

Entwicklung eines „Odyssey Plans“

Du entwickelst drei unterschiedliche Fünfjahres-Zukunftsszenarien („Odysseys“), um deine Zukunft kreativ zu gestalten, statt dich auf nur einen Plan festzulegen. Dadurch gewinnst du mehr Klarheit, reduzierst Unsicherheiten und entdeckst neue Möglichkeiten für deine persönliche und berufliche Entwicklung.

1 Plan A – „Erwarteter Pfad“

Was passiert, wenn du deinen aktuellen Weg einfach fortsetzt?

- Was würdest du in den nächsten 5 Jahren tun?
- Welche Entwicklung würdest du erwarten?
- Wo siehst du dich beruflich und persönlich?

2 Plan B – „Alternativer Pfad“

Stell dir vor, dein jetziger Plan fällt weg (z. B. Studienrichtung, Lebensumstände, Job).

- Welche Alternative erscheint dir spannend?
- Wie sähe dein Leben stattdessen aus?

3 Plan C – „Wildcard“

Was würdest du machen, wenn Geld, Erwartungen oder Normen keine Rolle spielen würden?

- Was ist dein Traumleben ohne Beschränkungen?
- Was würde dir sofort Energie geben?
- Wie würde dein Alltag aussehen?

Anleitung

1

Odyssey-Plan A

Wenn alles so weiterläuft wie bisher ...

Was mache ich in den nächsten 5 Jahren in den Bereichen Studium, Interessen, Beruf, Wohnort, Familie, Freunde und Umfeld?
Wie möchte ich mein Leben gestalten?
Wie sehen meine wichtigsten Meilensteine bei diesem Plan aus?

2

Odyssey-Plan B

Mein aktueller Plan ist nicht möglich – was dann?

Wie sieht mein Leben stattdessen aus auch im Hinblick auf Beruf/Tätigkeit, Alltag und Umfeld?
Welche neuen Chance ergeben sich?

3

Odyssey-Plan C

Wenn Geld, Erwartungen und Angst keine Rolle spielen ...

Was würde ich tun?
Was wäre meine Traumtätigkeit/mein Traumberuf?
Wie sieht mein idealer Alltag aus? Mit wem und was verbringe ich meine Zeit und warum reizt mich das?

Für jeden Plan solltest du dir überlegen, welche Momente und Erfahrungen du in den nächsten fünf Jahren gerne erleben möchtest. Fordere dich selbst heraus, diese Momente zu zeichnen (Skizzen, Symbole...). Zeichnen hilft dabei, deine Kreativität auf eine andere Weise zu aktivieren. Nutze dafür die visuelle Zeitleiste aus der Vorlage. Es gibt kein Richtig oder Falsch.

Nachdem du deine Vorstellungen visualisiert hast, vergib einen Titel und reflektiere, wie du dich wirklich bei dem fühlst, was du auf dem Papier festgehalten hast.

Anleitung

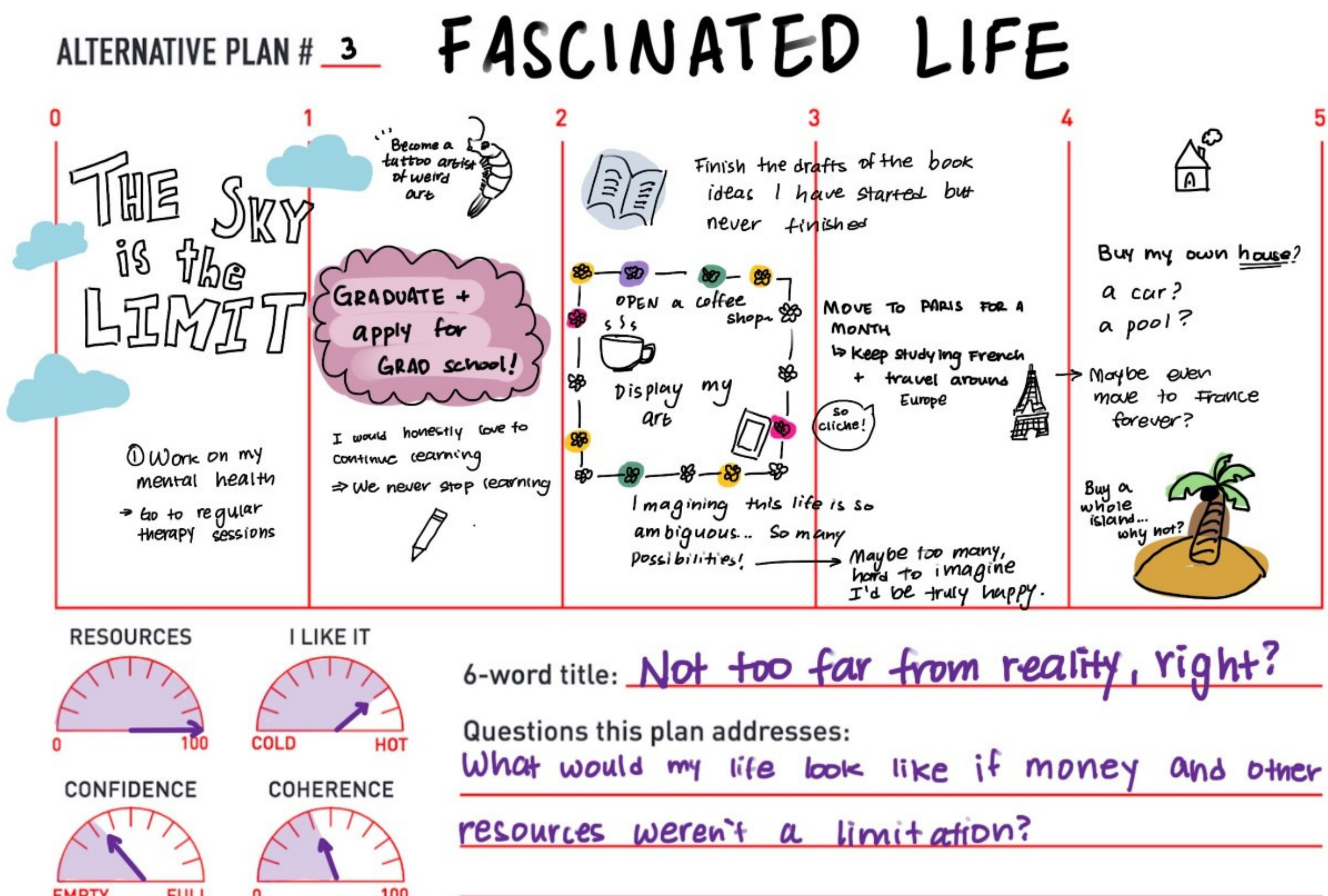
Jede Version enthält:

