

Regieren durch Vorbeugen: Eine kritische Analyse der Burnout-Prävention nach Michel Foucault

Zelinka, Jozef

Veröffentlichungsversion / Published Version

Dissertation / phd thesis

Zur Verfügung gestellt in Kooperation mit / provided in cooperation with:
transcript Verlag

Empfohlene Zitierung / Suggested Citation:

Zelinka, J. (2022). *Regieren durch Vorbeugen: Eine kritische Analyse der Burnout-Prävention nach Michel Foucault*. (Edition Politik, 114). Bielefeld: transcript Verlag. <https://doi.org/10.14361/9783839456620>

Nutzungsbedingungen:

Dieser Text wird unter einer CC BY-NC-SA Lizenz (Namensnennung-Nicht-kommerziell-Weitergabe unter gleichen Bedingungen) zur Verfügung gestellt. Nähere Auskünfte zu den CC-Lizenzen finden Sie hier:

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/deed.de>

Terms of use:

This document is made available under a CC BY-NC-SA Licence (Attribution-NonCommercial-ShareAlike). For more information see:

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0>

Jozef Zelinka

REGIEREN DURCH VORBEUGEN

Eine kritische Analyse der Burnout-Prävention
nach Michel Foucault

Jozef Zelinka
Regieren durch Vorbeugen

Die freie Verfügbarkeit der E-Book-Ausgabe dieser Publikation wurde ermöglicht durch den Fachinformationsdienst Politikwissenschaft POLLUX



und ein Netzwerk wissenschaftlicher Bibliotheken zur Förderung von Open Access in den Sozial- und Geisteswissenschaften (transcript, Politikwissenschaft 2021)

Die Publikation beachtet die Qualitätsstandards für die Open-Access-Publikation von Büchern (Nationaler Open-Access-Kontaktpunkt et al. 2018), Phase 1

https://oaz2020-de.org/blog/2018/07/31/empfehlungen_qualitaetsstandards_oabuecher/

Hauptsponsor: Staats- und Universitätsbibliothek Bremen (POLLUX – Informationsdienst Politikwissenschaft)

Vollspensoren: Universitätsbibliothek Bayreuth | Universitätsbibliothek der Humboldt-Universität zu Berlin | Freie Universität Berlin - Universitätsbibliothek | Staatsbibliothek zu Berlin | Universitätsbibliothek Bielefeld | Universitätsbibliothek der Ruhr-Universität Bochum (RUB) | Universitäts- und Landesbibliothek Bonn | Vorarlberger Landesbibliothek | Universitätsbibliothek der Technischen Universität Chemnitz | Universitäts- und Landesbibliothek Darmstadt | Sächsische Landesbibliothek Staats- und Universitätsbibliothek Dresden (SLUB) | Universitätsbibliothek Duisburg-Essen | Universitäts- und Landesbibliothek Düsseldorf | Universitätsbibliothek Erlangen-Nürnberg | Universitätsbibliothek Frankfurt/M. | Niedersächsische Staats- und Universitätsbibliothek Göttingen | Universitätsbibliothek Greifswald | Universitätsbibliothek der FernUniversität in Hagen | Staats- und Universitätsbibliothek Carl von Ossietzky, Hamburg | TIB – Leibniz-Informationszentrum Technik und Naturwissenschaften und Universitätsbibli-

othek | Gottfried Wilhelm Leibniz Bibliothek - Niedersächsische Landesbibliothek | Universitätsbibliothek Heidelberg | Universitätsbibliothek Kassel | Universitätsbibliothek Kiel (CAU) | Universitätsbibliothek Koblenz · Landau | Universitäts- und Stadtbibliothek Köln | Universitätsbibliothek Leipzig | Zentral- und Hochschulbibliothek Luzern | Universitätsbibliothek Otto-von-Guericke-Universität Magdeburg | Universitätsbibliothek Marburg | Max Planck Digital Library (MPDL) | Universitäts- und Landesbibliothek Münster | Universitätsbibliothek der Carl von Ossietzky-Universität, Oldenburg | Universitätsbibliothek Osnabrück | Universitätsbibliothek Passau | Universitätsbibliothek St. Gallen | Universitätsbibliothek Vechta | Universitätsbibliothek Wien | Universitätsbibliothek Wuppertal | Zentralbibliothek Zürich
Sponsoring Light: Bundesministerium der Verteidigung | Landesbibliothek Oldenburg
Mikrosponsoring: Stiftung Wissenschaft und Politik (SWP) - Deutsches Institut für Internationale Politik und Sicherheit | Leibniz-Institut für Europäische Geschichte, Mainz

Jozef Zelinka (Dr. phil.), geb. 1988, hat an der Westfälischen Wilhelms-Universität Münster im Fach Politikwissenschaft promoviert und arbeitete im Forschungsprojekt »YOUNG_ADULLLT« (Vergleichende Erziehungswissenschaft). Er forscht zu Subjektivierungsprozessen an der Schnittstelle von Gesundheit, Arbeit und Bildung sowie zu Vulnerabilität und globaler Bildungsindustrie.

Jozef Zelinka

Regieren durch Vorbeugen

Eine kritische Analyse der Burnout-Prävention nach Michel Foucault

[transcript]

Dissertation mit dem Gesamtprädikat summa cum laude (D6)
Gutachter: Prof.in Dr. Gabriele Wilde (Universität Münster)
und Prof. Dr. Matthias Bohlender (Universität Osnabrück)

Meinem Vater

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.



Dieses Werk ist lizenziert unter der Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 Lizenz (BY-NC-SA). Diese Lizenz erlaubt unter Voraussetzung der Namensnennung des Urhebers die Bearbeitung, Vervielfältigung und Verbreitung des Materials in jedem Format oder Medium zu nicht-kommerziellen Zwecken, sofern der neu entstandene Text unter derselben Lizenz wie das Original verbreitet wird. (Lizenz-Text: <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/deed.de>) Um Genehmigungen für die Wiederverwendung zu kommerziellen Zwecken einzuholen, wenden Sie sich bitte an rights@transcript-verlag.de

Die Bedingungen der Creative-Commons-Lizenz gelten nur für Originalmaterial. Die Wiederverwendung von Material aus anderen Quellen (gekennzeichnet mit Quellenangabe) wie z.B. Schaubilder, Abbildungen, Fotos und Textauszüge erfordert ggf. weitere Nutzungsgenehmigungen durch den jeweiligen Rechteinhaber.

© 2022 transcript Verlag, Bielefeld

Umschlaggestaltung: Maria Arndt, Bielefeld

Druck: Majuskel Medienproduktion GmbH, Wetzlar

Print-ISBN 978-3-8376-5662-6

PDF-ISBN 978-3-8394-5662-0

EPUB-ISBN 978-3-7328-5662-6

<https://doi.org/10.14361/9783839456620>

Buchreihen-ISSN: 2702-9050

Buchreihen-eISSN: 2702-9069

Gedruckt auf alterungsbeständigem Papier mit chlorfrei gebleichtem Zellstoff.

Besuchen Sie uns im Internet: <https://www.transcript-verlag.de>

Unsere aktuelle Vorschau finden Sie unter www.transcript-verlag.de/vorschau-download

Inhalt

Abbildungsverzeichnis	7
Danksagung und Widmung	9
Einleitung	11
Aktueller Forschungsstand	19
1 Psychologische Untersuchungen zum Burnout-Syndrom	19
2 Arbeitssoziologische Beobachtungen zum Burnout-Syndrom	23
3 Soziokultureller Blick auf das Burnout-Syndrom	26
4 Kulturgeschichtliche Perspektive auf die Prävention psychischen Leidens	33
5 Der Mehrwert bisheriger Forschungen und das bestehende Desiderat	39
Theoretische Grundlage: Machtanalytik Michel Foucaults	41
1 Geschichte des Denkens als Analyse der Problematisierungen	42
2 Foucaults Analyseinstrumente	47
3 Gouvernamentalität – ein Denken über das Regieren	63
Methodologischer Vorgang der Dispositivanalyse	67
1 Das Konzept des Dispositivs bei Michel Foucault	67
2 Wissenschaftliche Rezeption Foucaults Dispositivbegriffs	73
3 Operationalisierung der Dispositivanalyse	81
Empirischer Teil: Kritische Analyse des Präventionsdispositivs	85
1 Diskurs	87
2 Nicht-diskursive Praktiken	196
3 Objektivationen/Vergegenständlichungen	209
4 Subjektivierung/Subjektivierung	229
5 Gesellschaftstheoretische Kontextualisierung	254
6 Verknüpfungen zwischen den dispositiven Elementen	300

Diskussion der Ergebnisse	307
1 Landschaft des Präventionsdispositivs	307
2 Machteffekte und Widerstandspotentiale	309
3 Regieren durch Vorbeugen	315
Schluss und Ausblick	325
Literaturverzeichnis	329

Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1: Schritte der Dispositivanalyse	82
Abbildung 2: Entwicklung des Präventionsdiskurses	114
Abbildung 3: Sechs leitende Schwerpunkte aus der Analyse der Selbsterfahrungsberichte von Burnout-Betroffenen	163

Danksagung und Widmung

Dieses Forschungsprojekt hat sich über sechs Jahre erstreckt. Während dieser Zeit haben mich zahlreiche Menschen und Organisationen unterstützt, an die ich die folgenden Worte des Dankes adressieren möchte.

Das Projekt würde undenkbar gewesen sein ohne die Zustimmung und kontinuierliche, geduldige Unterstützung von meiner Betreuerin Frau Prof.ⁱⁿ Dr. Gabriele Wilde aus dem Institut für Politikwissenschaft der Universität Münster. Mit ihrer Offenheit und Präzision konnte sie mir auch in den schwierigsten Phasen zuhören und den richtigen Weg für die Entwicklung meiner Thesen weisen. Der Abgleich meines Exposees mit der finalen Version des Projekts ist für ihr Engagement der beste Beweis. Gleichzeitig möchte ich mich bei meinem zweiten Betreuer, Prof. Dr. Matthias Bohlender aus dem Institut für Sozialwissenschaften der Universität Osnabrück, für seine Bereitschaft bedanken, mir die Sichtweise auf die komplexe Problematik, die ich zu behandeln versuchte, um neue und frische Perspektiven zu erweitern. Nicht zuletzt konnte ich auch die intensive wissenschaftliche Unterstützung von Herrn Prof. Dr. Marcelo Parreira do Amaral aus dem Institut für Erziehungswissenschaft der Universität Münster während meines letzten Projektjahrs genießen und von seiner Arbeitsweise viel für meinen eigenen Forschungsstil übernehmen. All meinen Betreuern möchte ich hiermit mein tiefstes Dankgefühl ausdrücken und hoffe, ihr fachliches Renommee durch meine weitere Forschung zu bestätigen.

An der Graduate School of Politics (GraSP) des Instituts für Politikwissenschaft konnte ich vielen interessanten Mitarbeitern¹ begegnen. An dieser Stelle möchte ich zuerst dem geschäftsführenden Direktor der GraSP, Herrn PD Dr. Matthias Freise, meinen Dank für seine Hilfsbereitschaft, seine ermutigende Zugangsweise und seinen korrekten Umgang mit all meinen Belangen ausdrücken. Des Weiteren möchte ich mich den Mitgliedern der Forschungsgruppe *Gouvernementalität*, namentlich Alexia, Antonia, Henrike, Christiane, Isabelle-Christine, Stephan, Stephanie, Tobias und Ulrich, für ihr engagiertes und konstruktives Interesse an mei-

¹ Mit Nennung der männlichen Funktionsbezeichnung ist in diesem Buch, sofern nicht anders gekennzeichnet, immer auch die weibliche Form mitgemeint.

nem Forschungsthema bedanken und ihnen viel Erfolg in ihren wissenschaftlichen und persönlichen Bemühungen wünschen. Zudem möchte ich meine Dankesworte an die Freunde richten, mit denen ich das Projekt mitdiskutieren und mitschreiben konnte und die mich mit ihren Ansichten, Ratschlägen und Erfahrungen professionell und menschlich geprägt haben. Mein Dankeswort geht vor allem an Aditi, Andrea, Andrew, Deodatus, Elnur, Emmy, Christina, Janina, Sylwia, Tobias und Yimei.

Für die ersten zwei Jahre sowie in den schwierigen Überbrückungsphasen meines Projekts konnte ich mit der finanziellen Unterstützung des Deutschen Akademischen Austauschdienst (DAAD) rechnen. Die Stipendien gaben mir Sicherheit und sorgten für einen festen Boden, auf dem ich wachsen und forschen konnte. Dafür möchte ich mich besonders bedanken und mit dem erfolgreichen Ende des Projekts bezeugen, welche wichtige und relevante Rolle diesem öffentlichen Dienst zukommt.

An den Wurzeln meines Forschungsinteresses und meiner ersten Schritte in Richtung Wissenschaft standen Menschen, denen ich viel zu verdanken habe. Ich denke hier an meine Familie, für die meine Entscheidung nicht einfach war und die mich trotzdem mit allen Kräften gefördert und unterstützt hat. Ich denke an meinen besten Freund Ján, der den Mut hatte, an mich zu glauben, wo ich den Glauben an mich fast verloren hatte. Ich denke hier an meine Lektorin Heike, die für meine Vorbereitung auf den deutschen Sprachkurs Unmögliches geleistet und mich für meinen Forschungsaufenthalt mit perfekten Kenntnissen ausgestattet hatte. Ich denke hier an meinen Begleiter und Freund Ludger, der mich in alle Richtungen wachsen ließ und mich in schweren Phasen immer unterstützt hat. Ich denke hier an die Mitglieder meiner Selbsthilfegruppe, die mich mit ihrer Kraft, ihrer Erfahrung und ihrer Hoffnung bereichert und mir den Mut zur Veränderung damit geschenkt haben. Ich denke hier an meine Freundin Ursula, die mir mit ihrer Gastfreundlichkeit und ihrem netten Wort beigestanden hat. Ich denke hier an Amand und Kornelia, die bereit waren, ihre Erfahrungen mit dem Burnout-Syndrom mit mir zu teilen und mich durch ihr Engagement für eine gerechtere und liebevollere Welt zu inspirieren. Ich denke hier an Frau Monika Junge-Wentrup, die sich bereiterklärt hat, die Lesekorrektur meines Forschungsprojekts mit Interesse und Neugier zu übernehmen.

Zuletzt möchte ich dieses Projekt und all die Bemühungen und Krisen, die während seiner Fertigung entstanden sind, meinem Vater widmen, von dessen plötzlichem Tod ich erfuhr, als ich die ersten Zeilen des Projektentwurfs an meine Betreuerin schrieb. Die E-Mail habe ich damals gelöscht und in einem Jahr erneut geschrieben. Ich konnte seinen Tod nicht vorhersehen. Und nicht vorbeugen.

Münster, 24. Mai 2019

Jozef Zelinka

Einleitung

»Ich versuche, die impliziten Systeme zu verstehen, die unsere vertrautesten Verhaltensweisen bestimmen, ohne dass wir es bemerken. Ich versuche ihre Herkunft zu klären, ihre Entstehung nachzuzeichnen und die Zwänge aufzuzeigen, die sie uns auferlegen. Ich versuche also, auf Distanz zu diesen Systemen zu gehen und zu zeigen, wie man sich ihnen entziehen könnte.«

Foucault [1971] 2002: 234¹

Nimmt man ein Buch zum Thema Burnout-Syndrom² in die Hand, so erwartet man darin etwas über seine Ursachen, seinen Verlauf, seine Auswirkungen auf die Gesundheit oder einfach ein paar kluge Tipps und Ratschläge zu seiner Vorbeugung zu finden. Im vorliegenden Buch ist das nicht der Fall. Burnout, besser gesagt die *Burnout-Prävention*, wird hier als eine neoliberale Macht- und Regierungstechnologie nach Michel Foucaults Verständnis betrachtet und untersucht. Als eine Technologie, deren Ziel die Aufrechterhaltung und Sicherstellung der neoliberalen Leistungsgesellschaft ist. Indem die letztere nicht nur Umweltressourcen, Finanzkapital oder Produktionskräfte, sondern auch psychisches Vermögen vereinnahmt und für neoliberale Zwecke der Effektivität und Optimierung instrumentalisiert, steigt der Preis dafür mit derselben Geschwindigkeit wie die Zahl erschöpfter und burnoutleidender Individuen. Dieser Steigerungszwang führt am Ende, mit Harmut Rosa gesprochen, »zu einer problematischen, ja gestörten oder pathologischen

1 In eckigen Klammern wird das Jahr der Originalausgabe des Werks zitiert, damit die Aussagen zeitgemäß verortet werden. Gerade bei Michel Foucault, dessen Denken durch einen kontinuierlichen Wandel gekennzeichnet ist, spielt der zeitliche Rahmen seiner Aussagen eine bedeutende Rolle für das Verständnis seines Werks.

2 Die Wörter Burnout-Syndrom und Burnout werden im Buch, soweit nicht zitiert, synonym verwendet.

Weltbeziehung der Subjekte und der Gesellschaft als ganzer«, die sich instruktiv »an den großen Krisentendenzen der Gegenwart« studieren lässt (Rosa 2016: 14). Zu dieser Tendenz gehört auch die globale Psycho- bzw. Mental-Health-Krise. Profisportler wie Sven Hannawald oder Sebastian Deisler, Fußballtrainer wie Ralf Ragnick oder Ottmar Hitzfeld, Popstars wie Mariah Carey, Ricky Martin oder Eminem, Fernsehstars wie Tim Mälzer oder Politiker wie Matthias Platzeck stellen die besten Beispiele hierfür. Mittlerweile belegen zahlreiche Studien der Krankenkassen, dass die Arbeitsfehlzeiten wegen psychischer Störungen in den letzten Jahren deutlich zugenommen haben. So kamen nach den Angaben der *Allgemeinen Ortskrankenkasse* (AOK) im Jahr 2004 auf 1.000 ihrer Mitglieder durchschnittlich 8,1 Arbeitsunfähigkeitstage (AU-Tage) aufgrund von Burnout-Erkrankungen. Im Jahr 2017 waren es bereits 116,7 AU-Tage (vgl. Statista 2019). Psychische Störungen, darunter auch das Burnout-Syndrom, führen zudem zu beträchtlichen wirtschaftlichen Schäden. Die Produktionsausfallkosten und der Ausfall an Bruttowertschöpfung im Zusammenhang mit psychischen und Verhaltensstörungen steigen beispielsweise in Deutschland kontinuierlich jedes Jahr, von insgesamt 26,3 Mrd. € (Jahr 2015) auf 36,1 Mrd. € (Jahr 2019) (vgl. Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin 2021). Zum Vergleich haben im Jahr 2019 zwei Ministerien, das *Bundesministerium für Bildung und Forschung* und das *Bundesministerium für Gesundheit*, zusammen 33,4 Mrd. € erhalten (vgl. BMF 2018). Außerdem sorgen psychische Störungen für einen schnelleren Anstieg der Erwerbsminderungsrenten und belasten zusätzlich die Solidargemeinschaft und Rentenleistungen (vgl. DRV 2014). Schließlich zeigen Umfragen, dass sich jeder zweite Bundesbürger durch das Burnout-Syndrom bedroht fühlt (vgl. *aerzteblatt* 2018). So betrachtet wundert es keinen, dass die Vorbeugung von Burnout und ähnlichen Störungen gesellschaftlich notwendig und legitim erscheint. Jedoch, genau diese natürliche, rational begründete, unproblematisch erscheinende und fraglose Selbstverständlichkeit präventiver Maßnahmen steht im Mittelpunkt der folgenden kritischen Analyse, die ihre selektive Wirkung und innewohnenden Machtpraktiken aufzuzeigen sucht (vgl. Baele & Lemke 2008: 50). Dabei soll an erster Stelle weder die Entwicklung der Leistungsgesellschaft noch die Etablierung einer Präventionspolitik ins Auge gefasst werden, obwohl beide Bereiche in unterschiedlicher Tragweite analysiert werden. Stattdessen soll der Zusammenhang zwischen Burnout-Prävention einerseits und unseren Selbstmodi andererseits aufgezeigt werden. Was aus der Analyse dieses Zusammenhangs hervorgehen soll, ist ein veränderter Blick auf die diskursive, alltagspraktische, aber auch materielle Umgebung, in der wir leben, sowie auf die Regierungs- und Machtverhältnisse, die unsere Möglichkeiten der Selbstführung und gesellschaftlicher Partizipation durch Praktiken der Vorbeugung vorstrukturieren und determinieren.

