходит из-за

того, что мы просто отвыкли сидеть в тишине.

Начните утро с отдыха от будничной суеты. Посидите несколько минут в тишине и обратите внимание, как ваш разум успокаивается, тело расслабляется, напряжение ослабевает. В вас растет и крепнет ощущение мира, четкой цели и направления. Наслаждайтесь им.

Чтение

Чтение — великолепный способ развивать воображение, оно дает пищу нашему мозгу и провоцирует его на активную работу. Возьмите художественное произведение, автобиографию или книгу по саморазвитию. Так вы совместите приятное с полезным.

Зарядка

Ничто так положительно не влияет на мозг, как физические упражнения. Небольшая зарядка улучшает кровоснабжение, а значит, вам будет намного проще придумывать новые идеи и прорабатывать детали своих проектов.

Вовсе необязательно тратить десятки тысяч рублей на абонемент в спортзал. Вы можете заниматься спортом и дома — несколько раз отожмитесь, сделайте десяток приседаний, попрыгайте. Этого вполне достаточно, чтобы

подготовить тело и разум к преодолению любых препятствий.

Визуализация

Визуализация — представление достигнутого в вашем воображении — отличный прием, который помогает сделать первый шаг к поставленной цели. Благодаря визуализации вы предвкушаете собственную победу.

Как вы хотите прожить этот день? Каких целей добиться? Попробуйте мысленно ответить на эти вопросы. Представьте себе, что выполнили всё задуманное и теперь наслаждаетесь результатом. Нравится ли вам это ощущение? А теперь пора воплотить мечты в жизнь!

На выполнение каждого из этих ритуалов достаточно потратить 10–20 минут, а то и меньше,

Больше о том, как утро меняет жизнь, читайте в книге [«Магия утра»](#)



МАГИЯ УТРА

6 ПРАКТИК, СПОСОБНЫХ ИЗМЕНИТЬ КЛЮЧЕВЫЕ СТОРОНЫ ВАШЕЙ ЖИЗНИ



5
МИН

ТИШИНА

Начните день со спокойным и ясным умом. Практикуйте медитацию, молитву, глубокое дыхание или выражение благодарности.



5
МИН

ПОЗИТИВНОЕ МЫШЛЕНИЕ

Произносите вслух вдохновляющие слова, связанные с вашими целями. Они помогут преодолеть страхи и почувствовать себя счастливым.



5
МИН

ВИЗУАЛИЗАЦИЯ

Представьте себя за решением приоритетных задач. Представьте, что вы уже достигли поставленных целей. Почувствуйте это.



20
МИН

ФИЗИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ

Займитесь любимыми физическими упражнениями. Они поднимут уровень вашей энергии, укрепят здоровье и уверенность в себе.



20
МИН

ЧТЕНИЕ

Прочтите минимум 10 страниц книги, важной именно сейчас. При чтении помните о конечной цели — чего именно вы хотите достичь с помощью книги.



5
МИН

ВЕДЕНИЕ ДНЕВНИКА

Сделайте несколько записей в свой дневник. Промоляйте уже достигнутый прогресс, повторите выученные уроки и зафиксируйте новые идеи.

Креатив для бизнеса: 10 приемов

Свежие идеи в бизнесе нужны всегда. Вот где простор для креативного мышления! Вот только «включается» оно на работе трудно: рутина затягивает. Выбрали десять эффективных приёмов из книги «Я хочу больше идей!», которые помогут придумать что-то новенькое.

1. Притягивайте идеи

Где к вам приходят лучшие идеи? В душе, в машине по дороге на работу, когда вы гуляете с собакой или просто смотрите в окно? Расслабьтесь или займитесь чем-то, что вам нравится, и идеи потекут непрерывным потоком.

2. Нарушайте правила

Сформулируйте все возможные правила, описывающие, как, по вашему мнению, должен развиваться ваш проект. Затем попробуйте последовательно нарушить каждое из них и посмотрите, что получится. Если от вас требуют радикально новых идей, придумать немыслимое — это

самый подходящий для вас инструмент. Он поможет найти решения, которые удивят и помогут выделиться на переполненном рынке.