Eine visuelle Zeitleiste und einen Titel (max. 6 Wörter)

Eine Selbsteinschätzung zu...

- **Ressourcen:** Hast du Zeit, Geld, Energie, Wissen und Kontakte?
- **Attraktivität:** Wie fühlt sich dieser Plan für dich an?
- **Zuversicht:** Wie wahrscheinlich erscheint dir die Umsetzung?
- **Kohärenz:** Wie gut passt der Plan zu dir, deinen Werten und deinem Lebensstil?

Notiere außerdem drei Fragen, die die jeweilige Option bei dir aufwirft. Überlege welcher der Pläne dir am meisten Energie gibt und was die drei Pläne vielleicht auch gemeinsam haben.



Beispiel von Nicole Chacon

Reflexion

Sobald du deine Odyssey-Pläne erstellt hast, unternimm Schritte, um sie zu **erproben**:

Welchen kleinen Schritt könntest du in den nächsten 2 Wochen ausprobieren, um deine Odysseen zum Leben zu erwecken?

- **Sprich mit Menschen**, die dieses Leben führen – Führe Gespräche mit Fachleuten oder Personen, die einen ähnlichen Weg eingeschlagen haben. Ideen, wie man passende Ansprechpartner findet, findest du in der Linkliste.
- **Probiere aus** – Begleite jemanden in deinem Wunschberuf, besuche einen Kurs oder starte ein Nebenprojekt, um dein Interesse zu testen.
- **Reflektiere und passe an** – Welcher Plan begeistert dich am meisten? Welcher passt am besten zu deinen Werten (siehe Werteübung in der Linkliste)? Nimm bei Bedarf Anpassungen vor.

Odyssey Planning erinnert uns daran, dass das Leben flexibel ist und es viele erfüllende Arten zu leben gibt.

Wir wünschen dir viel Spaß beim Ausprobieren.

Alternative Plan #	0	1	2	3	4	5
	 RESOURCES	 I LIKE IT	 CONFIDENCE	 COHERENCE	Questions this plan addresses: 	

Linkliste Zukunfts- und Berufsperspektiven

Austauschmöglichkeiten

Studienbotschafter: www.studienbotschafter.de/fuer-schueler/

Mentoring bei HAI: www.uni-heidelberg.de/de/alumni/karriere/mentoring/mentorinnen-bei-hai

Nutze auch Xing und LinkedIn, um mit anderen in Kontakt zu treten.

Workshops

Veranstaltungsprogramm heiSKILLS Career Service:

www.heiskills.uni-heidelberg.de/de/ueber-uns/career-service/angebote-fuer-studierende-doktorandinnen-und-absolventinnen/kurse-und-informationsveranstaltungen

Moodle Kurs “Bachelor, was dann?” der Zentralen Studienberatung

www.uni-heidelberg.de/de/studium/service-beratung/bachelor-und-was-dann-designe-deinen-weiteren-weg

Berufsperspektive Veranstaltungen_

www.heiskills.uni-heidelberg.de/de/ueber-uns/career-service/angebote-fuer-studierende-doktorandinnen-und-absolventinnen/veranstaltungsreihe-berufsperspektive

und verschiedene Veranstaltungsreihen innerhalb der Fächer

Recherche nach Berufsfeldern

Berufenet: <https://web.arbeitsagentur.de/berufenet/>

Jobmessen z.B. IT-Jobmesse der Uni Heidelberg, Fakultätskarrieretag Jura.

Linkliste Zukunfts- und Berufsperspektiven

Videos zu Berufsperspektiven

ard alpha Uni Orientierung für Studium & Beruf

www.ardalpha.de/alpha-uni/alpha-uni-orientierung-fuer-studium-und-beruf-100.html

ARD Lohnt sich das?

www.ardmediathek.de/sendung/lohnt-sich-das/Y3JpZDovL2JyLmRlL2Jyb2FkY2FzdFNlcmlscy9mYzkyMWQxMC1iY2VjLTQxZmYtOWY3ZC05ODI0YzM0ZDY1MmY

Wertepuzzle

www.bw-best.de/fuer-trainer/best-digital/wertepuzzle

Buchtipps

- **Bill Burnett & Dave Evans (2016):** Mach, was Du willst Design Thinking fürs Leben
- **Bill Burnett & Dave Evans (1016):** Designing Your Life: How to Build a Well-Lived, Joyful Life
- **Robert Kötter (Autor), Marius Kursawe (2015):** Design Your Life: Dein ganz persönlicher Workshop für Leben und Traumjob!