



**Work  
4Germany**

# **Spannungsbasiertes Arbeiten**

26.Oktober 2022

Christian Müller, BMF-Fellow

Tobias von Knobelsdorff, BMJ-Fellow

# Ziele der heutigen Schulung



**Spannungsbasiertes Arbeiten  
kennenlernen**



**Anwendungsmöglichkeiten  
diskutieren**

# Agenda

**Begrüßung & Check-in**

**Impuls spannungsbasiertes  
Arbeiten**

**Anwendung in der Praxis**

**Zusammenfassung und Check-  
out**



# Check-in

## Austausch in Murmelgruppen

### Zwei Leitfragen:

- **Wie war das Barcamp für euch bisher?**
- **Was erwartet ihr in der heutigen Sitzung?**

# Spannungsbasiertes Arbeiten

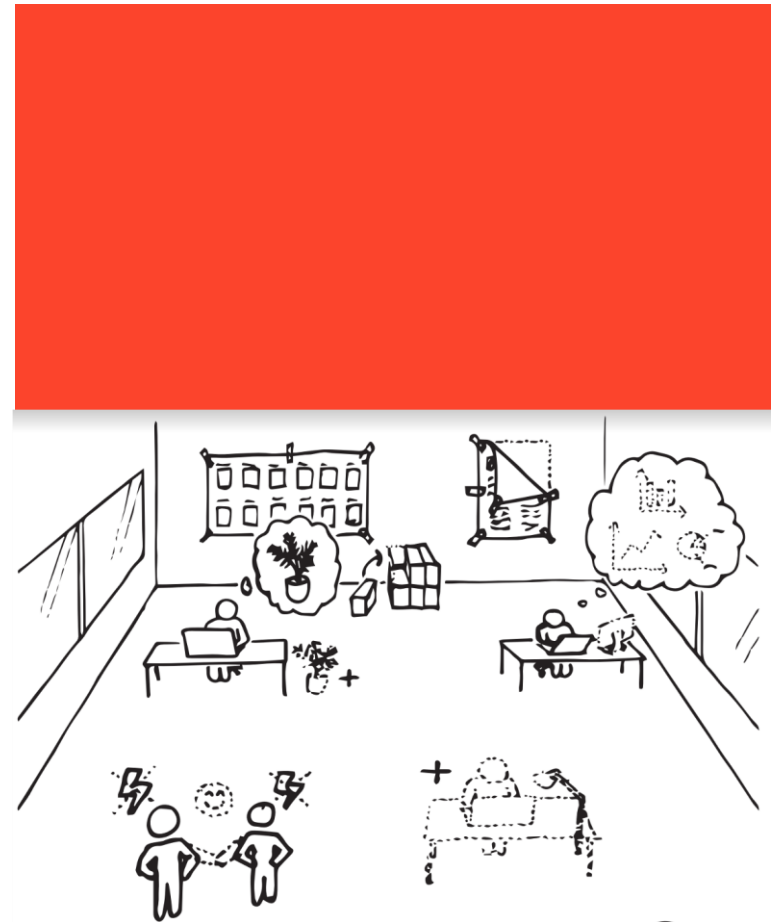


# Spannungen

## Treibstoff einer Organisation

Wünsche, Ideen, Bedarfe,  
Optimierungspotentiale,  
Anregungen, Konflikte, Probleme,  
Geistesblitze, ...