3. Пять «почему»

Этот инструмент был разработан в компании Toyota для определения корня технических проблем. Вы можете использовать его, чтобы лучше понять, что вами движет, или узнать, что именно стоит за вашей проблемой.

Сформулируйте свою цель и спросите «почему». Снова спросите «почему». Первые ответы будут очевидными, поэтому задайте себе этот вопрос пять раз — и увидите, насколько глубоко вникли в проблему.

4. В чем проблема?

Столкнуться с проблемой — это как обнаружить препятствие на пути. Если ничего не предпринимать, вы окажетесь в тупике. Однако вы можете воспользоваться инструментом из области психотерапии и сформулировать проблемы в виде открытых вопросов.

Например, «у нас не хватает времени» превращается в «как мы можем освободить больше времени, чтобы всё получилось?» Заменяя проблемы открытыми вопросами, вы находите пути в обход препятствия. Дальше вам нужно исследовать эти пути.

5. Простота твита

Опишите важность своего проекта, уложившись в 140 знаков и не используя жаргон. Четкая и убедительная цель — ваш компас, указатель и эталон. (Заметьте: в этих двух предложениях ровно 140 знаков.)

6. Представьте мир, в котором вас нет

Вообразите, что вы исчезли. Чего людям будет не хватать? Эта техника заставит вас остановиться и задуматься. Она может стать первым шагом в определении творческой цели, которую вы ставите перед собой, то есть куда вы хотите двигаться и почему.

7. Проколите пузырь фильтров

Информация, которую мы получаем из социальных сетей и поисковых машин в интернете, фильтруется алгоритмами. Они стараются предложить то, что, по их мнению, нужно именно нам. При этом они основываются на нашей прошлой активности. Такой пузырь фильтров очень удобен — но и невероятно опасен для творческого мышления. Это как окружить себя друзьями, которые будут говорить вам только то, что вы хотите слышать.

Сходите к газетному киоску и купите что-

нибудь, что вы никогда не читаете: «Отдохни!», Forbes или «Рыболов», это неважно. Прочитайте и поп-робуйте понять, каких взглядов и убеждений придерживаются редакторы. Как они отличаются от ваших?

8. Крадите суть

Мы все вдохновляемся работой других людей — до такой степени, что неминуемо их копируем. Если мы слепо копируем один источник (и пытаемся замести следы) — это плагиат. Когда же мы используем несколько источников, адаптируя их по мере продвижения работы, — это вдохновение.

Вначале вам нужно понять, в чем заключается суть вашего проекта. Затем спросите себя, кто еще с успехом решает подобные задачи и что вы можете перенять для собственных нужд. Либо же вы можете определить набор свойств, присущих вещам, которые вас вдохновляют, и попробовать сочетать их разными способами.

9. Команды поддержки

Идеи рождаются в умах отдельных людей, но реализуют их обычно команды. Вначале ни одна идея не идеальна, поэтому делиться незаконченной работой с другими может быть стыдно. Вам нужно найти способ снять эмоци-

ональную напряженность на стадии разработки, если вы хотите, чтобы члены команды поддерживали друг друга.

Тестируя идеи в реальной жизни на этапе разработки, вы можете заметить потенциальные проблемы и придумать, как их устранить.

10. Перекрестные идеи

Для этой техники вам потребуется один или несколько партнеров. Каждый участник записывает одну или несколько простых идей, затем меняется с другими участниками, чтобы подумать над развитием полученной идеи. Повторите упражнение три-четыре раза, и вы быстро соберете множество идей.

Больше техник — в книге [«Я хочу больше идей!»](#)



Практика**6 упражнений
на креативность**

Мы часто слышим, что творческие способности даются от природы. То есть одни люди могут генерировать идеи и создавать нечто потрясающее, а другие нет. Художник Майкл Атавар уверен в обратном: креативность заложена в человеке с рождения. А простые упражнения откроют фонтан творчества прямо сейчас. Вот полезные техники из книги «Креативность».

