

BUNDESVERBAND BURNOUT UND DEPRESSION E.V.

JOB-SHARING

MEHR RESILIENZ, KONTINUITÄT UND TEAMWORK FÜR
UNSERE VISION

Job-Sharing im BBUd

Zwei Personen teilen sich eine Funktion oder Aufgabe – als gleichberechtigtes Duo.

- Keine Hierarchie: Beide tragen gemeinsam Verantwortung.
- Flexibilität: Aufgaben werden dynamisch nach Stärken und Verfügbarkeit verteilt.
- Regelmäßiger Austausch: Enge Abstimmung und gemeinsame Treffen.
- Vertretung: Ein Duo vertritt das andere bei Bedarf (z. B. in Vorstandssitzungen).

Job-Sharing	Hierarchische Vertretung
Gleichberechtigte Partnerschaft	Klare Über- und Unterordnung
Aufgaben werden geteilt	Aufgaben werden übertragen
Entscheidungen gemeinsam	Entscheidungen delegiert
Vertretung ist gegenseitig	Vertretung ist einseitig (z. B. Stellvertreter)
Agil und teamorientiert	Strukturiert und rollenbasiert

- Wechsel und Übergänge werden leichter – kein Wissen geht verloren.
 - Mehr Kontinuität, weil immer jemand da ist.
 - Mehr Perspektiven = bessere Entscheidungen. 2

Job-Sharing im BBuD

So funktioniert unser Duo-Prinzip.

- Jeder Funktionsträger (z. B. BGB-Vorstand oder Beisitzer) arbeitet mit einem **gleichberechtigten** Partner zusammen.
- **Aufgaben werden gemeinsam priorisiert und agil bearbeitet.**
- **Feste Termine** (z. B. wöchentlich) für Austausch und Planung.
- **Transparente Dokumentation** (z. B. gemeinsame To-Do-Listen, Protokolle).
- Das **Duo vertritt sich** in Vorstandssitzungen **gegenseitig.**
- Wenn ein Duo nicht teilnehmen kann, sucht es anderes Duo, das es **entscheidungsrelevant vertritt.**

→ **Sicherheit:** Keine „Einzelkämpfer“-Situationen – immer ein Backup.

→ **Motivation:** Aufgaben werden geteilt, Belastung reduziert.

→ **Innovation:** Zwei Perspektiven bereichern die Arbeit.

→ **Nachhaltigkeit:** Wissen bleibt im Verband, auch wenn eine Person ausscheidet.

Beispiel: Organisation eines Workshops.

- Hierarchische Vertretung: Eine Person plant alles, die andere springt nur bei Ausfall ein.
- Job-Sharing: Beide planen gemeinsam, teilen sich z. B. Moderation und Vorbereitung – oder übernehmen je nach Verfügbarkeit.

Job-Sharing im BBUd

So funktioniert unser Duo-Prinzip - Wie startet ihr erfolgreich?

Klare Kommunikation

- Legt feste Absprache-Termine fest (z. B. 30 Minuten pro Woche).
- Nutzt unsere Tools wie gemeinsame Kalender, Planner, To-Do-Listen oder Chatgruppen.

Aufgaben agil verteilen

- Nicht: „Du machst A, ich mache B“ – sondern: „Was passt diese Woche für wen?“
- Probiert Rollenrotation aus (z. B. wer moderiert, wer dokumentiert).

Vertretung organisieren

- Tauscht euch mit anderen Duos aus – wer vertritt wen im Notfall?
- Dokumentiert wichtige Infos, damit Vertretungen schnell einsteigen können.

Feedback geben

- Reflektiert regelmäßig: Was läuft gut? Was könnt ihr verbessern?
- Feiert Erfolge gemeinsam!

„Alleine sind wir stark – zusammen sind wir stärker!
Job-Sharing macht uns resilienter, kreativer und entlasteter – genau das, was der BBUd braucht, um seine Vision zu leben: Raum und Zeit für Selbstwirksamkeit.“

Job-Sharing im BBUd

Und wenn es mal nicht klappt? FAQs

Was, wenn wir uns nicht einigen?

- Klare Abstimmungsregeln festlegen (ggf. anderes Vorstandsmitglied befragen).

Wie vermeiden wir Doppelarbeit?

- Transparente Aufgabenlisten und kurze tägliche Check-ins.

Was, wenn ich selbst (psychische) Probleme bekomme?

- Sabine hat angeregt einen Mental Health First Aider im Verband zu ernennen, an den ihr euch wenden könnt.

Was, wenn ein Duo nicht harmoniert?

- Probiert eine Probezeit (z. B. 3 Monate) und tauscht euch danach aus.

Was, wenn ich darüberhinaus mit dem Konstrukt ein Problem habe?

- Thomas Grünschläger bietet sich als eine Art Ombudsman an oder wir ernennen gemeinsam jemand anderen.

Was, ...

„Alleine sind wir stark – zusammen sind wir stärker!
Job-Sharing macht uns resilienter, kreativer und entlasteter – genau das, was der BBUd braucht, um seine Vision zu leben: Raum und Zeit für Selbstwirksamkeit.“