→ Jeder Impuls zur Veränderung



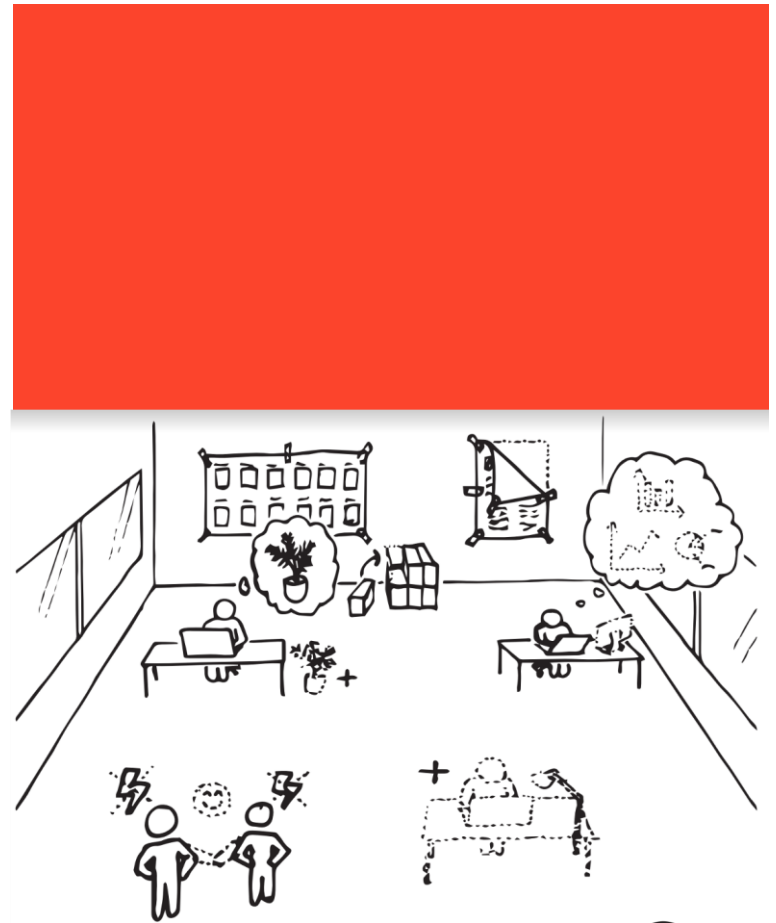
# Spannungen

## *Kompetenzen im Umgang*

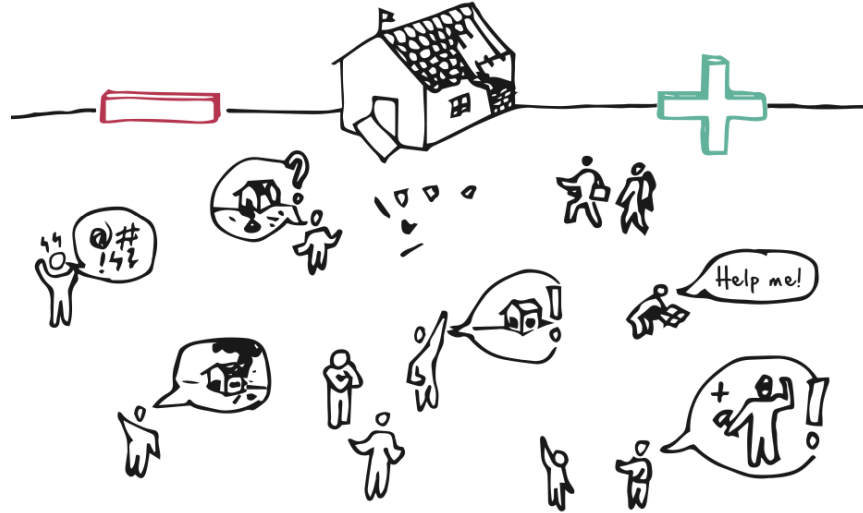
- 1. Erkennen und Zulassen*
- 2. Verstehen und Unterscheiden, wie die Spannung eingebracht werden kann*
- 3. Spannung einbringen*