1. Пишите на одном дыхании

Возьмите блокнот (или лист бумаги). Глубоко вдохните. Выдыхая, начинайте писать — без всякого замысла, не оценивая и не контролируя, просто поток слов. Записывайте прилагательные, цвета, ощущения. Пишите, пока не понадобится вдохнуть. Посмотрите на бумагу: что вам открылось? Не огорчайтесь, если вышла бессмыслица (мы слишком заикливаемся на том, что должно получиться что-то хорошее). Главное, что удалось начать. Поздравляем!

В этом упражнении есть отсылка к дзен-буддийскому понятию «разум начинающего»:

все есть начало. Мы начинаем каждый день, каждый момент. Начинаем, когда дышим, делаем вдох и выдох. Здесь таятся безграничные возможности. Попробуйте почувствовать себя открытыми и любопытными.

2. Добавьте в поиски хаос

Попробуйте сделать в своем блокноте вот что: соединяйте слова случайным образом (любые существительные и прилагательные). Выберите четыре и сосредоточьтесь на них. Найдите связь. Создайте из них историю, ощущение, мозаику, диалог. Например, вот четыре слова: мотоцикл, желтый, западный, мода. Подумайте: какая история их связывает? Желтый мотоцикл появился на модном показе в Лондоне? Если так, что он привез? Новый продукт, способ коммуникации, идею, другой язык? Мотоцикл подгоняет эти мысли.

3. Ищите случайности

Ищите случайные сочетания слов везде, где только можете (в расписаниях поездов, в кассовых чеках, в новостных заголовках, в дорожных объявлениях). Найдете ли вы необычные соединения? Используйте их в названиях, приемах работы, сочетайте как элементы ДНК. Случайности уведут от клише и тривиальности. Возвращайтесь к началу.

Книга «[Креативность](#)»

щаясь домой на автобусе, выхватите несколько элементов окружения: слова, числа, заголовки, цвета. Мысленно сложите их: о чем они говорят?

4. Разрешите себе бояться

Любой проект начинается с попытки воплотить мысли или идеи в форму. Их трудно «вытолкнуть» в реальность. Обычно мы не начинаем, потому что боимся трудностей. Но как только принимаем их, все ужасы и блоки испаряются.

Разрешите себе бояться начала 10 секунд. Дышите глубже, почувствуйте блок. Что-нибудь приходит: образ, цвет, чувство? Удерживайте это как можно дольше, а потом опишите максимально подробно. Здесь, в глубине вашего «я», вы найдете способы справиться со своими трудностями.

5. Создайте визуальный образ

Вот как можно получить больше удовольствия от начала. Разделите проект на сто небольших частей: персонаж, описание, эмоции, место действия. Каждый раз выбирайте только один элемент и записывайте его на цветном стикере. Не беспокойтесь о проекте в целом. Наклеивайте стикеры на стену или в блокнот формата А6, пока не закончится место. Собрав части вместе, подумайте над структурой. Но в первую очередь

создайте правильное настроение. Не оставайтесь наблюдателем — войдите в свою работу, в визуальный образ.

Помните, что креативность связана с действием. Если не давать идее физического воплощения, она никогда не изменится.

6. Погрузитесь в противоположное

Попробуйте изучить свое представление о трудном. Представьте серию тестов, путешествий или вариантов обстановки, противоположных тому, к чему вы привыкли. Например: город пришельцев, заброшенный лагерь, нудистский пляж, лес, первобытное болото, аэропорт, жизнь до нашей эры. Отметьте варианты, которые кажутся непереносимыми. Напишите пару строк о культуре и опыте пребывания в этом месте. В своих записях вы заметите что-то близкое, более домашнее. Погружая себя в чуждую среду, иногда находишь неожиданных союзников. Например, если описание леса в основном сосредоточено на страхе неизвестного, притяните этот элемент в свою работу, добавьте немного хаоса и неясности в креативный процесс.

