

上學期我修習過了一門關於「問題解決與設計」的通識課程，課程內容我認為跟這本書有異曲同工之妙。「找出問題」和「解決問題」是這本書裡，最為重要所要傳達的一個概念，不只物品可以經由設計師所設計，人生其實也能夠靠自己去規劃與設計，讓每段人生都有屬於自己與眾不同的故事。

至於該如何設計人生，首先，必須得主動去尋找「問題」。其中，書裡提到了健康，工作，遊戲與愛的儀表板這一個檢視的方式，由這個方式可以去發覺自己在目前為止所面臨到的狀態，並瞭解之中有哪些好的地方可以保持，有哪些不好的地方可以改善，加以釐清自己所需要的是什麼，欠缺的又是哪一些部份，透過探索來更加認識自己。

此外，也可以試著去記錄自己每天所做了哪些事情，並加以註記每件事情的過程，感受自身投入的程度和精神狀態，像是寫日記那樣，經過長期記錄之下，或許就能察覺到自己對於哪方面的事感到興趣，且會感受到正面能量，藉此去清楚明白地知道合適的方向，尋找到自己所需要的。

其實無論在任何階段，人生總是會遇到迷茫，或低潮的時候，一旦查覺到有這樣的念頭，我們就更應該積極的正視它，意識到真正的問題並用正確的方式去解決，如此一來，自己將能成為一位成功的人生設計師。