*-> jede Spannung ist valide*

*→ jede/r ist für die eigene Spannung verantwortlich*



# Perspektiv- wechsel - Denken in Vorschlägen



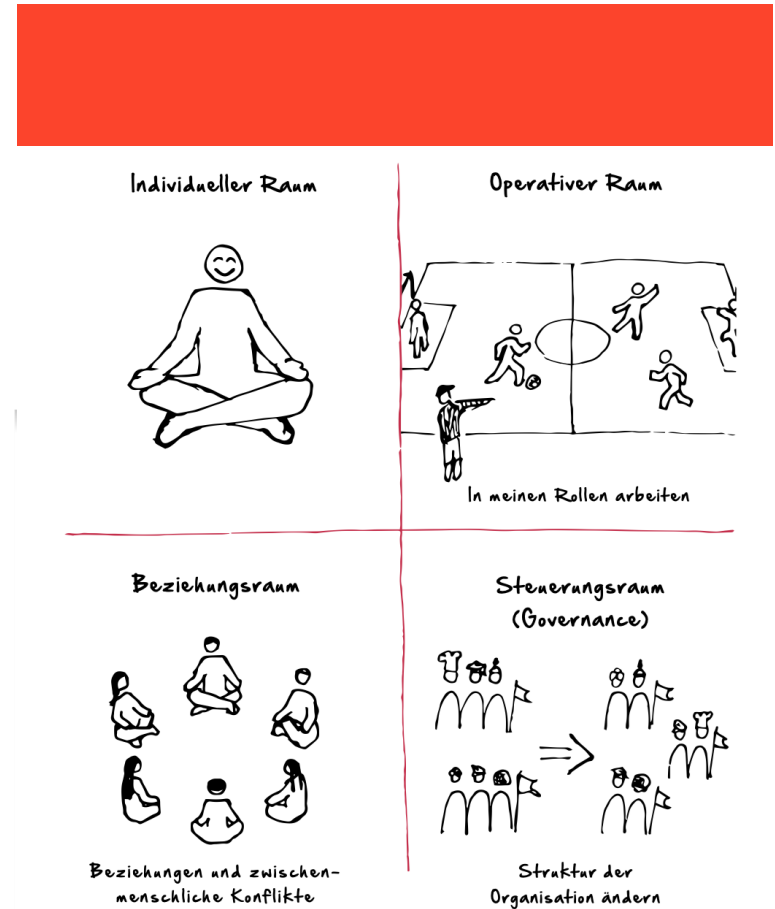
- "Es ist so schlimm, dass es hier keine Struktur gibt."
- "Kollege X hat das schon wieder verbockt."
- "Die Stakeholder bei der AG und im Handel verstehen das einfach nicht."
- "Wir/Jemand müsste mal Projekte priorisieren."
- + Was brauche ich?  
Was braucht meine Rolle?  
(Bedürfnis)
- + Was fehlt mir?  
(Spannungen wahrnehmen und adressieren)
- + Was kann ich tun?  
Was wäre der erste Schritt?  
(aktiv handeln)



# 4 Räume

## Verschiedene Ebenen zur Lösung von Spannungen

- Spannungen können in 4 Räumen gelöst
  - Lösungen sind fast immer in allen 4 Räumen möglich
- > finde immer den richtigen Raum für deine Spannung
- "Was brauchst du?"



# 4 Räume-Situationen

**Ist das meine Aufgabe? Bin ich dafür überhaupt zuständig?**

**Ich würde gern noch mal über unsere Ziele im nächsten Jahr sprechen.**

Aus der Leitung soll es Vorgaben für die Ausrichtung des Hauses geben. Da gab es auch was im Intranet dazu. Weiß da jemand mehr drüber?

**Es gibt da ein neues abteilungsübergreifendes Projekt, dazu würde ich gern was sagen**

**Ich fühle mich nicht sichtbar genug der Leitung gegenüber.**

Wenn es im Referat mal "brennt", ziehen sich einige Kollegen zurück. Ich möchte, dass wir stärker an einem Strang ziehen.

# 4 Räume

*Individueller Raum*

*Operativer Raum*

**Ich fühle mich nicht  
sichtbar genug der  
Leitung gegenüber.**

**Unsere Referatsrunde dauert oft länger als  
geplant, das bringt mich oft in Zeitnot.**

**Aus der Leitung soll es Vorgaben für die  
Ausrichtung des Hauses geben. Da gab es auch  
was im Intranet dazu. Weiß da jemand mehr  
drüber?**

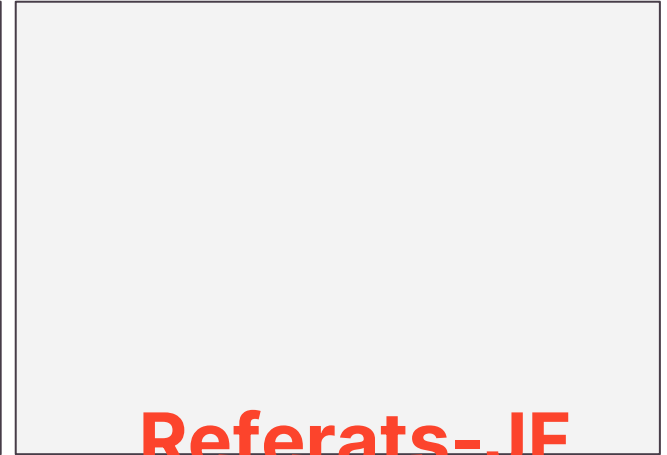
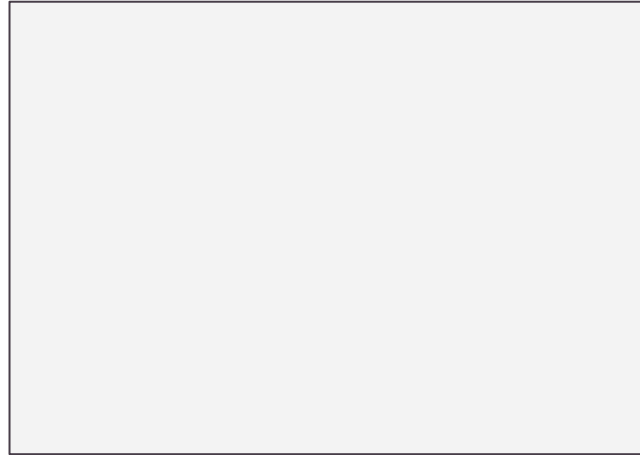
*Beziehungsraum*

