

„Ja aber“ / „Ja und“

Haltung entwickeln

„Ja aber ...“ ist ein Warm-Up, das dabei unterstützt, eine Haltung aufzubauen, die Kreativität, Kooperation und auch die Entscheidungsfindung unterstützt. Darüber hinaus lässt sich anhand der Übung gut erfahren und reflektieren, dass sowohl divergente (z.B. für die Ideenfindung), als auch konvergente (z.B. für Entscheidungen) Phasen wichtig sind und Menschen sich in der einen oder anderen Phase tendenziell wohler fühlen bzw. sie eher ihrem Naturell entspricht. Dies kann und soll bei der Planung von Abläufen sowie der Zusammensetzung von Teams berücksichtigt werden.



Partnerarbeit



6 Minuten

Vorgehensweise:

1. Partner:in finden

Stehe auf und suche dir eine:n Partner:in (Anmerkung: Bei einer ungeraden Zahl an Teilnehmenden bildet eine Gruppe ein „Trio“).

2. Gemeinsam planen (3 - 4 Minuten)

Ihr habt nun die Aufgabe, etwas gemeinsam zu planen - z.B. den ultimativ besten gemeinsamen Urlaub, die coolste Party, das perfekte Essen. Jede:r sagt dabei abwechselnd exakt einen Satz, wobei folgendes zu beachten ist:

1. Runde - „Ja, aber“ (45 Sekunden - Start mit einem klaren „GO!“-Signal)

Eine:r von euch - z.B. der:die jüngere von euch - beginnt mit einem Vorschlag wie z.B.: „Ich habe eine Idee für unseren Urlaub dieses Jahr. Wir könnten nach Italien ans Meer fahren“. Jeder weitere Satz muss dann mit „Ja, aber“ beginnen und damit einen Einwand bringen, Gegenvorschläge sollen eingebracht werden.

Im Anschluss: tauscht euch im Plenum aus, wie weit ihr mit der Planung des gemeinsamen Vorhabens gekommen seid.

2. Runde - „Ja, und“ (45 Sekunden - Start mit einem klaren „GO!“-Signal)

Wie vorher beginnt mit einem Vorschlag, z.B.: „Ich habe eine Idee für unseren Urlaub dieses Jahr. Wir könnten nach Italien ans Meer fahren“. Jeder weitere Satz muss nun mit „Ja, und“ beginnen und auf das vorher Gesagte aufbauen.

Tauscht euch im Plenum aus, wie weit ihr mit der Planung des gemeinsamen Vorhabens gekommen seid.

3. Reflektiert (2 - 3 Minuten)

Diskutiert die Ergebnisse der beiden Runden, vergleicht Ergebnisse, Atmosphäre und Energie, die jeweils entstanden sind. Diese Fragen können euch bei der Diskussion helfen:

- Mit welcher Methode seid ihr zu einem Ergebnis gekommen?
- Welche Methode hat euch mehr Spaß gemacht?
- Welche Methode ist euch vertrauter?
- ...

Anmerkung: Viele Teams berichten, dass sich „Ja, aber...“ vertrauter anfühlt, bei „Ja, und...“ mehr Energie spürbar ist, sie in der Planung weiter gekommen sind und mehr Spaß dabei hatten. Das bedeutet aber nicht, dass „Ja, und...“ zwangsläufig besser ist als „Ja, aber...“.

Denn: „Ja, und...“ kann Ideen produzieren, die nicht praktikabel, nicht finanzierbar oder sogar illegal sind. Aber es „macht auf“ und lässt „out of the box“ - Ideen zu, die ein Startpunkt sein können. „Ja, aber...“ schränkt ein und fühlt sich für viele realistischer an.

Im Laufe des (Design-)Prozesses ist es wichtig, klar definierte „Ja, und...“-Phasen (divergentes Denken) einzuplanen, denen „Ja, aber...“-Phasen (konvergentes Denken) folgen. Beide sind nützlich, aber es ist wichtig, sie bewusst zu gestalten/einzusetzen und nicht zu mischen.

Wann macht diese Methode Sinn?

Zum Beispiel bei wichtigen Gruppenarbeiten, insbesondere vor (mehrstufigen) Ideenfindungsmethoden wie *10 + 10* oder *Crazy 8*.

Welchen Bezug zur Haltung - individuell und als Team - hat die Methode?

Macht euch als Team immer wieder bewusst, in welcher Phase ihr euch gerade befindet und ob hier der „Ja-und“ oder der „Ja-aber“-Modus notwendig bzw. sinnvoll ist. Jedes einzelne Teammitglied sollte für sich reflektieren, in welchem Modus es sich befindet und ob dieser zu jeweiligen Phase passt – und falls nicht, entsprechend agieren: den Modus ändern oder sich zurücknehmen und warten, bis „ihre:seine Zeit“ (ihr:sein Modus) gekommen ist.

Im Laufe der Veranstaltung und danach kann immer wieder auf dieses Warm-Up verwiesen werden.

Hinweis für die Online-Umsetzung:

- ✓ Die Teilnehmer:innen können paarweise zufällig in Break-Out-Räume geschickt werden.
- ✓ Die Debrief-Fragen und -Antworten können in den Chat gepostet werden.