Das Burnout-Syndrom ließe sich als Teil eines umfassenden neoliberalen Ensembles und die Burnout-Prävention als einer von vielen Versuchen, jene neoli-

berale Produktions- und Lebensweise zu erhalten, entschlüsseln. Sodann signalisiert die Seins-Erfahrung von Burnout-Betroffenen, d.h. ihr Kontrollverlust und ihre Ohnmacht, dass die Macht als Kernpunkt gesellschaftlicher Verhältnisse dort ersichtlich wird, wo Störungen, Brüche, Widerstände oder Fehlpassungen auftreten. Somit stellt das Burnout-Syndrom eine Systemstörung nicht nur der globalen Mental Health, sondern auch der neoliberalen Hegemonieordnung dar (vgl. Demirović 2008b; Kastrup 2013). Seine Prävention soll dagegen, ähnlich wie andere neoliberale Technologien, die Verantwortung dafür »in den Zuständigkeitsbereich von kollektiven und individuellen Subjekten (Individuen, Familien, Vereine etc.)« übertragen und zum Problem der Selbstsorge werden (Lemke 2000: 9). Mit der Analyse der Burnout-Prävention wird allerdings das Vorhandensein eines größeren Machtregimes—eines Dispositivs—angedeutet. Nach Foucault wird mit dem Dispositiv ein Netz zwischen verschiedenen zusammenwirkenden Elementen, den Diskursen, nicht-diskursiven Praktiken, Objektivationen und Subjektivierungsprozessen erstellt, um auf einen auftretenden Notstand, hier den Verfall des neoliberalen Projekts, einzuwirken. Daraus ergibt sich auch die leitende Forschungsfrage, die am Beginn des hier zusammengefassten Forschungsprojekts stand, und zwar die Frage: Inwiefern hat sich Burnout-Prävention als Teil eines neoliberalen *Präventionsdispositivs* etabliert (vgl. Bröckling 2012: 99; Rauer/Junk/Daase 2014 [Herv. J. Z.]) und welche Machteffekte und -wirkungen sind damit einhergegangen? Gegliedert in weitere Unterteile ließe sich dann fragen: Wie werden Burnout und seine Prävention diskursiv hervorgebracht? Welche Praktiken, Handlungen und Eingriffe in das individuelle wie kollektive Leben werden mit Verweis auf Burnout-Prävention legitim? Auf welchen rechtlichen und unternehmensbasierten Wegen wird die Prävention von Burnout und weiteren psychischen Störungen im Alltag präsent und in die Selbstwahrnehmung von Individuen integriert? Wie wird diese Regierungstechnologie in den Leben von Burnout-Betroffenen wirksam und wie verbreitet sich ihre Wirkung auf die gesamte Gesellschaft als Rationalität, Vergegenständlichung und Subjektmodus? Wie entstehen anhand der Burnout-Prävention Leitlinien, Handlungsleitfaden, Empfehlungen und Initiativen zur Selbstsorge? Wie werden durch die Prävention des Burnout-Syndroms die neoliberalen Leistungs- und Produktionsrationalitäten unhinterfragbar gemacht? Wie wird durch die Prävention regiert?

Um auf die aufgezählten Forschungsfragen einzugehen, wurden im Rahmen des Forschungsprojekts folgende drei Ziele gesetzt und verfolgt:

- Zum einen sollte mit der kritischen Analyse der Burnout-Prävention untersucht werden, wie sich der Diskurs um Burnout-Prävention entwickelt hat und inwiefern sich diese Entwicklung in nicht-diskursiven Praktiken, Gegenständen und Subjektmodi vollzogen und gesellschaftlich verankert hat.

- Zum anderen bemühte sich die Analyse der Burnout-Prävention darum, die wirkenden Machteffekte sowie die unterschiedlichen Arten von Widerstandspotentialen und -optionen zu erhellen.
- Schließlich befolgte die kritische Auseinandersetzung mit der Burnout-Prävention das Ziel, die Mechanismen der hier untersuchten Regierungsart—des Regierens durch Vorbeugen—zu entschlüsseln und deren charakteristische Wesenszüge zu hinterfragen.

Die vorgeschlagene Forschungsperspektive eröffnet ein Feld möglicher Problemstellungen, die das Vorhandensein der Burnout-Prävention nach sich zieht. Problematisch erscheint in dieser Hinsicht zum einen die Tatsache, dass über die Prävention des Burnout-Syndroms Maßnahmen eingeleitet werden, die die ganze Gesellschaft fokussieren und Einfluss auf jeden Einzelnen nehmen. Indem eine berufliche Tätigkeit zur Sicherung des Lebensunterhalts notwendig ist und sie gleichzeitig auf ihre möglichen Gefährdungen für die physische und psychische Gesundheit untersucht wird, erstreckt sich die Prävention praktisch auf jedes berufstätige bzw. in soziale Versicherungs- und Rentensysteme eingebundene Individuum. Dabei bleibt allerdings unklar, welche (Neben-)Effekte durch das Einleiten von Präventionsmaßnahmen entstehen und wie genau die Individuen davon betroffen sind.

Außerdem wird die Einleitung von präventiven Maßnahmen von anderen Prozessen begleitet, die nicht nur die Sphäre der Gesundheit und Arbeit betreffen, sondern auch die Art und Weise, wie gesellschaftliche und individuelle Entscheidungen getroffen werden. Dies erscheint problematisch insbesondere im Hinblick auf die Identifikation und Behandlung von relevanten Regierungsproblemen. Die Prävention richtet sich nämlich von ihrer Natur her auf zukünftige Zustände und verschiebt den Fokus in Richtung Risikokalkulation und Vorbeugung. So werden mögliche Szenarien entwickelt, die eine momentane Behandlung erfordern. Wie anhand dieser Logik Regierungsgegenstände identifiziert und ihre Regierbarkeit begründet werden, wird jedoch nicht eindeutig.

Schließlich wird dank der Dringlichkeit, mit der stressverursachte Störungen wie das Burnout-Syndrom individuelles wie gesellschaftliches Unbehagen hervorrufen, die Burnout-Prävention als ein notwendiger Bestandteil des Regierens auf verschiedenen Ebenen klassifiziert. Damit wird ein Perspektivenwechsel erzeugt, mit dem die gesellschaftlichen Probleme durch eine Schablone der Vorbeugung betrachtet werden. Statt also danach zu fragen, wie Burnout als öffentliches Thema entstanden ist und welche Machtwirkungen, Normalisierungs- und Ausschließungsprozesse mit seiner Prävention einhergehen, richtet sich der allgemeine Diskurs darauf, Burnout als handelbares Problem und seine Vorbeugung als temporale Angelegenheit darzustellen, was seine kritische Hinterfragung verunmöglicht.

Den Präventionsdispositiv zu untersuchen heißt demnach, die andere, abgewandte Seite der Burnout-Prävention zu beleuchten und zu hinterfragen:

»Lasst uns die Struktur dieses Denk- und Handlungsmusters und seine Paradoxien explizieren, lasst uns verstehen, was man tut, wenn man präventiv handelt, welche Prämissen dabei nicht selten implizit am Werke sind, wie man überhaupt dazu kommt, Ereignisse, Zustände, Entwicklungen, Prozesse etc. als unerwünscht zu definieren, welche Mechanismen und Mächte dabei eine Rolle spielen und so weiter und so fort.« (Lüders & Kappeler 2016: 91)

Mit dem Erforschen dieser komplexen Zusammenhänge und Machteinflüsse sollen gleichzeitig Erkenntnisse mit unterschiedlicher Tragweite geliefert werden:

- Erstens, die Erforschung des Präventionsdispositivs soll die Hypothese überprüfen, ob mit seiner Hilfe das Aufrechterhalten des neoliberalen Regierungsregimes gesichert und damit das Auflösen seiner Hegemonie verunmöglicht werden soll. Die Kritik des Neoliberalismus richtet sich nicht selten auf die Mechanismen, mit denen sich dieses politische Hegemonieprojekt seinen Machteinfluss sichern und sein Erlöschen verhindern möchte (vgl. Butterwegge et al. 2017). Die Forschung soll demnach erhellen, ob das Präventionsdispositiv Teil eines solchen Schutzmechanismus darstellt und gleichzeitig mit seiner Analyse verdeutlichen, wie sich dieser gegen seine Auflösung wehrt.
- Zweitens, der Mehrwert dieser Untersuchung bezieht sich darauf, den Forschungsansatz Michel Foucaults zu vertiefen und für die gegenwärtigen Analysen fruchtbar zu machen. Die analytische Ansatzweise Foucaults erfährt in den letzten Jahren eine scharfe Kritik (vgl. Preparata 2007; Zamora & Behrent 2016; Thiel 2017). Auch von den Vertretern Foucault'scher Forschungsinstrumente wird bemängelt, dass seine Konzepte eingesetzt werden, ohne dabei eine Weiterentwicklung oder Überarbeitung zu erfahren (vgl. Bröckling & Krasmann 2010: 32). Die vorliegende Forschung beabsichtigt daher, die Forschungsweise Michel Foucaults für die gegenwärtige Kritik der Regierungsverhältnisse anzuwenden und anhand der Bearbeitung eines konkreten Forschungsgegenstands—der Burnout-Prävention—den Blick auf die diese zu schärfen und ihre Kontingenz aufzuzeigen.
- Drittens, indem das Präventionsdispositiv kritisch analysiert werden soll, bemüht sich die vorliegende Forschung darum, den methodologischen Ansatz bzw. den Forschungsstil der Dispositivanalyse zu erproben. Die analytische Kategorie des Dispositivs wird in verschiedenen Zusammenhängen und Kontexten verwendet (vgl. Peter & Waldschmidt 2017; Stielike 2017; von Köppen 2017). Allerdings wird selten ein Dispositiv in seinen konkreten Dimensionen und wirkmächtigen Funktionsweisen handfest erforscht. Der Großteil dieser Untersuchung widmet sich daher einer detailreichen Analyse des Dispositivs der

Prävention und versucht, diesen analytischen Vorgang mit empirischen Belegen zu unterstützen und damit die Dispositivanalyse als einen gewinnbringenden Ansatz voranzutreiben.

- Viertens, die Erfahrung des Burnouts zwingt zu einem radikalen Umdenken darüber, wie und wann ein Widerstand gegen immanente Regierungsstrukturen geleistet werden kann. Wenn die Betroffenen über Restkräfte verfügen und sich kollektiv oder individuell widersetzen können, gelingt die Formulierung eines Widerstandsentwurfs weniger problematisch. Deutlich anstrengender wird ein solcher Entwurf dann, wenn die Betroffenen derart physisch oder psychisch kraftlos sind, dass keine Handlung oder Reaktion ihrerseits möglich ist. Diese Untersuchung nimmt daher die Erfahrung der völligen Ohnmacht als Ausgangspunkt für das Nachdenken darüber, ob und wie ein Widerstand im Zustand der totalen Kraftlosigkeit geleistet werden kann.

Das Buch enthält einen konzeptuellen Teil, eine empirische Analyse des Präventionsdispositivs und eine Diskussion der gewonnenen Ergebnisse.

Innerhalb des konzeptuellen Teils werden der aktuelle Forschungsstand, der theoretische Hintergrund und der methodologische Vorgang der Dispositivanalyse vorgestellt. Im Rahmen des aktuellen Forschungsstands werden vier unterschiedliche Themenbereiche differenziert, ihre Befunde und Perspektiven beleuchtet sowie ihr wissenschaftlicher Beitrag und die bestehende Forschungslücke präsentiert. Danach wird dem Leser Michel Foucaults Machtanalytik vorgestellt, da sie den zentralen theoretischen Ausgangspunkt für die vorliegende Untersuchung bildet. Um einen vertieften Einblick in seine analytischen Kategorien und Vorgangsweisen zu ermöglichen, werden sein Zugang zur Untersuchung einer Geschichte der Gegenwart, seine analytischen Instrumente, gruppiert um drei zentrale Forschungskategorien—Macht, Wissen, Subjekt—, sowie sein Verständnis der Regierungsverhältnisse als einer Gouvernamentalität vorgestellt. Anschließend wird der Forschungsstil der Dispositivanalyse präsentiert, inklusive Foucaults Untersuchung der Dispositive, ihrer wissenschaftlichen Rezeption und der anschließenden Ableitung und Operationalisierung des hier gebrauchten Analysevorgangs. Der konzeptuelle Teil leitet die hier gebrauchten Kategorien ein und ordnet die vorgenommene Forschung in das Repertoire kritischer Studien gesellschaftlicher Verhältnisse ein. Er kann sowohl als selbstständige Anweisung zum Verständnis und Gebrauch theoretischer und methodologischer Instrumente Michel Foucaults sowie als Übergang zur Analyse des Präventionsdispositivs gelesen werden. Vor allem die Diskussion des aktuellen Forschungsstandes enthält zahlreiche Hinweise für eine weitere Erforschung psychischer Störungen und ihrer Rezeption, Prävention und Instrumentalisierung.

Die zentrale empirische Analyse wird in sechs Schritten vorgenommen. Im ersten Schritt wird der Diskurs um Prävention nach der Aufteilung Jürgen Links (2007)

in Spezial-, Inter- und Elementardiskurs kritisch angegangen. Dabei werden in der Spezialdiskursanalyse offizielle Dokumente zum Arbeitsschutz und zur Prävention, in der Interdiskursanalyse die Literatur zum betrieblichen Gesundheitsmanagement und zur Lebensberatung und in der Elementardiskursanalyse die Selbsterfahrungsberichte von Burnout-Betroffenen als Analysematerialie herangezogen. Der diskursive Teil bildet den Kern der Dispositivanalyse und wird daher ausführlicher als die restlichen Teile gestaltet. Im zweiten Schritt werden nicht-diskursive Praktiken analysiert, in welchen die präventive Praxis in Form von Handlungen und Verhaltensweisen vorzufinden ist und die teils akribisch und teils mithilfe von Unternehmenspraktiken abgebildet werden. Im dritten Schritt werden Objektivationen bzw. Vergegenständlichungen vom präventiven Wissen analysiert. Hierin werden Objekte und Gegenstände untersucht, die entweder ein direktes Resultat der Burnout-Prävention darstellen oder auf diese indirekt verweisen und gleichzeitig ihr diskursives Wissen enthalten und materialisieren. Im vierten Schritt werden Subjektivationen analysiert, d.h. die Art und Weise, wie sich Individuen als Subjekte der Burnout-Prävention verhalten, und gleichzeitig wird gezeigt, welche Subjektmodi im Verweis auf Burnout-Prävention entstehen und diskursiv verfestigt werden. Im fünften Schritt wird der Präventionsdispositiv gesellschaftstheoretisch kontextualisiert und mit Blick auf soziale Wandlungen in fünf Themenfeldern—Demokratie, Arbeit, Gesundheit, Risiko, Sicherheit—diskutiert. Schließlich werden im sechsten Schritt die analysierten Dispositiv Elemente in Zusammenhang zueinander gebracht und in ihrer Abhängigkeit voneinander und wechselseitiger Bedingtheit präsentiert. Die jeweiligen Unterteile enthalten Zwischenfazits, in denen die vorläufigen Ergebnisse zusammengefasst werden, um die Komplexität des analysierten Materials zu reduzieren und einen verbindenden Leitfaden für den Leser anzubieten. Wie im Fall des konzeptuellen Teils bietet die empirische Analyse mehrere Anhaltspunkte und kann in Bezug auf ihre jeweiligen Teile weiter untersucht und vertieft werden, ohne dabei das Präventionsdispositiv erneut rekonstruieren zu müssen.

Mit Blick auf die zentrale Forschungsfrage und die daran anknüpfenden Teilfragen werden im letzten Teil die Ergebnisse diskutiert. Dabei werden die Hauptziele der Forschung und die Zwischenfazits berücksichtigt. Abschließend bietet der Schluss einige Anhaltspunkte für weitere Forschung im Rahmen der Kritik neoliberaler Gesellschaftsverhältnisse.

Das Regieren durch Vorbeugen stellt insofern ein Problemfeld dar, als es unbeachtet eine Totalität gouvernementaler Ordnung installiert, d.h. dass das Regime der Führung zur Selbstführung—die Gouvernementalität—stiller und reibungsloser denn je den Gesellschaftskörper durchdringen kann. Unbeachtet, da die Prävention keineswegs als problematisch oder ungewollt auftritt. Dieser Tendenz zu entgegnen, die tückischen Machttechnologien neoliberaler Provenienz bloßzustel-

len und »zu zeigen, wie man sich ihnen entziehen könnte« (Foucault [1971] 2002: 234), soll die Aufgabe des vorliegenden Buches sein.

Aktueller Forschungsstand

Die Diskussion um das Burnout-Syndrom wird von verschiedenen Forschungssträngen geführt. Prominent sind dabei vor allem die psychologischen und arbeitssoziologischen Disziplinen und Erklärungsansätze vertreten, die im Burnout eine Zivilisationskrankheit der Leistungsgesellschaft erblicken (vgl. Hillert & Marwitz 2006), der »als Ursache einer eingeschränkten Lebensqualität und Leistungsfähigkeit sowie krankheitsbedingter Fehlzeiten und eines vorzeitigen Berufsausstieges (Disability), [eine] wachsende Bedeutung zu[kommt].« (Weber & Hörmann 2007: 22)¹ Das Burnout-Syndrom wird auch aus der soziokulturellen Perspektive problematisiert, und zwar im Hinblick auf die Ursachen, die seine Erscheinung begleiten und damit auf grundlegende gesellschaftliche (Miss-)Verhältnisse hinweisen. Schließlich ließe sich auch ein kulturgeschichtlicher Forschungsstrang identifizieren, welcher sich mit dem Thema des psychischen Leidens auseinandersetzt und seine historischen Wandlungen beschreibt. Im Folgenden wird sich daher die Diskussion um den aktuellen Forschungsstand um die vier obengenannten Perspektiven zentrieren, um deren Mehrwert und Bedeutung für diese Untersuchung, sowie die Leerstellen, die sie nicht ausfüllen, zu explizieren.

1 Psychologische Untersuchungen zum Burnout-Syndrom

Die psychologischen und psychosozialen Untersuchungen des Burnout-Syndroms haben eine lange Tradition.² Allerdings stellt »das schwerwiegendste Hindernis

-
- 1 Mittlerweile wurde von den Forschern nachgewiesen, dass der Anteil der psychischen Störungen an allen Erkrankungen zugenommen hat, dass dabei die Geschlechter unterschiedlich betroffen sind und dass verschiedene Berufsgruppen ebenso wie Arbeitssuchende durch die modernen Belastungsfaktoren deutlich mehr psychisch leiden (vgl. Zoike 2010: 62ff).
 - 2 Man denkt hier vor allem an den englischen Schriftsteller Graham Greene und seinen Roman *A Burn-Out Case* (1960), an den US-Amerikanischen Psychoanalytiker Herbert J. Freudenberg, der den Terminus *Burnout* als erster für die Beschreibung psychischer Zustände bei Mitarbeitern in Krankenhäusern gebraucht hat (1974) oder an Christina Maslach, welche gemeinsam mit Susan E. Jackson die ersten Burnout-Messinstrumente entwickelt hat (1981). Seitdem hat sich die Burnout-Forschung erfolgreich etabliert (vgl. z.B. Iacovides et al. 2003;

für eine fundierte Erforschung des Burnout-Syndroms [...] zweifellos das Fehlen einer handhabbaren Definition dar, die überzeugen könnte« (Maslach 1982b zit. n. Burisch 2014: 14), was seine begriffliche Bestimmung erfordert.

1.1 Bestimmung des Burnout-Syndroms

Das englische Wort *to burn*³ hat eine vielschichtige Bedeutung. Zuerst evoziert es ein Brennen oder Durchbrennen eines Materials oder eines Objekts. Doch es hat »auch die Bedeutung des Wünschens, voller Leidenschaft oder Gefühl, begierig oder feurig zu sein, z.B. *he burns to do great things* oder sexuell erregt zu werden (*better marry than burn*).« (Rook 1998: 100)⁴ In der Psychologie gehört dagegen der Begriff Burnout zu hypothetischen Konstrukten, »die sehr weit entfernt von einer sinnlich direkt erfassbaren Realität stehen« (a.a.O.: 105), was die Suche nach seiner verallgemeinernden Definition erschwert. Er ließe sich nämlich »ebenso wenig direkt erfassen, wie z.B. ›Seelenstärke‹, ›Identität‹, ›Gott‹ oder ›Kommunismus‹.« (Ebd. [Herv. i. O.]

Abgesehen von den begrifflichen Nuancen, hat sich in der Psychologie inzwischen eine mehr oder weniger feste Arbeitsdefinition seines Entstehens und seiner Begleiterscheinungen durchgesetzt. Demnach ist Burnout ein

»dauerhafter, negativer, arbeitsbezogener Seelenzustand ›normaler‹ Individuen. Er ist in erster Linie von Erschöpfung gekennzeichnet, begleitet von Unruhe und Anspannung (*distress*), einem Gefühl verringerter Effektivität, gesunkener Motivation und der Entwicklung dysfunktionaler Einstellungen und Verhaltensweisen bei der Arbeit. Diese psychische Verfassung entwickelt sich nach und nach, kann dem betroffenen Menschen aber lange unbemerkt bleiben.« (Schaufeli & Enzman 1998: 36 zit. n. Burisch 2014: 22 [Herv. i. O.]

Das Burnout-Syndrom, wie auch etliche andere gegenwärtige psychische Störungen, zieht den Menschen in eine Abwärtsspirale hinein, in deren Zentrum Ziele, Wünsche und Bedürfnisse stehen, »die entweder gar nicht, nicht mehr oder nur unter Hintanstellung der meisten anderen Ziele zu realisieren sind. Bei dem Versuch, das Verlangte doch noch zu erreichen oder zu sichern, werden die Anstrengungen immer verzweifelter [...]. Schließlich, wenn die Kraftreserven schwinden,

Pines & Keinan 2005; Wilmar et al. 2009; Kaschka/Korcak/Broich 2011; Ahola et al. 2014). Ab dem Jahr 2014 wird zu diesem Forschungsthema auch ein englischsprachiges Online-Journal *Burnout Research* unter der Leitung von Christina Maslach und Michael Leiter herausgegeben.