*Steuerungsraum* 12

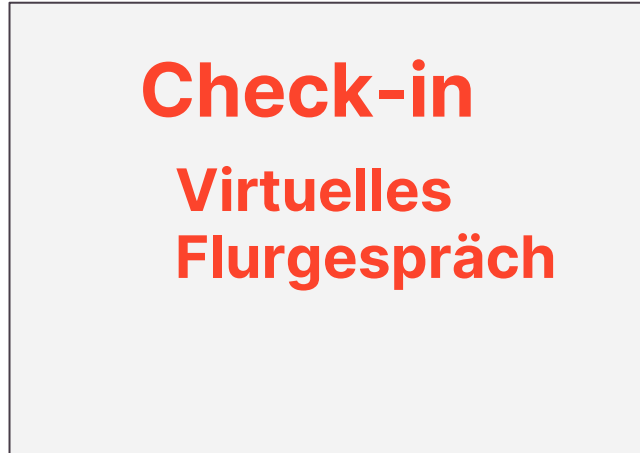
# 4 Räume

*Individueller Raum*

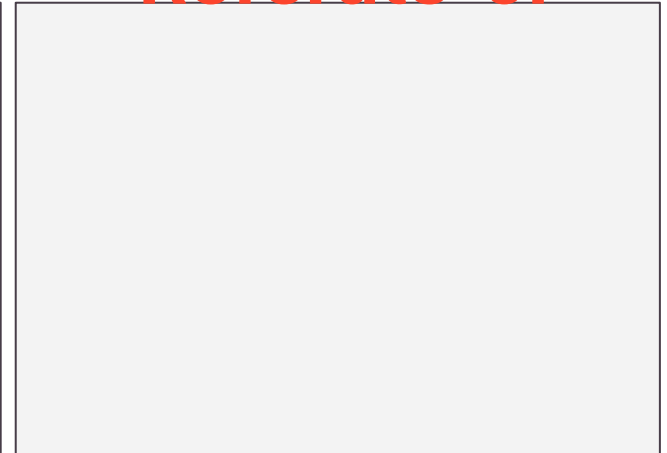
*Operativer Raum*



**Referats-JF**



**Check-in**  
**Virtuelles**  
**Flurgespräch**



*Beziehungsraum*

*Steuerungsraum* 13

# Fragen & Diskussion

- **Wie kann spannungsbasiertes Arbeiten im Referat/ Abteilung/ Ressort angewendet werden?**
- **Wie kann spannungsbasiertes Arbeiten für dich als Einzelperson angewendet werden?**

# Zum Weiterdenken...

Nutze die 4 Spaces, um eine Spannung aus deinem Arbeitsleben einzuordnen. Dadurch kannst du dir selbst etwas mehr Klarheit über deine Handlungsmöglichkeiten verschaffen.

- Wie sähe eine Handlungsmöglichkeit zum Adressieren deiner Spannung in allen vier Bereichen der 4 Spaces aus?
- Welche Option empfindest du als aussichtsreiche Option?

# Check-out

**Was machst du nach dem Ende des heutigen Arbeitstages?**

...

**Auf einer Skala von 1 bis 5: Wie wahrscheinlich ist es, dass du dich noch mal im Arbeitskontext mit dem Spannungsbegriff befasst?**

**Was muss noch gesagt werden, um gut aus der Session und dem Barcamp herauszugehen?**



**Work  
4Germany**

**Vielen Dank!**