



## *Design Your Life!*

Wie Design Thinking zur Potentialentwicklung und  
Berufsorientierung junger Menschen beiträgt

**Design Thinking** ist eine interdisziplinäre Methode, die ursprünglich aus dem Industriedesign stammt und zur Entwicklung neuer Produkte oder Geschäftsideen verwendet wird. Seit einigen Jahren wird sie auch im Rahmen der Hochschullehre eingesetzt und wissenschaftlich erforscht (Huber et al. 2016). Studien zu Design-Thinking-Kursen, die von Burnett & Evans (2016) zur Potentialentwicklung bei Studierenden eingesetzt wurden, zeigten in der empirischen Überprüfung („Designing your life“; Oishi 2012; Reilly 2013), dass die Teilnehmer...

- besser in der Lage waren, einen Berufsweg einzuschlagen und zu verfolgen, den sie wirklich wollten;
- weniger dysfunktionale Überzeugungen (z.B. Selbstzweifel) hatten und
- eine größere Fähigkeit, neue Ideen für ihr Lebensdesign zu generieren.

Die Methode des **Design Your Life!** ist eine Weiterentwicklung des Design Thinking. Sie wird eingesetzt, um Potentiale zu entfalten und Herausforderungen proaktiv zu gestalten. Im besonderen Fokus stehen die Aspekte Analyse, Rekursivität, Kommunikation und Praxisbezug.

### **Was ist Dein Design-Problem?**

Zum einen legt **Design Your Life!** besonderen Wert auf die **Analyse**: Je präziser die Ausgangslage erfasst wird, desto klarer kann die Lösung für das Design-Problem bestimmt werden. Der Ursprung liegt im Design, denn bei der Entwicklung neuer Produkte geht es vor allem darum, zu verstehen, wie der Kunde denkt, lebt, sich bewegt, was er sich wünscht und erträumt (Empathy Map). Es geht darum zu erkennen, über welche Fähigkeiten und Ressourcen die Teilnehmer verfügen, um aktiv Veränderungen herbeizuführen. Der Fokus richtet sich also auf die eigenen Gedanken, Intentionen, Werte, Überzeugungen, Stärken und Schwächen.

### **Gehe zurück auf Los!**

**Design Your Life!** ist eine **rekursive Methode**, mit der man der Lösung schrittweise näherkommt und dabei immer wieder Schleifen zum Anfang dreht: Wie beim Experimentieren im Labor werden mögliche Lösungsansätze einem Praxistest unterzogen. Zeigt der Praxistest, dass die Lösung noch nicht durchdacht genug war, geht man zu den Grundlagen zurück und dreht erneut an den ursprünglichen Stellschrauben.

### **Nutze die Schwarmintelligenz!**

**Design Your Life!** ist zugleich auch eine **kommunikative Methode**, bei der Rückmeldungen anderer in die Problemstellung und Lösungsfindung einbezogen werden (Schwarmintelligenz oder Multiple Intelligenz). Feedback wird somit nicht nur

zu einer Goldgrube für die eigenen Ideen, sondern zu einem natürlichen Bestandteil von Weiterentwicklung, Potentialentfaltung und Ausbildung.

### Wage den Praxistest!

Schließlich ist einer der Vorteile von *Design Your Life!* der starke **Praxisbezug**: Mögliche Lösungen werden sofort ganz oder in Teilen umgesetzt und bewertet, um zeitnah ein Feedback zu bekommen, inwiefern die ergriffenen Maßnahmen zur Lösung des Design-Problems geeignet sind. Besondere Wichtigkeit hat dabei der so genannte Prototypenbau, der darin besteht, die gefundenen Lösungsoptionen mit der Lebensrealität zu konfrontieren und experimentell zu prüfen, ob diese realisierbar und wünschenswert sind.

Methodisch teilt sich das Vorgehen im Zuge des Prozessmodells (Abbildung 1) in drei Abschnitte:

- 1) **Kernfragen analysieren**
- 2) **Lösungsansätze finden**
- 3) **Lösungen experimentell überprüfen**

Die TeilnehmerInnen durchlaufen in der Gruppe unter Anleitung durch einen Design Coach diese neun Phasen – entweder in semesterbegleitenden Lehrveranstaltungen (Hochschule) oder Workshops (Schule, Ausbildungsplatz). Dies ist sowohl online als auch präsent oder in Hybridformen möglich (Meinel & Krohn, 2022).