3 Alle fremdsprachigen Begriffe werden im Text wie in der Zitation kursiv gesetzt.

4 Die Phrase *to burn out* hat auch eine interessante geschichtliche Konnotation und wurde zum ersten Mal »schon 1599 bei Shakespeare in seinem Werk *The Passionate Pilgrim* im Zusammenhang mit psychischer und körperlicher Erschöpfung« (Rook 1998: 100) gebraucht.

tritt ein Erschöpfungszustand ein. Das Aufgeben des Ziels scheint aber ebenso unmöglich zu sein wie seine Erreichung.« (Burisch 2014: 8) Zu den Faktoren, die einen solchen Zustand auslösen können, zählt auch das »Auseinanderklaffen der Erwartungen, die ein Individuum an eine gewisse Rolle geknüpft hat, und den realen Erfahrungen mit der Einnahme der Rolle.« (Lauderdale 1982 zit.n. Burisch 2014: 47)

Tatsächlich wurde die Diskrepanz zwischen den gesetzten Zielen und der erfahrenen Realität in den Anfängen der Burnout-Forschung bei vielen Autoren thematisiert (vgl. Maslach & Pines 1977; Freudenberger & Richelson 1980; Perlman & Hartman 1982). Zudem hat sich am Anfang eine Vorstellung verfestigt, dass Burnout in bestimmten Berufen, in denen ein häufiger Kontakt mit Klienten stattfindet, wie etwa Ärzte, Lehrer, Seelsorger, Krankenpfleger, Erzieher u.a., viel wahrscheinlicher auftritt. Einerseits soll das häufige Auseinandersetzen mit einem andersartigen Weltbild das eigene Weltbild in Frage stellen und dadurch das Ausbrennen bewirken. Andererseits benötigen all diese Berufe eine aktive emotionale Hinwendung, auf die sich die anderen nicht immer einlassen (können). Dadurch wird »unser Bedürfnis, zu glauben, dass unser Leben sinnvoll ist, dass die Dinge, die wir tun – und also wir selbst – von Nutzen und wertvoll sind« untergraben (Pines 1993: 33 zit.n. Burisch 2014: 71). Die daraus entstehende Diskrepanz von Hingabe und fehlender Zuwendung kann bei den Menschen zur Frustration, Aktivierung des Schutzmechanismus oder zu einer Depression führen und dadurch das Burnout-Syndrom einleiten. Über lange Zeit wurde also die Entwicklung dieser Störung gewissen Berufsarten zugeschrieben, »von denen nicht nur Hilfe im technischen Sinne erwartet wird, sondern auch emotionale Zuwendung, (also Versorgen, Beraten, Anleiten, Heilen, Schützen) die, weil professioneller Natur, beim Ausbleiben von Gegenseitigkeit nicht versiegen darf.« (Burisch 2014: 25)

Das heutige Wissen über die unterschiedlichen Berufsgruppen, die von dieser Störung betroffen sind, beweist jedoch, dass Burnout mit situationsabhängigen Nuancierungen und auslösenden Bedingungen »an jedem Arbeitsplatz, im Privatleben und auch in der Arbeitslosigkeit auftreten kann.« (a.a.O.: 241) Dem liegt die Annahme zugrunde, dass »alle oder nahezu alle Berufe bei genauerer Betrachtung ihre Schattenseiten haben« (a.a.O.: 73), d.h. den Stresssituationen ausgeliefert sind.⁵ Stress ist demnach das Schlüsselwort zum Verständnis des Burnout-Syndroms.

5 Die Auswirkungen von Stressfaktoren lassen sich bei unterschiedlichen Berufsgruppen unterschiedlich festhalten, wie z.B. eine unregelmäßige Arbeitszeit, Wetterabhängigkeit und ökonomische Unsicherheit des Landwirts, eine ständige Dienstbereitschaft, Termindruck und Konkurrenzsituation des Journalisten oder die Weisungsgebundenheit, Monotonie und Unterforderung eines kleinen Verwaltungsbeamten (vgl. Shaw & Riskind 1983 zit.n. Burisch 2014: 73).

1.2 Stress als Grundlage psychischer Störungen

Der Stress wird oft als Ursache vieler psychischer Störungen und Krankheiten bezeichnet. Dabei handelt es sich beim Stress um eine hybride Entität⁶, »die zwar endokrinologisch messbar, von der individuellen und kollektiven Wahrnehmung und Deutung jedoch nicht zu trennen ist.« (Kury 2012: 24) In den letzten Jahren hat sich auf dieser Basis ein spezifischer Bereich der Medizin ausdifferenziert, die sog. Psychoneuroimmunologie. Es handelt sich um einen Forschungszweig, der sich damit befasst,

»wie experimentell erfassbare Strukturen wie das Nervensystem, Hormone und Drüsen zusammen mit dem Immunsystem Körper, Psyche und Geist des Menschen in einem ausbalancierten Gleichgewicht halten. Man weiß heute, dass alle Systeme oder alle Ebenen, die den komplexen menschlichen Organismus ausmachen, miteinander verbunden sind. Jeder Impuls, jede Information nimmt ganz verschiedene Wege: Sie nimmt den Weg von Gedanken, sie nimmt den Weg von Hormonen und anderen Botenstoffen, die sie durch das Nervensystem weitervermitteln.« (Kübel 2000: 57)

Der Stress als »die Antwort des Organismus auf Einflüsse, die ihn aus seinem harmonischen Gleichgewicht bringen können« (a.a.O.: 58), kann sich dann entweder auf genetische Faktoren beziehen oder mit dem Stoffwechsel zusammenhängen.

Die genetischen Ursachen lassen sich laut Psychologen deutlich erkennen und identifizieren. So ist, z.B. die Depression »zu 70 Prozent genetisch bedingt [...] und nur zu 30 Prozent von der Umwelt beeinflusst.« (Reuter 2016: 44) Laut einer Zwillingstudie kommt dagegen bei dem Burnout ein Drittel auf das Konto der Gene und der Rest auf die Umwelt (vgl. Blom et al. 2012 in Reuter 2016).

Auch der Zellstoffwechsel spielt beim Entstehen des Stresses eine tragende Rolle: »Burnout ist kein ausschließliches Problem der Psyche – Burnout findet immer auch stofflich statt. Nämlich dann, wenn in Ihrem Körper, in jeder einzelnen Zelle die Energieproduktion immer mehr abnimmt.« (Eichinger & Hoffmann 2016: 12) Durch den Zellstoffwechsel gewinnt unser Körper Energie, welche sich in Mitochondrien speichert. »Im Idealfall läuft die Energiegewinnung in den Mitochondrien ständig auf Hochtouren. Die Zellen haben somit genug Energie, um ihre Leistungen zu erbringen. In einem solchen Zustand fühlen wir uns entsprechend leistungsfähig und gesund. Anders jedoch bei chronischem Energiemangel in der Zelle – ihn nehmen wir subjektiv als Müdigkeit oder auch Erschöpfung wahr.« (a.a.O.: 28) Und beim Burnout-Syndrom korreliert dann das »subjektive Gefühl von Ener-

6 Bruno Latour hat den Begriff *Hybride* eingeführt, um Dinge zu bezeichnen, die weder ganz dem Bereich der Menschen noch dem Bereich der Natur zuzuordnen sind (vgl. Kury 2012: 23).

giemangel und Müdigkeit [...] mit einer messbaren Energiestoffwechselstörung in der Zelle.« (Ebd.)

Außer den genetischen oder biologischen stressbedingten Faktoren, die das Burnout-Syndrom auslösen und fördern können, existieren auch zahlreiche exogenen Faktoren, die vor allem im Bereich der Arbeit zu identifizieren sind.

2 Arbeitssoziologische Beobachtungen zum Burnout-Syndrom

Eine wesentliche Rolle bei der Erhöhung des Stressniveaus schreiben die Arbeitssoziologen zum einen den gesamtgesellschaftlichen Entwicklungen der letzten Jahre zu. Hier gehören Tendenzen wie der »Primat der Ökonomie, anhaltende hohe Arbeitslosigkeit, Arbeitsplatzunsicherheit, diskontinuierliche Erwerbskarrieren.« (Weber & Hörmann 2007: 22) Zum anderen erhöhen das Stressniveaus prekäre und unsichere Lebensumstände, wie »schwere körperliche Erkrankungen, pflegebedürftige Angehörige, Scheitern/Instabilität von Beziehungen.« (Ebd.) Auch arbeitsbedingte psychosoziale Belastungen, wie etwa »chronischer Stress bei defizitärer sozialer Unterstützung, Arbeitsverdichtung, Betriebsklima, Konflikte, fehlende soziale Kompetenz von Führungskräften, ständige Erreichbarkeit, gestörte Work-Life-Balance« (ebd.) tragen zur Erhöhung des Stress bei. Damit wird die enge Verbindung »zwischen negativem chronischem beruflichem Stress und dem Auftreten psychischer Störungen, insbesondere depressiver Erkrankungen« (ebd.) und ihre Auswirkung auf die steigende Arbeitsunfähigkeit und Frühinvalidisierung auffällig (vgl. a.a.O.: 24).

2.1 Fehlpassung und Übermaß an Freiheit

Aus arbeitssoziologischer Perspektive liegen die Ursachen oft auch auf der individuellen Ebene, und zwar in der »Nichtpassung zwischen den Eigenheiten der Person und den Gegebenheiten der Arbeitsaufgabe bzw. denen der Arbeitsbedingungen.« (Hofmann 2015: 3f) Demnach ist nicht nur die Arbeitsbelastung ein relevanter Grund für die Entwicklung einer psychischen Störung, sondern auch »der Grad der Selbstbestimmung, der erlebten Sinnhaftigkeit der Arbeit und die Arbeitsbedingungen.« (Ebd.) Hierin wird die (An-)Passung der Tätigkeitsstruktur und der persönlichen Orientierung des Individuums hinterfragt. Die Beobachtung dessen, wie sich die Person der konkreten (Berufs-)Situation anpassen oder nicht anpassen kann, wird durch das sog. *Peter-Prinzip* beschrieben⁷, welches sich auch auf die

7 Das von Laurence J. Peter (1972) entwickelte Prinzip besagt, dass in hierarchischen Systemen derjenige bevorzugt befördert wird, »der seine Arbeit gut im Griff hat, bei dem offensichtlich alles gut läuft. Der entsprechende Kandidat hat bewiesen, dass er in seiner Tätigkeit auf sei-

Entstehung des Burnout-Syndroms übertragen lässt. Das Burnout-Syndrom tritt demnach dann auf, wenn

»die Kombination der RIASEC-Faktoren⁸ der Arbeitsaufgabe nicht der Kombination der RIASEC-Faktoren der Person entspricht. Das heißt, alte Erfolgsmuster führen in der neuen Tätigkeit auf der anderen Ebene nicht mehr zu Erfolgen, die zentralen Ängste der Person werden durch die Eigenarten der Tätigkeit aktiviert, die zentralen Bedürfnisse der Person können durch die Eigenarten der Tätigkeit nicht befriedigt werden, die Vorstellungen des Teams passen nicht zu der eigenen Person, die Kultur der Organisation weicht stark von den eigenen Vorstellungen zur optimalen Kultur ab oder die Konstellation Mitarbeiter/Vorgesetzter führt absehbar zu Konflikten.« (Ebd.)

Das Individuum muss daher selbst die Stufe der Fehlpassung erkennen, auf der die ausgeübte Tätigkeit Stress erzeugt und zum Burnout-Syndrom führen kann (vgl. a.a.O.: 215).

Neben der Fehlpassung des Individuums an die Arbeitsstruktur gibt es auch einen gegensätzlichen Fall – zu viel an Arbeitsfreiheit (vgl. Glißmann & Peters 2001). Laut dem Stressreport der Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin geben zwei Drittel der Beschäftigten an, »bei der Arbeitsplanung und -einteilung über Handlungsspielraum zu verfügen, und über die Hälfte können selbst entscheiden, wann sie Pause machen.« (Ducki 2016: 83) Die existierenden Freiheiten wirken sich jedoch nur dort positiv aus, »wo Zeit- und Materialpuffer bereitstehen« (ebd.), was je nach dem Betrieb variieren kann. Daraus können die Arbeitssoziologen folgende Feststellung machen: »Mitarbeiter in modernen Unternehmen hätten heute nicht mehr das Problem fehlender Freiheiten, sondern litten sogar unter einem Zuviel davon. Die Qual der Wahl mache den Beschäftigten mehr Druck als klare Vorgaben durch das Management.« (Ebd.) Wenn im Ergebnis der Handlungsspielraum mit Beliebigkeit verwechselt wird und wenn die etwas vage formulierten Ziele durch die Mitarbeiter selbst erreicht werden müssen, dann »entsteht kein Spielraum, sondern Überforderung.« (Ebd.) Wird dieser Überforderung nicht entgegengewirkt,

ner Ebene/in seinem Bereich gut ist. Man wird ihm daher Potenzial für die Übernahme von Aufgaben auf der nächsten Ebene/in einem anderen Bereich zusprechen. Sofern er auch auf dieser nächsten Ebene/in diesem anderen Bereich gut ist, wird er für die Übernahme einer Funktion auf einer weiteren Ebene/in weiteren Bereichen vorgeschlagen usw. Irgendwann wird jedoch der Fall eintreten, dass er nicht mehr über die notwendigen Fähigkeiten auf der jeweiligen Ebene/in dem jeweiligen Bereich verfügt. Er hat dann, wie Peter es formuliert, die »Stufe seiner Inkompetenz« erreicht.« (Hofmann 2015: 214)

8 Die RIASEC-Faktoren: R – realistic, handwerklich, technisch, I – investigative, untersuchend, forschend, A – artistic, künstlerisch, gestaltend, kreativ, S – social, helfend, erziehend, pflegend, E – enterprising, führend, verkaufend, unternehmerisch, C – conventional, ordnend, verwaltend (vgl. Hofmann 2015: 54f).

erzeugt sie Stress und kann das Ausbrennen verursachen. Mit anderen Worten, wurde früher die mangelnde Gestaltung der Spielräume auf der Organisationsebene analysiert (vgl. DeMarco 2001; Tröster 2013), so wird heute das Übermaß an persönlicher Freiheit und die mangelnde Fähigkeit des Individuums, sich dieser sinnvoll zu bedienen, als Ursache der sinkenden Produktivität in dem Arbeitsprozess beschrieben. Dieser paradigmatischen Verschiebung liegt die veränderte Wahrnehmung der Organisation von Arbeit, die im Übergang von Taylorismus zum Post-Taylorismus stattgefunden hat, zugrunde.

2.2 Neue Anforderungen veränderter Arbeitsorganisation

Das wesentliche Prinzip des Taylorismus bestand in der »Trennung zwischen den Arbeitenden als Subjekt und Arbeitskraft.« (Böhle 2010: 78) Dadurch wurde in den Arbeitsprozessen eine Abgrenzung zwischen Markt und Organisation geschaffen: »außerhalb der Arbeit ist man ein selbstverantwortlicher, freier Bürger und in der Arbeit unterliegt man dem Direktionsrecht des Arbeitgebers.« (Ebd.) Das neue Organisationsprinzip des Post-Taylorismus in dem Zeitalter der Technologisierung und Globalisierung richtet sich zum einen darauf, »die Organisation von Unternehmen zu flexibilisieren und zu verschlanken sowie zum anderen darauf, neue Rationalisierungspotenziale im Bereich qualifizierter und verantwortlicher Arbeit zu erschließen.« (a.a.O.: 85) Diese Subjektivierung der Arbeit hat neue Prinzipien in die Steuerung und Kontrolle von Arbeitsprozessen eingeführt: »An die Stelle der direkten Steuerung und Kontrolle der Arbeit – wie dies in der tayloristischen Rationalisierung der Fall war – tritt nun die indirekte Steuerung oder Kontextsteuerung« (a.a.O.: 86), deren Organisationsprinzip sich auf die Vermarktlichung dieser Steuerung bezieht. Durch die paradigmatische Veränderung der Arbeitsprozesse und durch den Fokus auf kontextuelle und indirekte Steuerung, hat sich die Arbeit subjektiviert und ökonomisiert. So sind auch die Bedrohungen und Ursachen für die Belastungen, die aus den Arbeitsprozessen resultieren, nicht sofort erkennbar:

»Die indirekte Steuerung der Arbeitsleistung durch sachliche, zeitliche und personelle Vorgaben sowie Vermarktlichung und Ökonomisierung entziehen sich als Ursache von Belastungen der unmittelbaren Erfahrung. Anders als die Gefährdung der Gesundheit durch Lärm und Hitze oder hohe und einseitige körperliche Anforderungen resultieren die Belastungen bei der Subjektivierung von Arbeit aus dem Zusammenwirken unterschiedlicher Faktoren in komplexen Arbeitssituationen: den Arbeitsanforderungen, den verfügbaren Ressourcen, dem internen Wettbewerb, dem Druck des Marktes usw.« (Böhle 2010: 88)⁹

9 Um diese Zusammenhänge erfassen zu können, wurde in der Wissenschaft »anstelle eines eindimensionalen Ursache- und Wirkungsverhältnisses ein ›relationales Belastungskonzept‹ entwickelt.« (Böhle 2010: 88f [Herv. i. O.]

Die indirekte Steuerung von Arbeitsprozessen prägt auch unsere Vorstellung von der Arbeit selbst. Christoph Bartmann beschreibt in diesem Zusammenhang drei Leitmotive, die für die veränderte Wahrnehmung der Arbeit kennzeichnend sind. Zum einen sind wir stets darauf bedacht, unsere Arbeit und den damit verbundenen Höhepunkt unserer Leistung auf die Zukunft hin zu richten: »Den Gipfel unserer Leistungsfähigkeit oder Performance haben wir stets noch vor uns.« (Bartmann 2012: 219) Zum anderen haben wir das Bedürfnis, auf unsere Arbeit hinweisen zu müssen, denn »wir arbeiten nicht nur [...], wir zeigen oder weisen nach, während wir arbeiten, ›dass‹ wir arbeiten, und sind schon deshalb niemals selbstvergessen.« (a.a.O.: 223 [Herv. i. O.]) Schließlich werden wir in der Arbeit aufgefordert, »glatte«, visuell-grafische, problem- und widerspruchsfreie Formen der Präsentation« (a.a.O.: 239 [Herv. i. O.]) zu leisten, um den Anforderungen unserer Träger – im öffentlichen Dienst wie im Unternehmen – zu entsprechen. Dadurch entsteht eine Standardisierung von Arbeitsprozessen und Lebensgewohnheiten. Die omnipräsente und erforderliche Leistung (Performance), Hinweisung (Indikation) und Selbstdarstellung (Präsentation) haben das Office, den gegenwärtigen Lebensraum, in einen Ort verwandelt, in dem wir als Subjekte unsere Unterdrückung erleben und gleichzeitig unsere Befreiung realisieren (vgl. a.a.O.: 242f). Für diese neue Welt »der Präsentationen ohne Präsenz, der Performance ohne Ereignis, der Indikationen ohne Indiziertes, der großen, leeren Schau« (a.a.O.: 244) zahlen die Menschen einen hohen Preis. Gerade Burnout, die »Krankheit des positiven Denkens, der Optimierungen und der Performance« (a.a.O.: 246), soll das Resultat dieser Entwicklungen sein:

»Erst hat uns das positive Denken glauben gemacht, es gäbe für uns kein Limit, nun begegnen wir uns wieder als Performance-Junkies in der Kurklinik und üben uns, wie man jetzt immer häufiger hört, in ›Achtsamkeit‹. Die schädlichen Folgen positiven Denkens sollen offenbar durch noch mehr positives Denken behoben werden.« (a.a.O.: 265f [Herv. i. O.]

3 Soziokultureller Blick auf das Burnout-Syndrom

Die gesellschaftstheoretische Kritik des Burnout-Syndroms und vergleichender psychischer Störungen, wie Boreout-Syndrom, Borderline, ADHS oder Depression, bezieht sich auf verschiedene Entwicklungen des modernen und postmodernen Zeitalters. Die soziologischen und kultursoziologischen Auslegungen fokussieren insbesondere auf die Verhältnisse, in die das Individuum eingebettet ist und die seine Subjektformen bestimmen.

3.1 Die Sorgen des Arbeitssubjekts

Das Individuum als modernes Arbeitssubjekt unterliegt den Ansprüchen an die Identifikation mit der Arbeit. Diese Ansprüche werden in den gegenwärtigen Unternehmen durch eine omnipräsente Konkurrenz gestärkt, welche »die Langsameren/Schwächeren/Älteren latent unter den Erwartungsdruck der Schnelleren/Stärkeren/Jüngerer [setzt].« (Burisch 2014: 243) Daraus resultiert die Sorge eines jeden Arbeitssubjekts um die eigene Beschäftigungsfähigkeit (engl. *employability*), die ein ständiges Nachdenken über Risiken, Nebenwirkungen und Pläne B erfordert, sowie eine ständige Vernetzung, Flexibilität und Multifunktionalität voraussetzt (vgl. a.a.O.: 245). Die Sorge um sich führt dann nicht selten zu Identitätskrisen, die wiederum »auf veränderte gesellschaftliche Lebensbedingungen im globalisierten Netzwerkkapitalismus verweisen. Diese stellen Anforderungen an die alltägliche Identitätsarbeit dar, mit denen viele Menschen nicht mehr zu Recht kommen.« (Keupp 2010a: 45) Diese Anforderungen lassen sich an verschiedenen Erfahrungskomplexen, die für den Alltag prägend sind, verdeutlichen. Zu solchen gegenwärtigen Erfahrungen gehören z.B.