Простые упражнения на развитие творческого мышления ищите в книге [«Креативность»](#) (из серии [«Думай иначе»](#))



«Мне нравится погружаться в противоположное, в мои страхи, делая их частью работы — не скрытыми, а активными и видимыми. Я как будто швыряю краски в собственную личность, пока не сдамся»

Майкл Атавар, художник и бизнес-консультант, автор книги [«Креативность»](#)

Поиграем? Развиваем креативность с помощью настольных игр

Креативное мышление — это способность видеть ситуацию под иным углом, успешно решать задачи нестандартным образом, создавать и находить новые оригинальные идеи, отклоняясь от принятых схем мышления. Мыслить вне шаблонов и поддерживать гибкость мышления помогают настольные игры. Вот 4 преимущества, которые вы получаете, просто бросая кубик и делая ход:

1. Укрепление социальных навыков

Зачастую креативность побуждает людей быть более общительными, социальными. Мы создаем что-то новое для людей: презентуем наши идеи, делимся готовыми разработками и получаем обратную связь. Все это требует развития навыка общения. И настольные игры дают прекрасную возможность для этого.

Пожалуй, это самый важный компонент настольной игры — взаимодействие между игроками за столом. И чем чаще вы играете в кругу малознакомых людей, тем быстрее прокачиваете навык общения.

Еще одна замечательная сторона настольных игр заключается в том, что игроки в них не разделяются по социальному статусу. Вы можете играть со своим другом, бабушкой, начальником или семилетним ребенком — в настольных играх все равны и играют по одним и тем же правилам. Поэтому придется учиться договариваться, взаимодействовать, предугадывать действия соперников, ну и немного хитрить.

2. Принятие решений и решение проблем

«Как, и здесь решать проблемы?» — спросите вы. Конечно, ведь это базовый навык, необходимый в нашей жизни. Каждая игра представляет собой уникальную ситуацию, в которой проверяются умения креативно мыслить и искать варианты решения. И суть игры состоит в том, чтобы получить желаемый результат как можно быстрее и с меньшими затратами.

При этом здесь нет единственно правильного решения, потому что каждый ваш шаг имеет десятки вариантов продолжения. Но, как и в жизни, шаги делаете не только вы, но и ваши соперники, что тоже влияет на развитие событий.

Поэтому, если игрок хочет выиграть, ему придется постоянно принимать решения на протяжении всей игры.

3. Управление чувством тревоги

Гибкость мышления позволяет воспринимать вещи и события свежим, незамыленным взглядом. Но также это отражается на внутреннем мире человека: он сложный и неоднозначный. Считается, что творческие люди склонны страдать от тревоги и переживаний.

Настольные игры будут полезны и здесь. Прежде всего, они помогают расслабиться (потому что они веселые и интересные). Расслабившись, вы начинаете творить естественно, без давления на собственное творческое начало.

4. Изучение нового и движение вперед

Креативность — это антоним обыденности, рутины. Творческие люди постоянно изучают что-то новое, придумывают невероятные идеи и движутся только вперед. Суть настольной игры та же самая. Просто невозможно, чтобы игрок прекратил проработку победных стратегий, анализ ситуации или поиск новых возможностей в игре.



Одна из наших самых креативных игр — [«Идея на миллион»](#)

Что почитать

Узнать больше о креативном мышлении можно из книг МИФа. Эти книги мы использовали при подготовке сборника:

[Придумай. Сделай. Сломай. Повтори](#)

[Креативность \(серия «Думай иначе»\)](#)

[Я хочу больше идей!](#)

[Магия утра](#)

[Взлом креатива](#)

Весело провести вечер и прокачать креативное мышление помогут наши игры:

[Идея на миллион](#)

[Креативное агентство](#)

А еще загляните в блог МИФа, чтобы:

[Найти 8 способов «включить» креативное мышление](#)

[Узнать, как связаны творчество и нейробиология](#)

[Поломать голову над зрительными иллюзиями](#)

[Убедиться, что ломать — хорошо](#)

[Выполнить 5 упражнений на креативность от преподавателя Стэнфорда](#)

Рассылка МИФа по саморазвитию

Рассказываем о самых крутых книгах МИФа. Вытаскиваем из книг самые интересные советы и цитаты и отправляем вам по почте раз в неделю.

[Подписаться](#)



2

книги в подарок
в первом письме