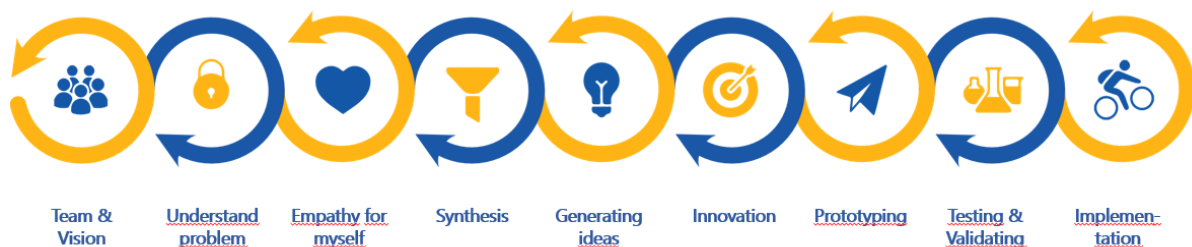


Abbildung: Design-Thinking-Prozessmodell (eigene Darstellung nach Curedale 2019)

Im ersten Schritt geht es darum, das Design-Problem zu erkennen, in seiner ganzen Breite und Tiefe zu analysieren und schließlich genau zu beschreiben. Auf der Grundlage dieser Ergebnisse begibt sich der jeweilige Teilnehmer mithilfe von Kreativitätsmethoden auf die Suche nach Lösungsoptionen (ggfs. mit Unterstützung anderer Teammitglieder). Erst wenn diese Vielfalt geschaffen wurde, wird aussortiert und geclustert, so dass zwei bis drei machbar erscheinende und passende Lösungsansätze festgelegt werden können. Diese werden im letzten Schritt anhand von Kriterien, die vorab definiert werden, bewertet und in die Praxis umgesetzt. Im Rahmen des Prototyping werden Lösungen ausprobiert und auf Tauglichkeit überprüft.

Im Rahmen des immersiven Lernens durchlaufen die TeilnehmerInnen die Phasen der Ideenfindung und Ideentestung als selbstreflektiven Prozess. Das dadurch gewonnene Erfahrungswissen befähigt sie dazu, das Design Thinking im späteren beruflichen Kontext adäquat einsetzen und anwenden zu können. Schüler und Studierende können somit bei der Wahl ihrer beruflichen Tätigkeit systematisch unterstützt werden, indem sie in Workshops sich selbst und ihre persönliche Ressourcensituation besser kennenlernen. Dadurch wird die Wahrscheinlichkeit eines Ausbildungsabbruchs verringert (Goodman & Manno 2019) und die damit verbundenen volkswirtschaftlichen Kosten gesenkt. Lebenszufriedenheit und Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten erhöhen sich. Psychologische Fähigkeiten wie interne Kontrolle (Rotter 1954, 1966, 1975), Selbstwirksamkeit (Bandura 1977), Empathie (Davis 1980) und Selbstreflexion (Ispaylar 2016) werden gestärkt. Indem sie größere Klarheit in Bezug auf ihre persönlichen Werte gewinnen (Wertekompass), erschließen sich die TeilnehmerInnen neue Kapazitäten in Hinblick auf ihre ethische Intelligenz (Poech & Potter 2020). Im Übrigen kann Design Thinking, einmal erlernt, bei zukünftigen Entscheidungen eigenständig und ohne Anleitung von außen angewandt werden (selbstermächtigendes Lernen).

### **Literatur zu Design Thinking**

Burnett, B., Evans, D.: *Designing Your Life: How to Build a Well-Lived, Joyful Life*, 2016 (in deutscher Sprache: Mach, was Du willst: Design Thinking fürs Leben).

Burnett, B.: *The Designing Your Life Workbook: A Framework for Building a Life You Can Thrive In*, 2018.

Burnett, B., Evans, D.: *Designing Your Work Life: How to Thrive and Change and Find Happiness at Work*, 2020.

Curedale, R.: *Design Thinking Process and Methods*, 2019.

Meinel, Ch., Krohn, T.: *Design Thinking in der Bildung*, Wiley, 2022.

### **Video zu Design Your Life! (in englischer Sprache)**

Poech, A., Potter, C.: Ethical Literacy, Generation Corona and Design Your Life! Konferenzbeitrag *NeuroPsychoEconomics 2020*, Abrufdatum 20.02.2022.

<https://ethica-rationalis.org/ethical-literacy-generation-corona-and-design-your-life-by-angela-poech-cynthia-potter/>