- eine Beschleunigung und Verdichtung des Alltags, die »zu den Grundgefühlen beitragen, getrieben zu sein, nichts auslassen zu dürfen, immer auf dem Sprung sein zu müssen, keine Zeit zu vergeuden und Umwege als Ressourcenvergeudung zu betrachten« (a.a.O.: 46; vgl. auch Rosa 2013);
- eine selbstunternehmerische Wahrnehmung meines Lebens, in der ich »für meine Gesundheit, für meine Fitness, für meine Passung in die Anforderungen der Wissensgesellschaft selbst zuständig [bin]« (Keupp 2010a: 46; vgl. auch Bröckling 2007);
- eine Deregulierung von Rollenschemata, die »einerseits als Gewinn an selbstbestimmter Lebensgestaltung verstanden wird, die aber andererseits in die Alltagswelten eine Unsicherheit hineinträgt, die nicht immer leicht akzeptiert und ertragen werden kann« (Keupp 2010a: 46);
- eine unabschließbare Arbeit an eigener Identität, die »die dazu erforderlichen Lebenskonzepte in einem sehr viel höheren Maße [braucht]« (a.a.O.: 47), als es für die Menschen früherer Generationen üblich war;
- eine Angst aus dem gesellschaftlichen Leben ausgegrenzt zu sein, welche viele Menschen bestimmt, weshalb diese »oft bereit sind, sich an Bedingungen anzupassen, die ihnen nicht gut tun« (ebd.);
- eine Suche nach einer Sicherheitsgesellschaft, die den Anspruch hat, »alles Unberechenbare, Uneindeutige, Ambivalente, Fremde und Störende zu beseitigen« (ebd.), um eine berechenbare und eindeutig geordnete Welt zu schaffen (vgl. Beck 1986; Münkler/Bohlender/Meurer 2010);

- eine durch den kapitalistischen Wandel zur Monetarisierung, Ökonomisierung und ›Vertriebswirtschaftlichung‹ veränderte Arbeit- und Lebensqualität, die »nur noch in Geldwert ausgedrückt werden« scheint (Keupp 2010a: 48).

Auf der anderen Seite bestimmen die gesellschaftlichen Veränderungen die individuellen Ansprüche dahingehend, dass die Arbeitssubjekte diese als ihre eigenen entziffern. Dadurch erheben merkwürdigerweise wir selbst, als Arbeitssubjekte, einen Anspruch auf die Burnout-Krankheit, indem wir »an dieser neuen Welt des Change nicht nur teilnehmen, sondern teilnehmen ›wollen‹, weil wir Projekte und Ziele haben, weil wir Prozesse optimieren wollen und überhaupt einer besseren Welt entgegentaumeln.« (Bartmann 2012: 248f [Herv. i. O.]) Das Burnout-Syndrom zeichnet sich demnach durch seine positiven, erstrebenswerten und modernen Merkmale aus: »es ist eine Krankheit der neuen, storygetriebenen Bürokratie« (a.a.O.: 253), in der »nicht von Defiziten und Konflikten erzählt [wird], auch nicht von Unzulänglichkeiten und von Versagen [...], sondern von einer exzessiven Leistungsfähigkeit und -bereitschaft.« (Ebd.) Im Burnout überlappen sich die Pathologie und die Gesundheit zugleich, denn es ist der »bessere, der optimierte und also überbeanspruchte Mensch der idealtypische Burnout-Fall.« (a.a.O.: 259)

3.2 Das Burnout-Syndrom als gesellschaftlicher Geisteszustand

Nicht nur Pathologie und Gesundheit, sondern auch das Individuelle und das Gesellschaftliche verschmelzen im Burnout-Syndrom. Seelische Gesundheit hat in den letzten Jahrzehnten ihren sozialen Status verändert: »Sie gehört zu einer allgemeinen gesellschaftlichen Haltung, sie kennzeichnet eine bestimmte Atmosphäre unserer Gesellschaften, sie ist ein ›Geisteszustand.« (Ehrenberg 2011: 21f [Herv. i. O.])

Im Geist der Französischen psychoanalytischen Schule betont Alan Ehrenberg, einer der bedeutendsten Soziologen, die sich mit der Problematik seelischer Störungen befassen, dass die gegenwärtigen Veränderungen und ihr Einfluss »auf den Aufbau des Subjekts und den Ausdruck des Leidens« (a.a.O.: 321) auf das »›Ende der Vertikalität‹, das Absterben der hierarchischen Gesellschaft, das vom Verfall der patriarchalischen Funktion bezeugt wird« zu verweisen sind (ebd. [Herv. i. O.]). Das Patriarchat hatte eine symbolische Funktion inne und begründete die gesellschaftliche Autorität. Die symbolische Stellung eines Vaters, einer Autorität »erfüllt seine ›normative‹ Funktion nicht mehr. Auf diesem gesellschaftlichen Defizit gedeihen die neuen Pathologien.« (Ebd. [Herv. i. O.])

Das Ende der Vertikalität führte zum Ende der Unterwerfung unter die gesellschaftliche Pflicht. Dadurch verlor der Mensch »das Rückgrat, das ihn in der Gesellschaft verankerte und seine Begehrlichkeiten maßigte. Der Verfall der Autorität der Gesellschaft lässt sich in der Ersetzung der alten Zwangshierarchien durch

»ein horizontales und gleichberechtigtes Schema der gesellschaftlichen und politischen Identifikation« (Schneider 2002: 183) erkennen« (a.a.O.: 325f). Und man kann sich nicht, so Ehrenberg, »von der Vertikalität befreien, ohne ganz konkret einen affektiven Preis dafür zu zahlen.« (a.a.O.: 322) Der Preis dafür sind die neuen Pathologien des Ideals, »jene Charakterneurosen, die die Unglücksfälle der Horizontalität sind, wie die Übertragungsneurosen die Pathologien der Vertikalität waren.« (a.a.O.: 322f) Wie er weiter in Bezug auf Michel Schneiders *Big Mother* (2002) betont, folgten auf »die ›Krankheiten des Vaters‹ (Zwangsneurose, Hysterie, Paranoia) [...] im großen Maß die ›Krankheiten der Mutter‹ (Grenzzustände, Schizophrenien, Depressionen).« (Schneider 2002: 112 zit.n. Ehrenberg 2011: 323) Diese Pathologien »betreffen das Ideal in dem Sinne, dass sie durch einen ›wirklichen‹ Verfall der väterlichen Imago in der Gesellschaft verursacht werden und somit durch den Verfall von Institution, Symbol, Transzendenz, Hierarchie, Grenze, die eine Begriffsfamilie bilden.« (Ehrenberg 2011: 323 [Herv. i. O.]¹⁰

Des Weiteren hat die Entwicklung von Charakterneurosen (Krankheiten der Mutter), welche das vorherige Interesse an Übertragungsneurosen (Krankheiten des Vaters) ersetzt hat, neue Formen des Ausdrucks von Gefühlen mit sich gebracht und die Transformation der individuellen Neurosen in gesellschaftliche Probleme bewirkt (vgl. a.a.O.: 498).¹¹ Und diese Art von Problemen charakterisiert unser Zeitalter, das, pathologisch gesehen, »weder bakteriell noch viral, sondern neuronal bestimmt« ist (Han 2010: 5). Das heißt, dass die neuronalen Erkrankungen wie Depression, Burnout oder ADHS »keine Infektionen [sind], sondern Infarkte, die nicht durch die ›Negativität‹ des immunologisch Anderen, sondern durch ein Übermaß an ›Positivität‹ bedingt sind.« (ebd. [Herv. i. O.]

Anstelle der durch die Negativität bestimmten Gesellschaftskonstellation der *Andersheit* und *Fremdheit*, tritt nämlich das Paradigma der durch das Übermaß an Positivität erzeugten *Differenz*. Diese ruft keine Immunreaktion hervor. »Die postimmunologische, ja postmoderne Differenz macht nicht mehr krank. Auf der immunologischen Ebene ist sie das ›Gleiche‹. Der Differenz fehlt gleichsam der

10 Die neuen Pathologien stellen außerdem den kulturellen Code der Gesellschaft dar. Denn »seit der Aufklärung hat sich der soziale Status des psychischen Leidens dahingehend gewandelt, dass die vorherrschenden Krankheitsbilder nicht nur individuelles Leiden, sondern auch die Dilemmata des Soziallebens zum Ausdruck bringen. Losgelöst vom Krankenbett etablierte sich eine Tradition der psychopathologischen Kulturkritik, in der Krankheitsbilder – Degeneration, Schizophrenie oder Narzissmus – als kulturelle Codes figurierten.« (Bernet 2012: 195)

11 Diese Transformation wird heutzutage am deutlichsten am Fall der Depression sichtbar: »Über die Depression wird regiert. Denn die Weisen der veränderten Selbstproblematisierung korrespondieren mit Steuerungsmechanismen, in denen Depressionsbekämpfung zum ›nationalen Gesundheitsziel‹ wird und Initiativen zur Beförderung der psychischen Gesundheit der Bevölkerung staatlich initiiert werden.« (Abels 2015: 280 [Herv. i. O.]

Stachel der Fremdheit, der eine heftige Immunreaktion auslösen würde.« (a.a.O.: 7 [Herv. i. O.]) Richtete sich die immunologische Abwehr des Organismus »immer gegen das Andere oder das Fremde im emphatischen Sinne« (a.a.O.: 11), so sind Erschöpfung und Ermüdung »Erscheinungen einer ›neuronalen Gewalt‹, die insofern nicht viral ist, als sie auf keine immunologische Negativität zurückzuführen ist« (a.a.O.: 12 [Herv. i. O.]), sondern eher auf das »›Zuviel am Gleichen‹, [an das] Übermaß an Positivität.« (ebd. [Herv. i. O.])

In Kritik an Foucaults Disziplinargesellschaft zeigt der Kulturphilosoph Buyung Chul Han, dass das heutige Leistungssubjekt »Herr und Souverän seiner Selbst ist.« (a.a.O.: 22) Jedoch führt dieser Wegfall von der Herrschaftsinstanz nicht zu mehr Freiheit für das Individuum. Vielmehr lässt er »Freiheit und Zwang zusammenfallen. So überlässt sich das Leistungssubjekt der ›zwingenden Freiheit‹ oder dem ›freien Zwang‹ zur Maximierung der Leistung.« (ebd. [Herv. i. O.]) Wobei die Freiheit im eigentlichen Sinne »an die Negativität gebunden ist. Sie ist immer eine Freiheit vom Zwang, der vom immunologisch Anderen ausgeht. Wo die Negativität dem Übermaß an Positivität weicht, verschwindet auch die Emphase der Freiheit, die dialektisch der Negation der Negation entspringt.« (Ebd.) Aus dieser paradoxen Freiheit ließen sich dann die psychischen Krankheiten als pathologische Manifestationen ausdeuten (vgl. a.a.O.: 23). Es ist das Zusammenfallen der Freiheit und des Zwangs, des Herrn und des Knechts, des Gefangenen und des Aufsehers seines Selbst, die zu einer Art freiwilliger Ausbeutung führt (vgl. a.a.O.: 35f), welche »auch ohne Herrschaft möglich [ist].« (a.a.O.: 36)

3.3 Das Burnout-Syndrom – eine Modeerscheinung?

Inwiefern es sich beim Burnout-Syndrom tatsächlich um eine Krankheit handelt und was darunter im Licht seiner medialen Darstellung (vgl. Hillebrand 2013) und seinen historischen Parallelen (vgl. Becker 2017) eigentlich zu verstehen ist, fragt sich Frieder Vogelmann und behauptet vier Nichtexistenzweisen dieser psychischen Störung: »Burnout ist keine ›individuelle Krankheit‹, weil es (1) keine ›Krankheit‹ beziehungsweise (2) keine ›individuelle‹ Krankheit ist, weil Burnout (3) verschiedene ›andere‹ Krankheiten bezeichnet oder weil Burnout (4) ›mehr‹ als eine Krankheit ist.« (Vogelmann 2013: 149 [Herv. i. O.])

- Der ersten Nichtexistenzbehauptung liegt einerseits die Tatsache zugrunde, dass Burnout bis zum heutigen Tag offiziell nicht als eine Krankheit deklariert wurde; so in den internationalen auch als in nationalen Klassifikationen.¹² An-

12 Nach der in 2019 stattgefundenen Neufassung der Internationalen Klassifikation der Krankheiten (ICD) wird allerdings das Burnout demnächst (ab 2022) als Krankheit eingestuft, die durch drei Dimensionen gekennzeichnet wird, und zwar durch das Gefühl von Erschöpfung,

dererseits handelt es sich nicht um eine Krankheit, weil es »nicht als solche klassifiziert ›ist‹, sondern weil sie nicht als solche klassifiziert werden ›sollte‹.« (ebd. [Herv. i. O.]) Als Grund nennt Vogelmann die Beobachtung, laut welcher »ein Mensch, der an seiner Arbeit ausbrennt, [...] in unserer Gesellschaft vielleicht ein kostbares und sensibles Barometer der kaputten gesellschaftlichen Bedingungen und der damit korrelierten kaputten Arbeitsverhältnisse [ist] – der einzige, der gesund reagiert auf kranke Verhältnisse: leidend.« (Rösing 2003: 239 zit.n. Vogelmann 2013: 150)

- Was die zweite Behauptung angeht, so stellt er fest, dass Burnout »keine ›individuelle‹, sondern ›soziale‹ Krankheit ist.« (Vogelmann 2013: 150 [Herv. i. O.]) Ausgehend von der Marx'schen Theorie, in welcher Burnout »die Vergegenständlichung der Produktionsmittel des Sozialarbeiters [ist]« (Karger 1981: 275 zit.n. Vogelmann 2013: 151), wo die Fähigkeiten des Arbeiters »zwischenmenschliche Beziehungen einzugehen, [...] zu einer handelbaren Ware [werden]« (ebd.) und wo die Distanzierung des Sozialarbeiters von seinem Klienten zu einer Verdinglichung führt, »die den Arbeiter von der authentischen Ausübung seiner Fähigkeiten entfremdet« (ebd.), bezeichnet er das Burnout als eine »Entfremdung und daher keine individuelle Krankheit, sondern eine soziale Pathologie.« (Vogelmann 2013: 151)
- Die dritte Nichtexistenzbehauptung legt nahe, dass Burnout wegen seiner mangelnden Abgrenzung »eigentlich‹ verschiedene ›andere‹, nicht unter einen einzigen Oberbegriff zu fassende Krankheiten bezeichnet.« (ebd. [Herv. i. O.]) Eine differentialdiagnostische Beurteilung zeigt nämlich, dass »Burnout als Phänomen ›nebulös und vielfältig‹ wirkt, weil ›unscharf definiert [ist], was Burnout eigentlich ist – und differentialdiagnostisch bedeutsam: was Burnout nicht ist.« (Korczak/Kister/Huber 2012: 99 zit.n. Vogelmann 2013: 151)
- Letztens ist Burnout mehr als Krankheit, eine sog. sprechende Krankheit. Es stellt ein »sprachliches Vehikel [dar], das geeignet ist, persönliches Leiden des Individuums, vornehmlich in und an der Arbeitswelt, zum Ausdruck zu bringen.« (Hillert & Marwitz 2006: 282 zit.n. Vogelmann 2013: 151)

Demgegenüber hält Ulrich Bröckling das Burnout-Syndrom für eine Krankheit unserer Zeit, die neben anderen Zivilisationskrankheiten zu verorten ist. Solche Krankheiten zeichnen sich für ihn »nicht nur durch gehäuftes Auftreten, sondern vor allem dadurch aus, dass ihre Symptome den Zeitgenossen einen Spiegel vorhalten. Sie reflektieren, was diese fürchten, worunter sie leiden und woran sie scheitern – und zeigen dadurch zugleich ›*ex negativo*‹ die Fluchtpunkte gegenwärtiger

durch eine zunehmende geistige Distanzierung bzw. negative Haltung gegenüber des eigenen Jobs gleichwie durch ein verringertes berufliches Leistungsvermögen (vgl. Dear Employee 2019).

Lebensführung, die Vorstellungen darüber, wie die Einzelnen sich heute selbst begreifen, wie sie an sich arbeiten und für sich sorgen sollen.« (Bröckling 2013: 181 [Herv. i. O.]) Mit Blick auf die Sinnbilder, welche mit dem Burnout-Syndrom evociert werden, lassen sich seine Konturen in drei Bildern konkreter aufzeichnen:

- Das Ausgebranntsein erinnert zuerst an das Bild des Feuers, welches aufgrund seines Nutzens aber auch seiner Gefahr ambivalenter Natur ist (vgl. a.a.O.: 182). Der Brennprozess mit seiner entzündeten Flamme und der am Ende übrig gebliebenen Asche ermöglicht der Feuer-Metapher »gleichermaßen auf die vergangene Verausgabung wie auf die Unfähigkeit, sie fortzusetzen« (ebd.) zu verweisen.
- Eine weitere Metapher, »eng verwandt mit dem Bild der individuellen Leistungs- beziehungsweise Lebensflamme, die brennt oder eben erloschen ist, ist der Topos des Burnouts als einer »persönlichen Energiekrise«, die auf einer Dysbalance zwischen Kraftzufuhr und -verbrauch beruht.« (a.a.O.: 185 [Herv. i. O.]) Diese Metapher einer Menschenmaschine »impliziert die Vorstellung eines Subjekts, das sich aufspaltet, einerseits in eine technische Apparatur, andererseits in eine Instanz, die diese beobachtet und sie entweder zu optimieren sucht oder ihren Rückbau zu einem fühlenden Wesen einleitet.« (a.a.O.: 188)
- Schließlich verweist die Metapher des Hamsterrads (vgl. a.a.O.: 189) auf das asymmetrische Gleichgewicht zwischen Stress und Entspannung. In dem Diskurs um Burnout wird einerseits »ein zivilisationskritisch-pessimistisches Bild der Gegenwart gezeichnet, wie es düsterer kaum ausfallen könnte. Weil das aber kaum zu ertragen wäre und in Fatalismus münden müsste, wechselt man andererseits das Register, sobald es um präventive und therapeutische Maßnahmen geht, und propagiert einen pragmatischen Aktivismus. Der changiert zwischen verhältnis- und verhaltensbezogenen Konzepten und landet am Ende – wen wundert’s? – bei der Forderung nach einem integrativen Ansatz, der sowohl die Belastungen reduzieren wie die Belastbarkeit steigern und gesellschaftliche Anforderungen und persönliche Ressourcen wieder ins Gleichgewicht bringen soll.« (a.a.O.: 193) Und ein Gleichgewicht herrscht erst dann, »wenn gegenstrebige Kräfte – in diesem Fall: Anspannung und Entspannung, Motivationssystem und Stresssystem, Arbeitsansprüche und Ressourcen, Leistung und Wertschätzung – einander neutralisieren.« (a.a.O.: 195f)

Alle drei Bilder umschreiben das Burnout-Syndrom in seiner gesellschaftlichen Wahrnehmung. Ob das Burnout-Syndrom als eine Krankheit bzw. Störung empfunden wird oder nicht, ändert nichts an seinen Auswirkungen, die sowohl auf individueller wie auf gesellschaftlicher Ebene zu erheblichen Schäden führen.

4 Kulturgeschichtliche Perspektive auf die Prävention psychischen Leidens

Die Gesundheit wird als gesellschaftliches Gut und individuelle Disposition in unterschiedlichen Zusammenhängen thematisiert. Aus kulturgeschichtlicher Perspektive lässt sich erkennen, welchen Stellenwert und welche Wandelformen die Gesundheit in den westlichen industriellen Gesellschaften erfahren und wie sie das gegenwärtige Verständnis vom gesunden oder kranken Leben geprägt hat. Im Folgenden werden drei Perspektiven aufgezeichnet, die die unterschiedlichen Aspekte des Regiert-Werdens durch Prävention diskutieren.

4.1 Prävention als Kulturtechnik

Die im Rahmen des Forschungsverbundes *Präventives Selbst – Interdisziplinäre Untersuchung einer emergenten Lebensform* entstandenen Beiträge liefern wichtige Erkenntnisse zur »Entwicklung moderner Praktiken der Gesundheitsprävention.« (Lengwiler & Madarász 2010: 9) Zwar hat laut der Autoren des Bandes »das Thema der Gesundheitsprävention in den letzten Jahren politisch und gesellschaftlich an Bedeutung gewonnen« (a.a.O.: 12), doch ihre Geschichte sei »noch weitgehend ungeschrieben« (a.a.O.: 11). Diesem Zustand haftet gleichzeitig etwas Unwirkliches und Unauffälliges an:

»Unwirklich, weil Prävention einen Schaden antizipiert, der meist gar nicht eintritt, weil er vorsorglich verhindert werden soll. Und unauffällig, weil Prävention meist die Ebene unspektakulärer Alltagsverhaltens (Essen und Trinken, Rauchen, Bewegung etc.) betrifft und dabei oft in wenig sichtbaren Infrastrukturbereichen ansetzt, etwa bei der Nahrungsmittelhygiene, der Fabrikinspektion oder allgemein der Hygienisierung des öffentlichen Raumes.« (a.a.O.: 11f)

In den gesammelten Untersuchungen wird die Prävention als eine Kulturtechnik zum Gegenstand der Analyse gemacht. Als solche wurde nämlich Prävention schon im 19. Jahrhundert zum Leitmotiv »der sozialwissenschaftlichen Erkenntnisgewinnung und der davon ausgehenden sozialpolitischen Interventionen« (a.a.O.: 13) herausgestellt. In den späteren Theoriedebatten wurde sie dann laut Autoren als eine »auf rationalem Kalkül beruhende Zukunftsbeherrschung« (a.a.O.: 14), wie bei Reinhart Kosseleck und Lucian Hölscher bzw. als eine »wissenschaftlich-technologisch fundierte, mit wirkungsmächtigen Rationalitätsansprüchen auftretende Form der Sozial- und Bevölkerungspolitik« (ebd.), wie bei Niklas Rose und Ulrich Bröckling (im Rückgriff auf Michel Foucault), gedacht.

Kulturgeschichtlich lassen sich auf der Ebene der Akteure vier Gruppen unterscheiden, bei welchen das präventive Verhalten untersucht werden kann. So war es erstens das Anliegen des Staates seine »Bevölkerung – als ökonomische und mili-

tärische Ressource – möglichst effizient und nachhaltig zu mobilisieren.« (a.a.O.: 15) Sodann haben auch die privatwirtschaftlichen Akteure, wie etwa private Spitäler, Versicherungs- oder Pharmaindustrie, für »die Propagierung präventiver Verhaltensnormen und in Verbindung damit [für, J. Z.] eine ›Ökonomisierung‹ der Präventionsdiskurse« (ebd. [Herv. i. O.]) gesorgt. Außerdem forderten die zivilgesellschaftlichen Vereinigungen, »etwa die Hygienebewegung des 19. Jahrhunderts oder alternativ-medizinische Kreise des 20. Jahrhunderts [...] eine stärker ›lebensweltlich‹ verankerte[...] ›Präventionskultur‹.« (a.a.O.: 15f [Herv. i. O.]) Schließlich hat sich in der zweiten Hälfte des 20. Jahrhunderts eine Subjektivierung der präventiven Verantwortung vollzogen, in der die individuellen Akteure bzw. »das ›präventive Selbst‹, jenes rationale, krankheitsminimierend agierende Subjekt« (a.a.O.: 16 [Herv. i. O.]) selbst für seine Gesundheit verantwortlich geworden ist. Diese Analyseintrittspunkte ermöglichen es, die »Paradoxien präventiver Verhaltensdispositionen« (ebd.) aus verschiedenen Blickwinkeln zu beleuchten. So ließe sich einerseits der beobachtete »Widerspruch zwischen wissenschaftlichem Präventionsanspruch und alltäglichen Präventionspraktiken« (ebd.) erhellen, andererseits die durch den modernen Präventionsdiskurs entstandene »nicht-intendierte[...] Vermehrung von Unsicherheit« (ebd.) problematisieren.

Die hier pointierte Spannung zwischen den auf die Bevölkerung gerichteten wissenschaftlichen Präventionsmodellen sowie den individuellen alltagspraktischen Erfahrungen auf der einen Seite, und der äußeren (Umweltfaktoren, Lebensbedingungen) wie inneren (körperliche Zustände, Lebensstile) Natur der Präventionsmaßnahmen auf der anderen Seite umfassen den Bereich der Regierungstechnologien, wie sie von Michel Foucault gedeutet und beschrieben wurden (vgl. Foucault [1984] 2005b: 900) und bilden somit das Objekt analytischer Bemühungen der Gouvernementalitäts-Studien. Demnach entsteht hier die Frage, inwieweit die Einrichtung präventiver Maßnahmen das alltägliche Verhalten prädisponiert oder aber wie die Problematisierung der Lebensbedingungen den individuellen Lebensstil prägt und anleitet. Die Führung zur Selbstführung wird in dem Ineinandergreifen des öffentlichen und privaten Lebens beobachtbar und analysierbar. Eben der Raum dieses Ineinandergreifens wird durch die Prävention als Kulturtechnik kolonisiert.

4.2 Gesundheit als Zielscheibe der Prävention

Aus geschichtlicher Perspektive lassen sich mehrere Versuche feststellen, wie die Gesundheit zur Zielscheibe präventiver, vorbeugender Maßnahmen erhoben wurde. Vor allem im 19. und 20. Jahrhundert avancierte allmählich die »Vorsorge von einem Projekt einzelner Schichten zu einer gesamtgesellschaftlichen Aufgabe.« (Thießen 2013: 354) Diese Vorsorge kristallisierte sich in dem Versuch, »in gesellschaftliche Prozesse wie Pauperismus, Industrialisierung und Städte-

wachstum und die damit verbundenen gesundheitlichen Gefahren im Sinne einer Demokratisierung der Gesellschaft formend einzugreifen« (Stöckel & Walter 2002: 11) und hygienische, prophylaktische und präventive Vorsorgemaßnahmen einzuleiten. Mit den verschiedenen Eingriffen in die Gesundheit des Einzelnen und der ganzen Gesellschaft entwickelten sich dann schrittweise Verfahren, »durch die die Menschen zu einem bestimmten gesundheitsbezogenen Verhalten angeleitet und Regierungen zu bestimmten gesundheitspolitischen Strategien motiviert und für diese legitimiert wurden.« (Poczka 2017: 421) Dadurch konnten gesundheitspolitische Maßnahmen »auf den Schutz des ganzen ›Volkkörpers‹, auf die Verhütung von Gefahren für die Allgemeinheit sowie auf die Minimierung kollektiver Risiken im Dienste des ›öffentlichen Interesses‹« abzielen (Thieß 2013: 354 [Herv. i. O.]) und gleichzeitig »Einfluss auf Alltagspraktiken, auf Vorstellungen und Formen der Lebens- und Familienplanung, auf den Umgang mit Gesundheit und Sexualität« nehmen (a. a. O.: 358). Diese umfassende Einwirkung präventiver Eingriffe in alle privaten wie öffentlichen Lebensbereiche entwickelte sich in dem Maße, wie die Prävention gesellschaftlich verankert und normalisiert wurde.

Der Normalisierung von Prävention hat ein paradigmatischer Wechsel geholfen, welcher sich im Zusammenhang mit der Umdeutung der Gesundheit durch die Weltgesundheitsorganisation (WHO) im Jahr 1946 vollzogen hat. Der durch die WHO neu generalisierte Gesundheitsbegriff definierte die Gesundheit »nicht mehr als Abwesenheit von Krankheit, sondern aufgrund positiver Qualitäten wie körperlichen, geistigen und sozialen Wohlbefindens« (Lengwiller & Madarász 2010: 21), womit ein Grundstein »für eine schrittweise Auflösung der Grenze zwischen Gesundheit und Krankheit« gelegt wurde (ebd.). Indessen richtete sich auch die Prävention nicht mehr auf die Krankheitsverhinderung, sondern vor allem auf die Gesundheitssicherung (vgl. ebd.).¹³ Krankheit und Gesundheit wurden somit nicht nur neu problematisiert, sondern haben sich »als soziale und zugleich diskursive Konfliktfelder« (Poczka 2017: 17) in eine allgemeine Geschichte der Prävention integriert und die bisher nicht ausreichend beantwortete Frage nach ihrer Regierbarkeit aufs Neue gestellt: »Wie hat unsere Gesellschaft gelernt, zukünftige Erkrankungen, die noch nicht eingetroffen sind und von denen sich im Einzelfall nicht wissen lässt, ob sie jemals eintreten werden, als reale Probleme zu behandeln?« (Lanza 2017: 16) Damit hat die Prävention eine *Arbeit an dem Virtuellen* begonnen, die darauf abzielt, »das Werden in seiner Ereignishaftigkeit zu lenken, um drohenden

13 Das Anliegen, den Gesundheitsbegriff neu definieren zu müssen, entstammt aus der Sorge um das Wohlbefinden der Bevölkerungen in den Ländern der Dritten Welt und sollte zum »Teil eines globalisierten Gerechtigkeitsdenkens« (Lengwiller & Madarász 2010: 21) werden. Welche Konsequenzen dies gebracht hat, verdeutlicht im Hinblick auf globale Biopolitik bspw. Susanne Schultz (vgl. Schultz 2011).

Gefahren auszuweichen.« (a.a.O.: 12) Diese Arbeit am Virtuellen formiert das Zukünftige und konstituiert dessen mögliche Horizonte, weshalb sie »geschichtlich wandelbar und auf soziale Zusammenhänge angewiesen [ist], in denen sie angewandt, verbreitet und tradiert wird.« (a.a.O.: 19f)¹⁴ Zur Untersuchung der Prävention und ihrer zeitlichen Formen wurden einige Versuche bereits unternommen, die sich auf ihre *Genealogie* im Foucault'schen Sinne konzentriert (vgl. a.a.O.: 21) bzw. einen vergleichenden Blick auf ihre institutionelle wie gesellschaftliche Verankerung geworfen haben (vgl. Hähner-Rombach 2015). Offen und bisweilen unerforscht bleibt, welche konkreten Praktiken mit der Prävention entstanden sind und inwiefern sie zu einem »Modus der Selbstvergewisserung« geworden sind (Thießen 2013: 365).

4.3 Ein kulturgeschichtlicher Blick auf Leiden und Unbehagen

Die Wahrnehmung und Behandlung des Leidens gehört zu den Kernelementen jeder Kultur. Leidensausdrücke widerspiegeln nicht nur die Sensitivität für menschliche Erfahrungen, sondern bilden zugleich Kontrapunkte zu grundlegenden Werten und Normen, zu dem, was die Kultur für (überlebens-)wichtig hält. Diese Leidenserfahrungen lassen sich auf drei Ebenen unterscheiden – als individuelle, kollektive und globale Erfahrungen.

In der westlichen Kultur, geprägt neben vielen anderen auch von der jüdisch-christlichen geistigen Tradition, wird das Leiden des Individuums in den alttestamentlichen Büchern und Psalmen umfangreich beschrieben. Ihre Mikroexegese zeigt, dass die niederdrückenden Gefühle einerseits durch Körperhaltung (hebr. *qādar* – niedergedrückt sein, schwarz werden, sich verfinstern – als Gegensatz zur Aufhellung von Antlitz Gottes; *šhh* (schachar) – sich bücken, beugen, niedergebeugt sein) und -Bewegung (hebr. *ndd* (nadad) – rastlos, ziellos fliehen, fern machen; *nedudīm* – Unrast, Schlaflosigkeit; *rwd* (rûd) – umherirren) ausgedrückt werden, andererseits sich in der (Un-)Fähigkeit äußern, Beziehungen aufzubauen und aufrechtzuerhalten (das Fliehen von und die Rückkehr zur Gemeinschaft umrahmen die Leidensgeschichte des Individuums im Alten Testament, etwa im Hiobbuch) (vgl. Janowski 2015). Gleichzeitig wird das Leiden in unterschiedlichen Bildern ausgedrückt – etwa mit dem Gesicht zwischen den Knien, was zugleich Konzentration und den Blick in sich selbst darstellt – oder in dem Spiel der Farben umschrieben – etwa Licht und Finsternis, sehr anschaulich in Julia Kristevas Bild der *schwarzen Sonne* enthalten (vgl. Kristeva [1987] 2007). Das moderne Individuum des 20. und 21. Jahrhunderts ist im Vergleich zum alttestamentlichen Menschen,

14 Besonders gut ließen sich die verschiedenen Ausdeutungen der Prävention an den geschlechtlichen Differenzierungen beobachten (vgl. Pfüttsch 2017).

der in den Psalmen sein Leiden äußert und es vor Gott als der höchsten Heilsinstanz ausbreitet, mit den leitenden Narrativen des selbsterzeugten Erfolgs und Glücks konfrontiert (vgl. Kleiner & Suter 2018: 12). Ein Burnout-Leidender wird einerseits mit der Schattenseite gegenwärtiger Gesellschaft konfrontiert, »in der das selbstverschuldete Scheitern und der drohende soziale Abstieg überall lauern können« (a.a.O.: 10), andererseits »wird dieser Chronik individuellen Scheiterns eine gelingende Variante der Selbstfindung, ein erfolgreicher ›pursuit of happiness‹ hinzugefügt.« (ebd. [Herv. i. O.]) Diese doppelte Bewegung bewirkt eine Transformation in »eine Art ›totales Subjekt‹« (a.a.O.: 11 [Herv. i. O.]), das die Misere seines Lebens erkennen und die Potentiale seiner Optimierung aktivieren kann. Somit schwinden die Grenzen »zwischen Glück und Erfolg, Leistung und Versagen, Anpassung und Selbsterlösung« (a.a.O.: 12), denn jede Leidenserfahrung birgt in sich die Chance auf Neuentdeckung bisher unbekannter und nicht geforderter Fähigkeiten. Die neuen individuellen Pathologien markieren indessen »den Einsatzpunkt einer wirksamen Intervention von außen und einer gelingenden Selbstintervention« (ebd.), woran Therapie, Begleitung und Prävention ansetzen können. Dies geschieht vor dem Hintergrund einer Ratgeber-Industrie, die einerseits ein Psychoideal des modernen Individuums verkündet, das jedoch andererseits von den Ratgebern selbst nicht verkörpert werden kann (vgl. Lütz 2011: 16:57 min.)

Eine semantische Abgrenzung ließe sich auch auf die kollektive Wahrnehmung des Leidens übertragen. Hartmut Böhme unterscheidet in dieser Hinsicht zwei Achsen:

»die ›vertikale Bewegung‹ von oben nach unten, der Gravitation folgend, worin die Schwere des Körpers leitend wird und vom Lebensgefühl temporär (episodisch) oder dauerhaft (rezidivierend) Besitz ergreift – im Gegensatz zu jenen leiblichen, ebenfalls vertikal ausgerichteten Gestimmtheiten, in denen Fröhlichkeit, Liebe, Erhabenheit, Ekstase anti-grav wirken, nämlich Gefühle des Leichten, aufwärts Drängenden, ja Schwerelosen wecken. Der Ermüdete oder Erschöpfte spürt dagegen ein unwiderstehliches Niedersinken, ein Drängen in die horizontale Lagerung, gegen das schon die aufrechte Haltung, die uns als ›homo erectus‹ auszeichnet, eine fast zu große Anstrengung bedeutet. Mensch zu sein bedeutet, sich aufrecht halten, was eine Spannung und Anstrengung erfordert, doch darin auch eine Selbstmächtigkeit ausdrückt.« (Böhme 2018: 41 [Herv. i. O.]

Gleichzeitig entspricht die zweite Achse dem Zustand der *Spannung* im Gegensatz zum Zustand der *Entspannung*:

»Aus der älteren Nerven- und Muskelforschung ist der Zustand der Spannung derjenige, aus dem heraus mentale Aufmerksamkeit und physische Arbeit erfolgt. Spannung heißt, voller Antrieb zu sein und über bereite Kraft zu verfügen, ja einen ›drive‹, eine Spannkraft zur Tätigkeit zu spüren. Der ganze Mensch ›spannt‹, so

wie – bei de Sade – der Phallus ›spannt‹, also ›*potentia*‹, ›*dynamis*‹ zeigt, die zur Aktualisierung drängt. Diese Aktualisierung demonstriert Energie. Die ›Spannung‹ kann vormodern der Metaphorik des gespannten Bogens entnommen sein, von dem der Handlungspfeil auf ein Ziel hin schnell. Oder, mechanistisch gesehen, wird die Spannung der Feder zur Quelle der gespannten Kraft, aus der wie beim Uhrwerk kontinuierlich ablaufende Bewegungsarbeit gewonnen werden kann.« (a.a.O.: 42 [Herv. i. O.]

Beide Achsen verdeutlichen die Anforderung an den Einzelnen und an die Gesellschaft, sich fortschreitend zu entwickeln, was ihm die wirtschaftlichen Parameter, etwa das Bruttoinlandsprodukt, immer vor Augen halten. Daraus erwachsen kollektive Kulturpathologien einer Gesellschaft, die mit ihren eigenen (Miss-)Erfolgen konfrontiert ist, wie etwa mit der reproduktiven Erschöpfung (sinkende Geburtsraten), der Sinnerschöpfung (Unfähigkeit, die kollektiven Werte, aus denen liberale Gesellschaften leben, zu schöpfen) oder der Erschöpfung politischer Kompetenz (der gesellschaftliche Selbststeuerungsmechanismus erschöpft sich durch die Unfähigkeit der Eliten, die Gesellschaft zu regieren) usw. (vgl. Safranski 2011: 26:05 min.). Bereits Jean-Jacques Rousseau wies darauf hin, dass der gesellschaftliche Fortschritt seinen kollektiven Preis erfordert – die Denaturierung des Menschen, welche durch den technisch-industriellen Fortschritt des Bürgertums und seine großstädtisch-hektische Lebensform angekurbelt wird (vgl. Böhme 2018: 29) und zu kollektiven Neurosen führt, wie etwa zur Neurasthenie, die »vielleicht weniger eine wirkliche Krankheit [ist], als der genau rechtzeitig erfundene Spiegel, worin die triumphierende Arbeitsgesellschaft ihr erschöpftes Antlitz studieren konnte.« (a.a.O.: 44)

Die Menschheit als solche leidet auch auf globaler Ebene. Spätestens seit dem Ende des Zweiten Weltkrieges und dem Anfang globaler Krisen wie Umweltverschmutzung, Terrorismus, Migration oder lokalen, nicht von Großmächten lösbareren Konflikten, spürt die Menschheit das Leiden, das sie selbst herbeigeführt und nur in einer Kooperation wieder aufheben kann. Die globale Müdigkeit fordert die Menschheit dazu, ein gemeinsames Leben in einer Synchronwelt zu meistern, d.h. in einer Welt, wo die Völker und Gesellschaften zum ersten Mal *gleichzeitig* ihre Geschichten leben und nicht mehr getrennt von anderen funktionieren können (vgl. Sloterdijk 2011: 46:01 min.). Diese neue Anforderung braucht neue Regeln, die mühsam erarbeitet werden, wovon bspw. das häufige Scheitern des Sicherheitsrats der Vereinten Nationen oder der Umweltschutzabkommen zeugen. Das Müde-Werden durch die Impotenz globaler Aktionsfähigkeit führt zur Mobilisierung Einzelner, die, wie die pakistanische Aktivistin Malala Yousafzai, die schwedische Umweltschützerin Greta Thunberg, der kongolesische Gynäkologe Denis Mukengere Mukwege oder der derzeitige Papst Franziskus, zum Gewissen und zur Stimme der Menschheit werden und sich von dem globalen Leiden berühren lassen.

5 Der Mehrwert bisheriger Forschungen und das bestehende Desiderat

Zu der Problematik des Burnout-Syndroms, seiner Entstehung und seiner Auswirkungen sowie zu seiner Prävention sind in den letzten Jahren zahlreiche Studien und Untersuchungen entstanden, die bedeutende Erkenntnisse liefern:

- Die psychologischen Untersuchungen zeigen, dass der Diskurs um Stress deutlich mehr an Bedeutung gewonnen hat und dass die Verbindung gesunder psychischer, physischer und geistiger Zustände konstitutiv für das allgemeine Wohlbefinden des Menschen ist. Sie liefern wichtige Kenntnisse darüber, wie der menschliche Organismus die Stressreaktionen verarbeitet und wieso Ermüdung und Erschöpfung auf dauerhaften, unkontrollierbaren Stress folgen.
- Die arbeitssoziologischen Untersuchungen legen den Paradigmenwechsel in der Wahrnehmung der Arbeit nahe, welcher zur kontextuellen und indirekten Steuerung der Arbeitssubjekte geführt hat. Sie beleuchten, wie die veränderte Arbeitsorganisation und die steigenden Ansprüche an die Einzelnen und die Kollektive Strukturkonstellationen erzeugen, die zur Überforderung und zum Kontrollverlust führen.
- Die soziokulturellen Untersuchungen problematisieren das soziale Empfinden von Leiden und Erschöpfung und erforschen, wie sich das Bewusstsein von diesen Kategorien sozial verbreitet und konstitutiv für das Verständnis des modernen Subjekts wird. Insbesondere zeigen sie, welchen Belastungen durch die soziokulturellen Entwicklungen die Subjekte zunehmend ausgesetzt sind und wie ihre Empfindungen – etwa auch das Burnout-Syndrom – sozial behandelt und verarbeitet werden.
- Die kulturgeschichtlichen Überlegungen zur Prävention des Leidens und Unbehagens des Einzelnen und der ganzen Gesellschaften weisen hin auf die wandelnde Empfindung des Leidens, das individuell, kollektiv und global spürbar wird. Vor allem zeigen sie die Spanne auf, in der sich die Prävention als Kulturtechnik und Zeitform etabliert und auf neue Herausforderungen reagiert hat.

Der aktuelle Kenntnisstand hilft dieser Untersuchung, das Phänomen des Burnout-Syndroms in seinen soziologischen und kulturellen Facetten in den westlichen, industriellen Gesellschaften aufzugreifen. Es zeigt außerdem die Argumentationslinien, entlang welchen sich die Diskussion um dieses soziale Phänomen bewegt, insbesondere die strukturellen Veränderungen in den Arbeitsprozessen, die Wandlung des Gesundheitsbegriffs und das wachsende Interesse an der Prävention. Schließlich verhilft der bisherige Kenntnisstand zu begreifen, wie das Wissen um das Burnout-Syndrom entsteht, etwa in Verbindung zur Depressi-

on, zu den gegenwärtigen Arbeitsanforderungen oder zu den Ansprüchen an das moderne Individuum, das Leben selbstständig zu meistern und die Misserfolge als neue Erfolgchancen zu deuten.

Wofür der aktuelle Forschungsstand allerdings blind bleibt und damit auf eine Forschungslücke hinweist, ist die Art und Weise dessen, welche Auswirkungen und Effekte durch das Burnout-Syndrom begünstigt und in Form von präventiven Maßnahmen eingeleitet werden: Welche Art von gesellschaftlichen und individuellen Eingriffen wird unter dem Verweis auf Burnout-Prävention möglich? Wen und wozu legitimiert die Prävention von Burnout-Syndrom? Durch welche Mechanismen dringt sie als Selbstverständlichkeit in das Bewusstsein der Bevölkerung ein und wie wird sie gesellschaftlich akzeptabel gemacht? Mit welchen Machteffekten geht sie einher und wie (re-)strukturiert sie die gesellschaftlichen Macht- und Herrschaftsverhältnisse? Welche Umdeutungen, diskursive Verschiebungen und Akzentuierungen entstehen dabei? Wie wird sie im Alltag als eine immanente Regierungsweise präsent? Welche gesellschaftskritischen Konsequenzen ließen sich daraus ziehen? Diese *Schattenseite* des Burnout-Syndroms hat bislang wenig Aufmerksamkeit bekommen, worauf die bestehende Untersuchung der Burnout-Prävention eingehen und den Forschungsstand damit um neue Kenntnisse und kritische Einsichten ergänzen möchte.

Theoretische Grundlage: Machtanalytik

Michel Foucaults

Als zentraler Theorieansatz für die folgenden Analysen wurde die Machtanalytik Michel Foucaults gewählt. Die zwei Begrifflichkeiten – Theorie und Machtanalytik – lassen es bereits ahnen, dass die folgenden Untersuchungen keinen theoriegeleiteten Erklärungsansatz bieten möchten, sondern vom analytischen Vorgehen, wie es Michel Foucault in seinen Untersuchungen betrieben hat, inspiriert werden. Michel Foucault als Professor am Lehrstuhl für Geschichte des Denkens am *Collège de France* war darum bemüht, einen Zugang zum Verständnis der Geschichte zu entwickeln, der die Kontingenz und Bedingtheit eines jeden als selbstverständlich empfundenen Gedankensystems erfassen und in Frage stellen könnte. In diesem Sinne hat er die Geschichte nicht als vorgegeben angesehen, sondern als ein Ergebnis mannigfaltiger diskursiver und nicht-diskursiver Entwicklungen analysiert. So war es ihm weniger wichtig, eine Gesellschaftstheorie abzuleiten, als vielmehr einen Analysevorgang anzubieten, der zeigen könnte, wie unser gegenwärtiges Denken diskursiv und geschichtlich bedingt ist. Dies gleiche bezieht sich auch auf das Regierungsdenken, d.h. auf die Art und Weise, wie, anhand welcher Prinzipien und mithilfe welcher Praktiken die gesamte Bevölkerung und die Individuen regiert werden.

Im Rahmen seiner analytischen Untersuchungen kam Foucault zu der Beobachtung, dass die Diskurse und nicht-diskursiven Praktiken Machteffekte zeitigen und von Machtverhältnissen durchdrungen sind. Sie existieren nicht bloß für sich, sondern nehmen Einfluss auf Individuen und auf die gesamte Gesellschaft, indem sie Beziehungen ordnen, Machtpositionen aufteilen und Regeln aufstellen. Sie strukturieren somit die Verhältnisse auf verschiedenen Ebenen – zwischen den Individuen, zwischen den Gruppen, zwischen den Völkern und Gesellschaften, sowie quer durch diese Akteursgruppen – und entscheiden darüber, welche Verfahren eingeleitet, welche Denkweisen gefordert und welche Handlungen sanktioniert werden. Deswegen bildet die Analyse der Macht einen besonderen und unabdingbaren Teil von Foucaults Vorgehensweise.

Die Machtanalytik Michel Foucaults erweist sich als grundlegend auch für die Untersuchung des Präventionsdispositivs. Foucault hat die Funktionsweise

der Dispositive und ihre Machtwirkungen – z.B. des Sexualitätsdispositivs – umfassend beschrieben und damit die ersten analytischen Schritte dieses Forschungsstils unternommen. Auch der Präventionsdispositiv ließe sich daher mithilfe von Foucaults Machtanalytik beschreiben und auf seine Machteffekte hinterfragen.

Im Folgenden werden die Grundzüge von Foucaults Analytik vorgestellt, angefangen mit den theoretischen Abgrenzungen einer *Geschichte der Problematisierungen*, über die Beschreibung seiner drei analytischen Achsen – Wissen, Macht und Subjekt – bis hin zur Diskussion seines Konzepts der *Gouvernementalität* und des damit zusammenhängenden Verständnisses des Politischen, welche das Analyseverfahren der Dispositivanalyse begleiten werden.

1 Geschichte des Denkens als Analyse der Problematisierungen

Während der Entwicklung seiner Analyseinstrumente hat Foucault mehrere methodische und methodologische Umkehrungen und Abgrenzungen vorgenommen. Der Aufbau seiner Vorgehensweise ließe sich am deutlichsten anhand des Abschnitts seiner 1982/1983 gehaltenen Vorlesungen beobachten:

»In dem umfassenden Projekt, das unter dem Zeichen, wenn nicht gar unter der Überschrift einer ›Geschichte des Denkens‹ steht, sah ich mein Problem darin, etwas zu tun, das sich ein bisschen von dem unterscheidet, was die meisten Ideengeschichtler völlig zu Recht praktizieren. Jedenfalls wollte ich mich durch zwei Methoden absetzen, die beide übrigens ebenfalls völlig legitim sind. Zunächst wollte ich mich abgrenzen gegen das, was man Mentalitätsgeschichte nennen könnte und was tatsächlich auch so genannt wird. Diese Geschichte erstreckt sich, schematisch betrachtet, von der Verhaltensanalyse bis zu den Äußerungen, die dieses Verhalten begleiten. Diese Äußerungen können dem Verhalten vorhergehen, sie können ihm nachfolgen, es übersetzen, es vorschreiben, es verstellen, es rechtfertigen usw. Andererseits wollte ich mich auch von dem absetzen, was man eine Geschichte der Vorstellungen oder der Vorstellungssysteme nennen könnte, d.h. eine Geschichte, die zwei Ziele haben könnte bzw. tatsächlich haben sollte. Das eine wäre die Analyse der Vorstellungsfunktionen. Unter ›Analyse der Vorstellungsfunktionen‹ verstehe ich die Analyse der Rolle, die diese Vorstellungen spielen können, und zwar entweder im Hinblick auf das vorgestellte Objekt oder im Hinblick auf das vorstellende Subjekt – sagen wir, eine Art Ideologiekritik. Der andere Pol einer möglichen Analyse der Vorstellungen scheint mir dann in der Analyse der Vorstellungswerte eines Vorstellungssystems zu bestehen, d.h. in der Analyse der Vorstellungen in Abhängigkeit von einer Erkenntnis – d.h. eines Erkenntnisinhalts oder einer Regel, einer Erkenntnisform –, betrachtet als Wahr-

heitskriterium oder zumindest als Anhaltspunkt für die Wahrheit, auf die hin man den Vorstellungswert dieses oder jenes Gedankensystems, verstanden als System von Vorstellungen eines bestimmten Gegenstands, bestimmen kann. Zwischen diesen beiden Möglichkeiten also, zwischen diesen beiden Themen (der Mentalitätsgeschichte und der Vorstellungsgeschichte), habe ich versucht, eine Geschichte des Denkens zu schreiben. Und mit ›Denken‹ meinte ich eine Analyse dessen, was man die Brennpunkte der Erfahrung nennen könnte, an denen sich die einen gegenüber den anderen artikulieren: An erster Stelle stehen hier die Formen eines möglichen Wissens; zweitens die normativen Verhaltensmatrizen der Individuen; und schließlich virtuelle Existenzmodi für mögliche Subjekte. Diese drei Elemente – Formen des möglichen Wissens, normative Verhaltensmatrizen, virtuelle Existenzmodi möglicher Subjekte –, das sind die drei Dinge oder vielmehr ist es die Gliederung dieser drei Dinge, die man ›Brennpunkte der Erfahrung‹ nennen kann.« (Foucault [1983] 2009: 14f [Herv. i. O.]

Am Lehrstuhl für die Geschichte des Denkens am *Collège de France* hat Foucault jahrelang daran gearbeitet, die Analyse unseres historisch wie gesellschaftlich bedingten Denkens zu ermöglichen. Seine Geschichtsschreibung musste er jedoch von zwei bereits etablierten Analyse- und Schreibvorgängen abgrenzen – der sog. *Mentalitätsgeschichte* (franz. *l'histoire des mentalités*) und der sog. *Vorstellungsgeschichte* (franz. *l'histoire des représentations*).

1.1 Die Mentalitätsgeschichte

Die erstere, betrieben vor allem in den 1960er Jahren in Frankreich, richtete ihren Blick auf die Untersuchung der Mentalitäten.¹ Diese lassen sich als »auf der Grundlage bestimmter gesellschaftlicher Verhältnisse entstehenden Einstellungen, die sich zu habituell geprägten Denk-, Urteils- und Handlungsstrukturen verdichten« (Schönhuth 2006) beschreiben. Mehr als nur für das Denken, interessierte sich diese Vorgehensweise für das wahre Empfinden und für die tatsächlichen Verhaltensweisen der Menschen:

1 In Frankreich wurde diese historische Methodologie von der sog. Annales Schule vertreten und entwickelt (vertreten von bspw. Marc Bloch, Lucien Febvre, Fernand Braudel u.a.). Wie Mirjana Gross schreibt, kritisierte Foucault die Mentalitätsgeschichte und die Vertreter der Annales Schule, »weil sie in ihren Forschungen mehr die Gesellschaft als die geistigen Erscheinungen berücksichtigten. Als Kritiker der Mentalitätsgeschichte stand Foucault im Gegensatz zu Febvres Auffassung der Mentalität und ihrer späteren Aufarbeitung. Die Mentalitätsgeschichte der ›Annales‹ befaßte sich mit Kategorien, die sie für allgemein hielt (Unglauben, Liebe, Furcht), während Foucault sie als vorläufige, diskontinuierliche Kategorien darstellte, die durch Praxis und Diskurs in einer bestimmten Zeit und einem Raum entstanden waren.« (Gross 1998: 389 [Herv. i. O.]

»Ihr Anliegen war nicht mehr, das Handeln irgendwie als gegeben oder fertig unterstellten Menschen zu beschreiben und zu erklären, sondern den Prozess der Menschwerdung selbst, oder richtiger: die Prozesse, durch die Menschen zu dem wurden, was sie jeweils waren, zu ergründen. Damit verband sich die Frage, welchen Anteil der Mensch als denkendes, fühlendes, wünschendes Wesen an diesen Prozessen genommen hatte, also die Frage, wie man früher gesagt hätte, nach dem ›subjektiven Faktor‹ in der Geschichte.« (Raulff 1987: 7f [Herv. i. O.]

Anders als bei dem ideengeschichtlichen Vorgang, versuchte sie »die Schwelle des Geschichtsfähigen nach ›unten‹, in Richtung der anonymen Massen abzusenken.« (a.a.O.: 15 [Herv. i. O.]) Mit dieser Verschiebung ändert sich auch die Auswahl von Analysematerialien, welche von nun an aus spezifisch aussagefähigen Quellen wie Gerichts- oder Kirchenakten, Diarien, Reiseliteratur, Manieren- und Predigtbüchern, Bildwerken und anderen ähnlichen Dokumenten bestehen (vgl. ebd.). Die Mentalitätsgeschichte bemühte sich also darum, eine Antwort auf die Frage zu bekommen, wie die Realität tatsächlich, bei den anonymen Massen, gedacht, empfunden und erlebt wird.

1.2 Die Vorstellungsgeschichte

Die zweite mögliche Geschichtsschreibung, die Foucault die Vorstellungsgeschichte nannte, interessierte sich für die Entwicklung der kollektiven Vorstellungen über gesellschaftliche, kulturelle oder politische Phänomene. Auf dem Gebiet der Politikwissenschaft repräsentiert diesen Vorgang die Ideengeschichte. Den Gegenstand einer solchen Geschichte bildet »die Entstehung und Entwicklung von politischen Ideen, worunter Muster, Schemata, Figuren, Bilder, Modelle, nicht zuletzt Begriffe fallen, in denen sich das allgemeine politische Denken bewegt.« (Llanque 2008: 3) Anders als bei der Mentalitätsgeschichte, liegen im Zentrum dieser Analyse »alle menschlichen Artefakte [...], die politisch relevante Ideen spiegeln.« (Ebd.) Deshalb ist auch ihr Material nicht anonym, sondern besteht aus öffentlichen Dokumenten, Gesetzestexten, Verfassungstexten, Bilderprogramme oder literarischen Texten und ihrer öffentlichen Diskussion (vgl. ebd.).

Mit dieser Art der Geschichtsschreibung entsteht ein Kontinuum an Wissen, das »immer wieder neu aufgenommen und verarbeitet wird, was im besten Falle neue Denkwege eröffnet und so künftiger Rezeption neues Material bietet, um zur anhaltenden, offenkundig nicht abzuschließenden Aufgabe beizutragen, die politische Selbstausslegung des Menschen in seiner Zeit zu orientieren.« (a.a.O.: 9) Damit lag die Aufgabe solcher Geschichtsschreibung darin, das spezialisierte Wissen, zu welchem nur wenige ausgebildete Individuen den Zugang hatten, als realitätsstiftende Grundlage zu beziehen und die Geschichte als Entwicklung und Fortsetzung dieses Wissensdiskurses vornehmlich zu interpretieren. Zwischen diesen beiden

Möglichkeiten einer historischen Analyse versuchte Foucault eine sog. *Geschichte des Denkens* (franz. *l'histoire de la pensée*) zu platzieren.

1.3 Die Geschichte des Denkens

Den Analysevorgang einer Geschichte des Denkens hat Foucault mit der Problematisierung des Wahns begonnen und mit ihr lassen sich seine Grundzüge am besten erhellen. Was den Bereich dieser Analyse von den Bereichen der obengenannten Vorgänge unterscheidet, ist, dass dieser zuallererst geschaffen werden muss. Er ist nicht *per se* vorhanden, sondern muss zuerst als Analyseproblem sichtbar gemacht werden.

Wenn Foucault seine Analyse des Wahnsinns beginnt, so schreibt er, dass wir »von jener Geste des Einschnitts, jener eingenommenen Distanz, jener zwischen der Vernunft und dem, was sie nicht ist, hergestellten Leere sprechen [müssen], ohne uns je auf die Fülle zu stützen, die zu sein sie vorgibt.« (Foucault [1969] 1981: 8) Das heißt, die Dialektik des Wahnsinns und der Vernunft zu verfolgen und sie in ihrer stummen Sprache zu entziffern, dort, wo beide Begriffe noch nicht abgetrennt erscheinen: »Man muss in der Geschichte jenen Punkt Null der Geschichte des Wahnsinns wiederzufinden versuchen, an dem der Wahnsinn noch undifferenzierte Erfahrung, noch nicht durch eine Trennung gespaltene Erfahrung ist.« (a.a.O.: 7) Demnach war es für Foucault notwendig, auch den Gegenstand dieses Analysevorgangs anders zu definieren. Anstatt sich auf die tatsächliche Wahrnehmung und Empfindung der Realität (Mentalitätsgeschichte) oder auf das Formulieren kollektiver Vorstellungen (Vorstellungsgeschichte) zu konzentrieren, richtet Foucault den Blick auf die unausgesprochene, auf die *fehlende* Erfahrung:

»Die Fülle der Geschichte ist nur in dem leeren und zugleich bevölkerten Raum all jener Wörter ohne Sprache möglich, die einen tauben Lärm denjenigen hören lassen, der sein Ohr leiht, einen tauben Lärm von unterhalb der Geschichte, das obstinate Gemurmel einer Sprache, die »von allein« spricht, ohne sprechendes Subjekt und ohne Gesprächspartner, auf sich selbst gehäuft, in der Gurgel geballt, und die noch zusammenbricht, bevor jegliche Formulierung erreicht ist, und ohne Aufsehen in das Schweigen zurückkehrt, aus dem sie sich nie befreit hat. Es ist die verkalkte Wurzel des Sinnes.« (a.a.O.: 12 [Herv. i. O.]

Außerdem war es für Foucault wichtig, eine spezifische Distanz zu dem analytischen Material zu gewinnen. Foucault wollte nämlich »außerhalb jeder Beziehung zu einer psychiatrischen ›Wahrheit‹ jene Worte und Texte für sich sprechen lassen, die von unterhalb der Sprache stammen und die nicht dazu geschaffen waren, zu einer Rede zu werden.« (a.a.O.: 15 [Herv. i. O.]) Das heißt, dass das konstitutive Material für die Untersuchung nicht die offiziellen Texte, Diagnosen und Berichte einerseits, Notizhefte, Tagebücher oder Memoires andererseits waren, sondern die

unausgesprochene Erfahrung, die in all den obengenannten Materialien zwar enthalten, aber nicht artikuliert ist. Und genau um das *Reden-Lassen* dieser Erfahrung bemüht sich Foucault in seiner Analytik. Dafür und für das Aufschreiben einer solchen Geschichte bedürfte es einer »ziemlich neutralen Sprache, die relativ frei von wissenschaftlicher Terminologie, sozialen oder moralischen Optionen war, damit sie so nahe wie möglich an jene primitiv miteinander verketteten Worte herankommen konnte und damit jene Distanz aufgehoben wurde, durch die sich der moderne Mensch gegen den Wahnsinn absichert.« (a.a.O.: 16)

In seiner Geschichte des Denkens wollte also Foucault eine Antwort auf die Frage erhalten, wie die Realität (noch) denkbar gemacht werden kann, und zeigen, wie viel unausgesprochenes und undifferenziertes Wissen einer historischen Erfahrung (noch) innewohnend ist. Diese Art der Geschichte ähnelt einer Mentalitätsgeschichte, indem sie möglichst nah an den Erfahrungen mit der Realität (durch Wahrnehmung, Handeln und Denken) operiert und sie nähert sich auch der Vorstellungsgeschichte, indem sie sich an der Entstehung des kollektiven Wissens abarbeitet. Doch sie distanziert sich von der ersteren durch ihren Anspruch, die Geschichte als nicht gegeben, sondern als kontingent zu schreiben. In dieser Geschichte stellen die Einstellungen der Menschen (die Mentalitäten) eine Schablone dar, an der die diskursiven Praktiken abgelesen werden könnten. Die Art und Weise des Denkens, Handelns und Empfindens lässt sich demnach als bedingt und gesellschaftlich produziert analysieren. Sie distanziert sich auch von der letzteren durch ihren Anspruch, eine »Archäologie des Schweigens« (a.a.O.: 8) zu schreiben, anstatt mit dem kollektiven Wissen (mit den Vorstellungen) in Dialog zu treten, dieses Wissen zu erweitern oder es zu vertiefen. Der Geschichte des Denkens geht es nicht darum, neue Erkenntnisse zu erschließen, sondern das Unausgesprochene, das Vergessene, das Ausgeschlossene oder das Verdrängte (wieder) ins Bewusstsein zu rücken und als eine verstummte Realität erscheinen zu lassen.

Mit der Geschichte des Denkens führt Foucault auch eine andere Art der Problemstellung bzw. *Problematisierung* in die wissenschaftliche Analyse ein, die er folgenderweise beschreibt:

»Problematisierung bedeutet nicht die Darstellung eines zuvor existierenden Objekts, genauso wenig aber auch die Erschaffung eines nicht existierenden Objekts durch den Diskurs. Die Gesamtheit der diskursiven oder nicht-diskursiven Praktiken lässt etwas in das Spiel des Wahren und des Falschen eintreten und konstituiert es als Objekt für das Denken (sei es in Form der moralischen Reflexion, der wissenschaftlichen Erkenntnis, der politischen Analyse usw.).« (Foucault [1984] 2005a: 826)

Damit beschrieb Foucault ein Analyseverfahren, das fragen wollte, »Wie und warum bestimmte Dinge (Verhalten, Erscheinungen, Prozesse) zum »Problem« wurden« (Foucault [1983] 1996: 178 [Herv. i. O.]) und wie sie sich während der Geschichte

so dargestellt und festgelegt haben: »Warum wurden zum Beispiel bestimmte Verhaltensformen als ›Wahnsinn‹ gekennzeichnet und klassifiziert, während ähnliche Formen in einem bestimmten historischen Augenblick völlig vernachlässigt wurden; dasselbe gilt für Verbrechen und Kriminalität, dieselbe Frage der Problematisierung gilt für die Sexualität.« (Ebd. [Herv. i. O.]) Diesem Vorgehen nach lassen sich auch weitere Phänomene, darunter auch das Präventionsdispositiv, als Ergebnisse langjähriger Transformationen entschlüsseln, die bis in die Gegenwart ihre Wirkungen haben. Und um ihre Konstruktion verstehen zu können, muss man »eine historische Analyse der Transformation des Diskurses vornehmen, ohne auf das Denken der Menschen, ihre Wahrnehmungsweisen, ihre Gewohnheiten, die Einflüsse, denen sie ausgesetzt waren usw. zu rekurren.« (Foucault [1969] 2001: 982)

Für das Anliegen einer solchen Geschichte des Denkens als Analyse der Problematisierungen entwickelte Foucault drei Analyseachsen, drei, wie er sie nannte, *Brennpunkte der Erfahrung*, die ihm ermöglicht haben, sich einem spezifischen Problem zu nähern und ihm eine alternative Auslegung mit den daraus resultierenden gesellschaftspolitischen Konsequenzen anzubieten. Diese Brennpunkte bzw. Analyseachsen werden im Folgenden näher beschrieben.

2 Foucaults Analyseinstrumente

Bei seiner Vorgehensweise hat Foucault seine Analyseinstrumente stets anhand der Forschungsgegenstände entwickelt, die er zu analysieren beabsichtigte. Demnach bilden die drei Analyseachsen eher heuristische Kategorien, die das Analyseverfahren zu verdeutlichen helfen.

2.1 Produktion des Wissens

Foucaults erste Analyseachse konzentrierte sich auf die Produktion und Kanalisierung des Wissens, durch das die Ordnung in der Gesellschaft hergestellt wird. Beeinflusst von Jean Hyppolite und Louis Althusser, Friedrich Nietzsche, Pierre Klossowski, Maurice Blanchot und Georges Bataille (vgl. Foucault [1978] 2005b: 53; auch Kehm 1991: 33) war Foucault daran interessiert, die diskursive Natur des Wissens zu problematisieren und den Einfluss der Produktion von Sinnhaftigkeiten, Bedeutungen und Zuschreibungen auf die subjektive und kollektive Wahrnehmung zu untersuchen. Gerade in der Wissensproduktion wurzelt seiner Meinung nach das Problem, dass bestimmte Aussagen einen allgemeinen Geltungs- und Wahrheitsanspruch erheben:

»Jede Gesellschaft hat ihre eigene Ordnung der Wahrheit, ihre »allgemeine Politik« der Wahrheit: d.h. sie akzeptiert bestimmte Diskurse, die sie als wahre Diskurse funktionieren lässt; es gibt Mechanismen und Instanzen, die eine Unterscheidung von wahren und falschen Aussagen ermöglichen und den Modus festlegen, in dem die einen oder anderen sanktioniert werden; es gibt bevorzugte Techniken und Verfahren zur Wahrheitsfindung; es gibt einen Status für jene, die darüber zu befinden haben, was wahr ist und was nicht.« (Foucault [1977] 1978a: 51 [Herv. i. O.]

Somit schlägt Foucault vor, die Wahrheit als »ein Ensemble von geregelten Verfahren für Produktion, Gesetz, Verteilung, Zirkulation und Wirkungsweise der Aussagen« (a.a.O.: 53) zu betrachten und sie in ihrer diskursiven Natur zu analysieren. Den Diskurs definiert er dabei als »die Gesamtheit erzwungener und erzwingender Bedeutungen, die die gesellschaftlichen Verhältnisse durchziehen« (Foucault [1976] 2003a: 164) und die in der Geschichte unterschiedlich verteilt sind. Mehr noch, Foucault behauptete, dass »in jeder Gesellschaft die Produktion des Diskurses zugleich kontrolliert, selektiert, organisiert und kanalisiert wird – und zwar durch gewisse Prozeduren, deren Aufgabe es ist, die Kräfte und die Gefahren des Diskurses zu bändigen, sein unberechenbar Ereignishaftes zu bannen, seine schwere und bedrohliche Materialität zu umgehen.« (Foucault [1970] 1998: 11) Die Analyse der Diskurse und ihre Kritik werden auch deswegen unerlässlich, weil nicht »jedermann Zugang zu den Diskursen hat« (a.a.O.: 26) und daher die Bedingungen ihrer Einsetzung, die Formen ihrer Wirkung und die Regeln ihrer Funktion nicht ändern kann.

Des Weiteren gehorchen Diskurse einer bestimmten Logik bzw. Rationalität, die vorgibt, wie im Diskurs vorgegangen werden soll.

2.1.1 Die Rationalität(-en)

Rationalitäten bilden einen Wissensraum, in dem bestimmte Zusammenhänge plausibel erscheinen und andere nicht. Einen Wissensraum zu rationalisieren heißt, Begriffe und Konzepte zu erarbeiten, Gegenstände und ihre Beziehungen untereinander zu spezifizieren, Argumente und Begründungen zu definieren usw. (vgl. Lemke 2000: 32). Eine Rationalität wirkt somit auch politisch, indem sie spezifische Interventionsformen vorgibt und damit Regierungsräume erschließt:

»Eine politische Rationalität ist nämlich kein reines und neutrales Wissen, das die zu regierende Realität lediglich »re-präsentiert«, sondern stellt selbst bereits eine intellektuelle Bearbeitung der Realität dar, an der dann politische Technologien ansetzen können. Darunter sind Apparate, Verfahren, Institutionen, Rechtsformen etc. zu verstehen, die es erlauben sollen, die Objekte und Subjekte einer politischen Rationalität entsprechend zu regieren.« (Ebd. [Herv. i. O.]

Foucault sprach nicht nur von einer singulären Rationalität, die die Geschichte und die Gesellschaft durchdringt, sondern von mehreren Rationalitäten, die »von unterschiedlicher Reichweite und Begründung koexistieren und konfligieren, überlagern und modifizieren sich. An die Stelle der ›einen‹ Wahrheit setzt Foucault mannigfache Wahrheitsspiele mit disparaten Regeln und Strategien.« (Bröckling 2014: 172 [Herv. i. O.]) Die Organisation der Gesellschaft geschieht für ihn somit in einem Regime vielfältiger Diskurse und Rationalitäten, Strategien und Techniken, mit denen »spezifische Diskursformationen, soziale Praktiken und Institutionalisierungen« korrespondieren (ebd.).

Aus der Perspektive der Rationalitäten kann dann auch die Frage nach den Machtverhältnissen (anders) gestellt werden, und zwar »wieso ein bestimmtes Erkenntniselement – sei es wahr oder wahrscheinlich oder ungewiss oder falsch – Machtwirkungen hervorbringt und wieso ein bestimmtes Zwangsverfahren rationale, kalkulierte, technisch effiziente Formen und Rechtfertigungen annimmt.« (Foucault [1978] 1992: 31) Um auf diese Fragen antworten zu können, versucht Foucault hinter die allgemeinen Sprach- und Machtstrukturen zu blicken und nach den Bedingungen, unter welchen ein Wahrheitsdiskurs auftaucht, sich rechtfertigt und Machtwirkungen hervorbringt, zu suchen. Das bedeutet, dass er die diskursive Formation eines Wissens- und Wahrheitsregimes aus der Perspektive des Diskursereignisses und der nicht-diskursiven Praktiken zu problematisieren begonnen hat.

2.1.2 Diskursereignis und nicht-diskursive Praktiken

Unter einem Diskursereignis versteht Foucault nicht ein Ereignis, das in einer geschriebenen Form festzuhalten wäre. Es handelt sich vielmehr um ein Ereignis,

»das zerstreut ist zwischen Institutionen, Gesetzen, politischen Siegen und Niederlagen, Forderungen, Verhaltensweisen, Revolten und Reaktionen. Eine Mannigfaltigkeit, die man in dem Maße als Diskursereignis erkennen kann und charakterisieren kann, wie sie mehrere Dinge definiert: (i) die Stellung und die Rolle eines Diskurstyps; (ii) die Qualifizierung dessen, der ihn halten soll; (iii) den Gegenstandsbereich, mit dem er sich befasst; (iv) die Art von Aussagen, zu denen er Anlass gibt. Insgesamt ist das Diskursereignis niemals ein Text. Man findet es nicht in einem Text.« (Foucault [1971] 2012: 250)

Bei dieser Form des diskursiven Ereignisses können Brüche und Inkonsistenzen eines Diskurses zum Ausdruck kommen und seine Artikulationsformen und Formationsregeln erkennbar werden. Eine solche methodologische Vorgehensweise, die Foucault unter dem Namen *Archäologie* zusammenfasste², versucht dann zu deter-

2 Die methodologische Vorgehensweise der Archäologie versucht, die »Diskurse als bestimmten Regeln gehorchende Praktiken« zu definieren (Foucault [1969] 1981: 198f). Sie stellt sich

minieren, wie sich »die Aussagen an der Grenze, die sie von dem Nicht-Gesagten trennt, in der Instanz, die sie beim Ausschluss all der anderen auftauchen lässt« (Foucault [1969] 1981: 173) untersuchen lassen und wie die Formationsregeln, »von denen [ein Komplex von Aussagefakten] abhängt – und die die Positivität charakterisieren, zu der er gehört – mit nichtdiskursiven Systemen verbunden sein können« (a.a.O.: 231f). Eine kritische Analyse möchte dann nicht zeigen, »wie die politische Praxis den Sinn und die Form des [...] Diskurses bestimmt hat« (ebd.), sondern vielmehr, »wie und in welcher Eigenschaft sie zu den Bedingungen seines Auftauchens, seiner Einbeziehung und seines Funktionierens gehört.« (Ebd.)

Die nicht-diskursiven Systeme bilden indessen die äußeren Ausdrucksformen des Diskurses, denn jede diskursive Aussage ist »gleichzeitig nicht sichtbar und nicht verborgen.« (a.a.O.: 158) Wie es Gilles Deleuze weiter präzisiert hat, bedarf es bei einer solchen Art der Problematisierung stets zwischen »dem Sagbaren und dem Sichtbaren, zwischen den diskursiven Formationen und den nicht-diskursiven Formationen, zwischen den Ausdrucksformen und den Inhaltsformen« zu unterscheiden (Deleuze 1992: 71).³ Nicht-diskursive Praktiken bilden in diesem Sinne eine Form des Diskurses, die sich in Handlungen, Verhaltensweisen, Entscheidungen und Bewegungen manifestiert und die den Diskurs lebendig und wirkmächtig macht. Die Kopplung diskursiver und nicht-diskursiver Praktiken bekräftigt dann die herrschende politische Rationalität, was dazu führt, dass, wie Judith Butler in Anlehnung an Foucault verdeutlicht hat, »gewisse Verhaltensweisen für den Umgang mit bestimmten Problemen im Lauf der Zeit als ihre Folge eine feste Onto-

nämlich die Aufgabe, »die Diskurse in ihrer Spezifität zu definieren; zu zeigen, worin das Spiel der Regeln, die sie in Bewegung setzten, irreduzibel auf jedes andere ist.« (Ebd.) Nicht die Symbolik oder Kausalität von Ereignissen, sondern die Möglichkeit ihres Erscheinens steht im Vordergrund der Analyse. Wichtig zu bemerken ist, dass diesem analytischen Vorgang »die Instanz des schöpferischen Subjekts als »raison d'être« eines Werkes und Prinzip seiner Einheit« fremd ist (ebd. [Herv. i. O.]) und dass es Foucaults Anliegen war, nach der »Gesamtheit von anonymen, historischen, stets im Raum und in der Zeit determinierten Regeln, die in einer gegebenen Epoche und für eine gegebene soziale, ökonomische, geographische oder sprachliche Umgebung die Wirkungsbedingungen der Aussagefunktion definiert haben« (a.a.O.: 171) zu fragen. Eine mögliche Anwendung der archäologischen Vorgehensweise illustriert Foucault am Beispiel der klinischen Medizin (vgl. a.a.O.: 231ff).

- 3 Deleuze analysiert die Unterscheidung zwischen den Sichtbarkeiten und Sagbarkeiten, welche Foucault durch seine Vorgehensweise erkennt, folgenderweise: »Eine ›Epoche‹ geht weder den Aussagen voraus, die sie ausdrücken, noch den Sichtbarkeiten, die sie erfüllen. Dies sind die beiden wesentlichen Aspekte: einerseits impliziert jede Schicht, jede historische Formation eine Verteilung des Sichtbaren und des Sagbaren auf sich selbst; andererseits gibt es von einer Schicht zur anderen Variationen dieser Verteilungen, da die Sichtbarkeiten selbst ihre Modalität und die Aussagen ihre Ordnung wechseln. [...] Was Foucault von der Geschichte erwartet, ist diese Bestimmung des Sichtbaren und des Sagbaren in jeder Epoche, die die Verhaltensweisen und die Mentalitäten, die Ideen überschreitet, da sie sie ermöglicht.« (Deleuze 1992: 70f [Herv. i. O.]

logie hervorbringen, und dieser ontologische Bereich beschränkt seinerseits unser Verständnis dessen, was möglich ist.« (Butler 2001)

Im Rückblick auf die Wahrheitsansprüche der Diskurse, auf die Wirkungen von Rationalitäten und die nicht-diskursiven Manifestationen lässt sich dann mit Foucault schließen, dass uns die existierende Wissensproduktion von allem Geschehen nur das zu verstehen und wahrzunehmen vorgibt, »was durch das, was aus der Vergangenheit schon sorgfältig behandelt wurde, verständlich gemacht worden ist; durch das, was eigentlich nur darum behandelt wurde, damit der Rest unverständlich wird.« (Foucault [1971] 1974: 113) Darum muss nicht nur der brüchige, verschleierte und unbekannte Weg der Wissensproduktion untersucht werden, sondern auch die damit verbundenen nicht-diskursiven Praktiken und die darin beinhalteten Technologien der Macht. Diese müssen einer Kritik unterzogen werden, die sich als »eine fragende Beziehung zum Feld der Kategorisierung selbst konstituiert und sich dabei zumindest implizit auf die Grenze des epistemologischen Horizontes bezieht, innerhalb dessen Praktiken geformt werden.« (Butler 2001) Denn es geht nicht darum, wie Butler meint, die diskursive und nicht-diskursive »Praxis auf einen vorgegebenen epistemologischen Kontext zu beziehen, sondern aus der Kritik genau jene Praxis zu machen, die die Grenzen dieses epistemologischen Horizontes selbst zu Tage bringt und gleichsam dessen Umriss zum ersten Mal, wie wir sagen könnten, in Beziehung zu seiner eigenen Grenze erscheinen lässt.« (Ebd.) Es handelt sich also um ein Spiel an der Grenze des epistemologischen Feldes, das zum Ziel hat, die Bedingtheit dieses Wissens, seine Wahrheitsansprüche und unsere Beziehung zu der daraus folgenden Regierungspraxis zu verdeutlichen und zu hinterfragen. Somit knüpft die Erforschung der Wissensproduktion an die Untersuchung der Machttechnologien an und leitet über zu der Untersuchung von Foucaults zweiter Analyseachse – der Macht.

2.2 Technologien der Macht

Die Behauptung, dass das Wissen und die darin liegenden Wahrheiten diskursiv hervorgebracht werden, eröffnet eine Serie an Fragenstellungen: Wem obliegt das Recht, die Macht anhand dieses Wissens auszuüben? Wieso gilt es gewissen Regeln zu gehorchen? Aufgrund welcher Ermächtigung prävalieren bestimmte Wahrheiten? Welche Wahrheiten werden nicht hinterfragt? Welche Machtregime können durch bestimmte Wissensregime entstehen? Was bedeutet das für die gegenwärtigen Regierungsverhältnisse? Solche und ähnliche Fragestellungen richten den Blick auf die Praxis der Macht; einer Macht, die die Transformation des Wissens in ein »relationale[s] Bezugssystem, in dem Bedeutungen kodiert und Handlungsweisen mit normativen Wertungen aufgeladen werden« begleitet (Mattissek 2008: 39) und innerhalb einer so gewordenen politischen Rationalität eine Regierungsordnung einleitet und aufrechterhält. Die Analyse der Denk- und Wahrheitssysteme, welche

Foucault anhand unterschiedlicher Diskursformationen vorgenommen hatte, und die Verzweigung über die Möglichkeiten und Bedingungen, unter welchen solche diskursiven Formationen entstehen konnten, führte ihn zur Hinterfragung des Geflechts von Kräfteverhältnissen, die sich hinter jedem Wahrheitssystem verbergen und es bestimmen.

2.2.1 Von Kräfteverhältnissen zu Machtbeziehungen

Schon am Anfang seiner Untersuchungen bezweifelte Foucault die Sinnhaftigkeit einer Analyse, die den Ausdruckswert oder die formalen Transformationen eines Diskurses untersuchen würde und plädierte stattdessen für die Untersuchung ihrer Existenzweisen, d.h. der Weisen ihrer Erscheinung, Funktion und Abhängigkeiten (vgl. Foucault [1969] 2001: 1028). Dem Subjekt eines Diskurses gilt es dann »seine Rolle ursprünglicher Begründung zu nehmen und ihn als variable und komplexe Funktion des Diskurses zu analysieren« (a.a.O.: 1029), um sich folgende Fragen zu stellen: »Welches sind die Existenzweisen dieses Diskurses? Von wo aus wurde er gehalten, wie kann er zirkulieren und wer kann ihn sich aneignen? Welches sind die Plätze, die für verschiedene Subjekte vorgesehen sind? Wer kann diese verschiedenen Subjekt-Funktionen ausfüllen?« (a.a.O.: 1030f) Und es sind die gesellschaftlichen Kräfteverhältnisse, die sich dann in den etablierten Sprecherpositionen und den Möglichkeiten einer Beteiligung und Bestimmung des Diskursstoffes ausdrücken. Einige Jahre später konnte Foucault das Problem noch konkreter postulieren:

»Mein Problem wäre eher folgendes: Welche Rechtsregeln wendet die Macht an, um Diskurse der Wahrheit zu produzieren? Oder weiter: welcher Machttyp vermag Diskurse der Wahrheit zu produzieren, die in einer Gesellschaft wie der unsrigen mit derart mächtigen Wirkungen ausgestattet sind? Damit meine ich folgendes: in einer Gesellschaft wie der unsrigen – im Grunde genommen jedoch in jeder Gesellschaft – wird der soziale Körper von vielfältigen Machtbeziehungen überzogen, charakterisiert und konstituiert, und diese Machtbeziehungen können sich weder auflösen noch stabilisieren noch funktionieren ohne Produktion, Akkumulation, Zirkulation und Funktionieren des Diskurses. Es gibt keine Machtausübung ohne eine bestimmte Ökonomie der Diskurse der Wahrheit, eine Ökonomie, die innerhalb dieses Kräftepaares und von ihm ausgehend funktioniert. Wir sind der Produktion der Wahrheit durch die Macht unterworfen und können die Macht nur über die Produktion der Wahrheit ausüben. Das gilt für jede Gesellschaft.« (Foucault [1976] 1978: 75f)

An dieser Stelle gilt es kurz zwischen den Kräfteverhältnissen und den Machtbeziehungen zu unterscheiden. Die Gesellschaft ist für Foucault von geschichtlich bedingten, wechselseitigen und im Raum zerstreuten Kräfteverhältnissen durchzogen, welche durch Individuen, Gruppen, Klassen usw. verknüpft sind. Diese Ak-

teure bilden die Knotenpunkte, die verbindenden Elemente, die interagieren und sich stets aufeinander beziehen. In einem solchen »Bündel von Beziehungen« (Foucault [1977] 1978c: 126) wird also jeder mit Potential und Spielraum ausgestattet (vgl. Foucault [1973] 2015: 32), weswegen »jedes Kräfteverhältnis in jedem Augenblick eine Machtbeziehung [impliziert].« (Foucault [1977] 1978b: 112) Deshalb verteilt sich die Macht »über Netze, und in diesem Netz zirkulieren die Individuen nicht nur, sondern sind stets auch in der Position, diese Macht zugleich über sich ergehen zu lassen wie sie auszuüben« (Foucault [1976] 2001: 44), denn »die Macht geht dank des Individuums, welches von ihr konstituiert wurde, durch« (a. a. O.: 45); sie durchdringt es bis zum Innersten.

Des Weiteren weist Foucault darauf hin, dass die Macht »weder einem Jemand noch übrigens einer Gruppe [gehört]; es gibt Macht nur, weil es Streuung, Relais, Geflechte, wechselseitige Stützen, Unterschiede des Potentials, Abstände usw. gibt. In diesem System von Unterschieden, das man wird analysieren müssen, kann die Macht zu funktionieren beginnen.« (Foucault [1973] 2015: 17) Eine solche Vorstellung von Macht schließt jedoch nicht aus, dass den Individuen in diesem System ungleiche Möglichkeiten der Machtausübung und des Widerstands zukommen: »Was den Unterschied ausmacht«, so Foucault, »ist die Position, die von jedem der Gegner eingenommen wird«, also das, was es ihm ermöglicht, »mit herrschaftlichen Wirkungen einen Diskurs zu verwenden, der von allen akzeptiert wird und der nach allen Seiten weiter übermittelt wird.« (Foucault [1976] 2003a: 165) Damit stellt sich die Frage, wie genau die Machtausübung funktioniert und wie sie Herrschaftsverhältnisse installiert.

2.2.2 Wie die Macht funktioniert

Im Verlauf seiner Analysen musste sich Foucault mit mehreren Machtbegriffen auseinandersetzen und sich von ihnen abgrenzen. So hat er z. B. dem Marx'schen Verständnis von Macht widersprochen, wonach diese »nach dem Modell der Ware gebildet« sei (Foucault [1976] 2003b: 225), ebenso dem auf das Problem der Souveränität beschränkten juristisch-philosophischen Denken über Macht (vgl. Foucault [1977] 1978b: 109). Stattdessen hat er versucht, das Phänomen der Macht durch andere Attribute aufzugreifen. Das bedeutete für ihn, sich auf den Mechanismus, auf die Funktionsweise und Praxis der Macht, statt auf ihr Wesen und ihren Ursprung zu konzentrieren:

»Ich möchte hier einen anderen Weg zu einer neuen Ökonomie der Machtbeziehungen vorschlagen, der stärker empirisch ausgerichtet und unmittelbarer mit unserer gegenwärtigen Situation verbunden ist, aber auch eine engere Verbindung zwischen Theorie und Praxis impliziert. Dieser neue Forschungsansatz wählt als Ausgangspunkt den jeweiligen Widerstand gegen die verschiedenen Formen von Macht. Oder um es mit einem anderen Bild zu sagen, er benutzt diesen Wider-

stand als chemischen Katalysator, der die Machtbeziehungen sichtbar macht und zeigt, wo sie zu finden sind, wo sie ansetzen und mit welchen Methoden sie arbeiten. Statt die Macht im Blick auf ihre innere Rationalität zu analysieren, möchte ich die Machtbeziehungen über das Wechselspiel gegensätzlicher Strategien untersuchen.« (Foucault [1982] 2005: 273)⁴

Dort, wo sich ein Widerstand formiert, sind also die Machtverhältnisse sichtbar und analysierbar. Und die Analyse diskursiver Formation ermöglicht gerade diejenigen Stellen aufzudecken, wo widerständige Versuche unternommen werden und wo sich das herrschende Machtsystem um Rechtfertigung und Stabilisierung bemüht. Und weil wir, im Weiteren, »ein geschichtliches Bewusstsein der Situation, in der wir leben [brauchen]« (a.a.O.: 271), versucht Foucault in seinem Forschungsdesign »nicht die Vergangenheit vom Heute aus, sondern das Heute vom Vergangenen aus« zu untersuchen (Visker 1991: 23 zit. n. Michalitsch 2015: 109) und den Pfad der heutigen Regierungs- und Machtkonstellation in seinen geschichtlichen Wandlungen »entsprechend der Intelligibilität der Kämpfe, der Strategien und der Taktiken« (Foucault [1977] 1978a: 29) zu analysieren. Unter solchen Kämpfen und Strategien verstand er »die Gesamtheit der Mittel [...] die eingesetzt werden, um das Funktionieren oder den Bestand eines Machtdispositivs zu sichern.« (Foucault [1982] 2005: 292) Die Macht als ein Dispositiv, als ein Ensemble an Praktiken und Strategien zu denken hat ihm dann ermöglicht, in seinen Analysen die Marx'sche »dialektische Logik des Widerspruchs« (Rau 2010: 94) und das klassische juristische und negative Analyseraster der Macht zu ersetzen (vgl. Foucault [1977] 1978b: 105). Die Macht denkt Foucault als ein Spiel, als ein Interaktionsmoment⁵, in dem die Kräfteverhältnisse in Bewegung gebracht werden und Machteffekte produzieren. Damit bezeichnet die Machtausübung »keine bloße Beziehung zwischen individuellen oder kollektiven ›Partnern‹, sondern eine Form handelnder Einwirkung auf andere.« (Foucault [1982] 2005: 285 [Herv. i. O.]⁶ Und deswegen existiert

4 Wenn dann Foucault von einer *Geschichte des Denkens* spricht, so bezieht er sich auf die Geschichte der Technologien und Techniken der Macht (vgl. Foucault [1981] 2005: 230f).

5 »So wie jeder Mensch ein Bewusstsein hat, das nicht für sich existieren kann, sondern immer nur als ein Bewusstsein ›von etwas‹, entsteht Macht für Foucault als ›strategisches Handeln‹ automatisch dort, wo Menschen in einen Interaktionszusammenhang treten. Dort flottiert sie zwar unabhängig von den einzelnen Subjekten, ist aber – wie das Bewusstsein – nur als ein intentionaler Vorgang erkennbar.« (Pundt 2008: 44 [Herv. i. O.]

6 Am deutlichsten erklärt Foucault diesen Gedanken am Beispiel des Begriffs der Führung: »Der Ausdruck ›Führung‹ (*conduite*) vermag in seiner Mehrdeutigkeit das Spezifische an den Machtbeziehungen vielleicht noch am besten zu erfassen. ›Führung‹ heißt einerseits, andere (durch mehr oder weniger strengen Zwang) zu lenken, und andererseits, sich (gut oder schlecht) aufzuführen, also sich in einem mehr oder weniger offenen Handlungsfeld zu verhalten. Machtausübung besteht darin, ›Führung zu lenken‹, also Einfluss auf die Wahrscheinlichkeit von Verhalten zu nehmen.« (Foucault [1982] 2005: 286 [Herv. i. O.]

die Macht nur *in actu*, als eine Praxis und eine auf Handlung anderer gerichtete Handlung (vgl. ebd.). Daraus ließe sich auch Foucaults Behauptung ableiten, dass die Machtverhältnisse der Gesellschaft grundlegend und innewohnend sind: »Ich glaube, dass es keine Gesellschaft ohne Machtbeziehungen geben kann, sofern man sie als Strategien begreift, mit denen die Individuen das Verhalten der anderen zu lenken und zu bestimmen versuchen.« (Foucault [1984] 2005b: 899) Damit erstreckt sich die Analyse der Machtbeziehungen auf alle Bereiche, wo Interaktion, Handlung und Führen stattfinden.

2.2.3 Die Analyse der Machtbeziehungen

Für Foucault beruht die Macht nicht auf einem Konsens oder einer Gewalt. Diese stellen lediglich »Mittel oder Wirkungen, nicht aber Prinzip oder Wesen der Machtausübung« dar (Foucault [1982] 2005: 286). Das Wesen der Machtausübung besteht vielmehr in den versteckten Spielen, die für Foucault schon auf der kleinsten Ebene des Netzwerks von Machtverhältnissen stattfinden. Aus diesem Grund schlägt er vor, eine »aufsteigende Machtanalyse« (Foucault [1976] 2001: 45) vorzunehmen. Erst durch eine solche Analyse könnte untersucht werden, »wie die Erscheinungen, Techniken, Machtprozesse auf den untersten Ebenen agieren« (a.a.O.: 46) und wie sich diese Verfahren »natürlich verlagern, ausweiten, verändern, aber vor allem, wie sie von globalen Phänomenen besetzt und annektiert werden und wie allgemeinere Machtformen oder wirtschaftliche Vorteile sich in das Spiel dieser zugleich relativ autonomen und unendlich kleinen Machttechnologien einfügen.« (Ebd.)

Von außen her könnten die Machtbeziehungen oft als erstarrt oder verfestigt empfunden werden, eben als Herrschaftsverhältnisse. Tatsächlich weist Foucault darauf hin, dass diese Beziehungen »auf Dauer asymmetrisch sind« (Foucault [1984] 2005b: 891) und dass der Spielraum der Freiheit deswegen »äußerst beschränkt ist.« (Ebd.) In dem Verhältnis zwischen Macht und Freiheit ist die Freiheit für Foucault »die Voraussetzung für Macht (als Vorbedingung, insofern Freiheit vorhanden sein muss, damit Macht ausgeübt werden kann, und auch als dauerhafte Bedingung, denn wenn die Freiheit sich der über sie ausgeübten Macht entzöge, verschwände im selben Zuge die Macht und müsste bei reinem Zwang oder schlichter Gewalt Zuflucht suchen). Aber zugleich muss die Freiheit sich einer Machtausübung widersetzen, die letztlich danach trachtet, vollständig über sie zu bestimmen.« (Foucault [1982] 2005: 287) Aus diesem Grund gilt es zwischen zwei extremen Formen der Machtausübung zu unterscheiden – den Machtspielen einerseits und den festen Macht- bzw. Herrschaftszuständen andererseits. Und die Analytik der Machtpraktiken bezieht sich auf den Übergang von der einen zu der anderen Form:

»Mir scheint, dass man unterscheiden muss auf der einen Seite zwischen Machtbeziehungen als strategischen Spielen zwischen Freiheiten, also Spielen, in denen die einen das Verhalten der anderen zu bestimmen versuchen, worauf die anderen mit dem Versuch antworten, sich darin nicht bestimmen zu lassen oder ihrerseits versuchen, das Verhalten der anderen zu bestimmen, und auf der anderen Seite Herrschaftszuständen, die das sind, was man üblicherweise Macht nennt. Und zwischen beiden, zwischen den Spielen der Macht und den Zuständen der Herrschaft, gibt es die Regierungstechnologien, wobei dieser Ausdruck einen sehr weitgefassten Sinn hat: das ist sowohl die Art und Weise, wie man Frau und Kinder leitet, als auch die, wie man eine Institution führt. Die Analyse dieser Techniken ist erforderlich, weil sich häufig mit ihrer Hilfe die Herrschaftszustände errichten und aufrechterhalten.« (Foucault [1984] 2005b: 900)

Da die Macht »auf der Grundlage von bereits bestehenden Differenzierungen operiert« (Jessop 2005: 22) und die Machtspiele ein fester Bestandteil der Gesellschaft sind, besteht das Analyseproblem einerseits darin, zu wissen, »wo sich Widerstand formieren kann« (Foucault [1984] 2005b: 891) und wo die Situation eines ökonomischen, sozialen, institutionellen oder sexuellen Herrschaftszustands umgekehrt werden kann (vgl. ebd.) und andererseits darin, zu wissen, wie man bei den alltäglichen und unumgänglichen Praktiken der Macht »bei denen die Macht sich nicht nicht ins Spiel bringen kann und in denen sie nicht an sich selbst schlecht ist, Herrschaftseffekte vermeiden kann.« (a.a.O.: 899)⁷ Letztendlich führt die Hinterfragung der Herrschaftsverhältnisse notwendigerweise zur Erfindung neuer politischer Strategien, die es erlauben, die operierenden Kräfteverhältnisse »zu modifizieren, und sie in der Weise zu koordinieren, dass diese Modifikation möglich wird und sich in die Realität einschreibt.« (Foucault [1977] 1978b: 113) Wie sich diese Einschreibung vollzieht und wo die Herrschaftseffekte antastbar werden, erforschte Foucault mithilfe seiner dritten Analyseachse – des Subjekts.

7 Die Macht, wie von Foucault mehrmals betont, liegt nicht in den Händen einiger wenigen Akteure. Jeder, der in eine konkrete Handlung eintritt, tritt zugleich in komplexe Spiele, in denen versucht wird, auf die Handlungen anderer einzuwirken. Wie Foucault in seinen Ausführungen zur ethischen Arbeit an sich selbst zeigt, ist es schließlich die Selbstbemeisterung, die Macht über sich selbst, die auch die Macht über die anderen regulieren kann (vgl. Foucault [1984] 2005b: 885). Deshalb legt er einen besonderen Wert auf die Selbstbeherrschung, denn diese »umschließt gewissermaßen den zutiefst asymmetrischen Charakter der Herrschaftsbeziehung, die man mit den anderen hat. Man muss die Herrschaft, die man über die anderen hat, durch die Selbstbeherrschung begrenzen.« (Foucault [1981] 2016: 342)

2.3 Die Konstitution des Subjekts

Die Untersuchung der Wissensproduktion und der darin wirkenden Machtpraktiken mündeten in das umfassende Thema von Foucaults wissenschaftlicher und akademischer Arbeit – der Konstitution des Subjekts (vgl. Foucault [1982] 2005: 269f). So bildeten die unterschiedlichen Formen der Unterwerfung (der Subjektivierung), die immanenten und sich wieder neu erzeugenden Praktiken der (An-)Führung zur Selbstführung (zur Subjektwerdung) und die diesen Praktiken unterliegenden Rationalitäten (die die Subjektmodi erzeugen) im tiefsten den Kern seiner Tätigkeit. Vor allem die Frage, wie das Individuum dazu gelangt, sich selbst als Subjekt gewisser Verhältnisse zu konstituieren, steht im Mittelpunkt seiner Analysen.

Für Foucault hat die Vorstellung von dem Menschen als dem Erzeuger des Wissens und dem Gegenstand eben dieses Wissens das anthropologisch-humanistische Denken des 19. Jahrhunderts geprägt (vgl. Foucault [1969] 1974: 16). Doch in dem Moment, wo die strukturalistischen Ansätze des 20. Jahrhunderts aufgezeigt haben, dass der Mensch »in Strukturen eingebettet ist, d.h. in eine formale Gesamtheit von Elementen, die beschreibbaren Relationen unterworfen sind, hört der Mensch sozusagen auf, das Subjekt seiner selbst zu sein, zugleich Subjekt und Objekt zu sein.« (Foucault [1969] 1974: 16) Damit lehnte Foucault den Versuch ab, »die Zweideutigkeit des Menschen als Subjekt und Objekt« zu hypothesieren (Rau 2010: 113) und konzentrierte sich stattdessen auf das Subjekt als einen Fluchtpunkt von diskursiven und nicht-diskursiven Praktiken, durch welche es sich wahrnimmt und an der Machtpraxis teilnimmt:

»Ich versuche, im Rahmen eines so genau wie möglich abgesteckten historischen Feldes das Ensemble der vorhandenen Praktiken des Subjekts, wie sie sich von der griechisch-römischen Epoche bis heute entwickelt haben, zu bestimmen. Ich glaube, dass wir sowohl die Humanwissenschaften (sofern wir dieses Wort verwenden wollen) als auch insbesondere Psychoanalyse nur verstehen können, wenn wir die Geschichte der Beziehungen zwischen Subjekt und Wahrheit vom Standpunkt dessen aus aufnehmen, was ich, grob gesagt, die Techniken, Technologien, Praktiken usw. nenne, die jene Beziehungen geknüpft und normiert haben.« (Foucault [1982] 2009: 239)

Damit soll nicht die ontologische Natur des Subjekts, seine Existenzbegründung oder seine Autonomie reflektiert werden (vgl. Kelly 2009: 82ff). Vielmehr war es Foucault wichtig, die Analysemöglichkeiten der Subjektwerdung zu erforschen. Und diese ließen sich nur im Zusammenhang mit den zwei bereits erwähnten Brennpunkten der Erfahrung – Wissen und Macht – vollziehen, da sie erst in der gegenseitigen Artikulation sichtbar und analysierbar werden (vgl. Foucault [1983] 2009: 15). Wenn das Subjekt z. B. »in Produktionsverhältnisse und Sinnbeziehungen

eingebunden ist, dann ist es zugleich auch in hochkomplexe Machtbeziehungen eingebunden« (Foucault [1982] 2005: 270), und für die Analyse solcher Beziehungen »fehlten bislang die entsprechenden Werkzeuge.« (Ebd.) Foucaults Interesse an dieser Forschungslücke erweckte vor allem der wissenschaftliche Aufschwung, mit dem neue Kenntnisse über den Menschen, seinen Organismus und Körper, sein Verhalten und Denken entstanden und ihn zum Objekt der Untersuchung und Unterwerfung zugleich machten. Diese Kenntnisse, dieses Wissen also, gemeinsam mit den Praktiken der Unterwerfung, der Macht, entwickelten sich über eine längere Zeit, weshalb Foucault eine *Geschichte der Subjektwerdung* schreibt und diese als ein Ereignis des Denkens entziffert, d.h. als einen Moment der historischen Erscheinung, ab dem sich in unserem gesellschaftlichen Denken und in unserer gesellschaftlichen und kulturellen Wahrnehmung eine gewisse Erfahrung einschreibt, die die heutige Seins- und Denkweise prägt und die geläufigen Subjektmodi fundiert.⁸

2.3.1 Das Ereignis des Denkens in der Geschichte der Subjektivierung

Dem Ereignis des Denkens kommt in Foucaults Analyse eine wichtige Bedeutung zu. Er selbst hat versucht ein Regime des *Zum-Ereignis-Machens* (franz. *événementalisation*) zu etablieren. Dieses wissenschaftliche Vorgehen besteht in zwei Schritten.

Zum einen lädt Foucault dazu ein, einen Bruch mit den Evidenzen vorzunehmen, »denjenigen Evidenzen, auf denen unser Wissen basiert, unser Konsens, unsere Praktiken.« (Foucault [1978] 2005a: 29) Einen möglichen Vorgang hat Foucault folgenderweise illustriert:

»Dort wo man versucht wäre, sich auf eine historische Konstante zu beziehen oder auf ein unmittelbar anthropologisches Merkmal, oder auch auf eine Evidenz, die sich allen auf gleiche Weise aufdrängt, geht es darum, eine ›Singularität‹ auftreten zu lassen. Zu zeigen, dass es gar nicht so ›notwendig war, dass...‹; dass es gar nicht so evident war, die Wahnsinnigen als Geistesranke zu betrachten; dass es gar nicht so evident war, dass das Einzige, das man mit einem Delinquenten tun

8 Am Beispiel der altgriechischen *Sorge um sich* als einer gesamt-kulturellen Erscheinung illustriert Foucault die Geschichte der Subjektwerdung als ein Ereignis des Denkens, welches bis zur heutigen Zeit Auswirkung hat: »Was ich Ihnen in diesem Jahr aufzeigen möchte, ist genau jene Geschichte, die dazu geführt hat, dass diese gesamt-kulturelle Erscheinung (Aufforderung zur Sorge um sich, allgemeine Akzeptanz des Grundsatzes) eine für die hellenistische und römische Gesellschaft (jedenfalls für deren Elite) charakteristische Erscheinung und zugleich ein Ereignis im Denken war. Mir scheint, dass die Herausforderung, auf die sich jede Geschichte des Denkens einzulassen und die sie zu ihrem Gegenstand zu machen hat, darin besteht, jenen entscheidenden Moment einer kulturellen Erscheinung gegebenen Ausmaßes zu erfassen, der sich in dieser Geschichte des Denkens dadurch auszeichnet, dass auch noch unsere moderne Seinsweise als Subjekt davon beeinflusst wird.« (Foucault [1982] 2009: 25)

konnte, darin bestand, ihn einzusperren; es war nicht so evident, dass die Ursachen der Krankheit in der individuellen Untersuchung des Körpers zu ermitteln waren usw.« (ebd. [Herv. i. O.]

Zum anderen besteht dieser Vorgang darin, »die Zusammenhänge, die Zusammentreffen, Unterstützungen, Blockaden, Kraftspiele, Strategien usw. wiederzufinden, die zu einem bestimmten Zeitpunkt dasjenige formierten, das anschließend als Evidenz, Universalität oder Notwendigkeit fungieren sollte.« (a.a.O.: 30) Dieser Prozess führt dann, seiner Meinung nach, zu einer kausalen Demultiplikation, einer Zergliederung der Elemente, die das Ereignis ermöglicht und gebildet haben. Diese Zergliederung besteht darin,

»das Ereignis den vielfältigen Prozessen entsprechend zu analysieren, die es konstituieren. So bedeutet die Praxis der Strafhaft als ›Ereignis‹ zu analysieren (und nicht als institutionelle Tatsache oder als ideologischen Effekt), die Prozesse der Pönalisierung (das heißt der schrittweisen Eingliederung in die Form gesetzlicher Bestrafung) der früheren Praktiken der Einsperrung zu definieren; die Praktiken der ›Karzeralisierung‹ der Praktiken der Straffjustiz (das heißt die Bewegung, durch die die Einsperrung als Form der Bestrafung und als Technik der Besserung zu einem zentralen Bestandteil der Pönalität wurde); diese massiven Prozesse müssen selbst zergliedert werden: Der Prozess der Pönalisierung der Einsperrung ist seinerseits aus vielfältigen Prozessen gebildet wie der Konstituierung geschlossener pädagogischer Räume, die auf der Basis von Belohnung und Bestrafung funktionieren usw.« (ebd. [Herv. i. O.]

Mit diesem Vorgang grenzt sich Foucault von den strukturalistischen und historiografischen Methoden ab. An die Stelle der formalen Strukturen und Zeichen des Strukturalismus setzt er »das ›Ereignis‹ und die ›Serie‹; anstelle historiografischer Kausalitätsbezüge und Kontinuitäten analysiert er die Zerstreuung und Serialität der Erscheinungen (vgl. Dosse 1998: 292f). Insbesondere die Ablösung von einem Denken in Kontinuitäten, welches ›das Hereinbrechen der Ereignisse‹ durch ein Denken in der Ungleichzeitigkeit von Ereignisschichten ›auszulöschen scheint‹ (Foucault [1969] 1973: 13), lässt das ›Ereignis‹ und die ›Serie‹ an die Stelle von ›Ursprung‹ und ›Bedeutung‹ treten (vgl. Foucault [1968] 2001: 897; [1969] 1973: 16f).« (Siebenpfeiffer 2008: 250 [Herv. i. O.]⁹

9 In Bezug auf die diskursive Formation und den diskursanalytischen Vorgang, den Foucault durch den Begriff des Ereignisses geprägt hat, entstanden auch weitere Grundbegriffe wie die Serie, die Regelmäßigkeit und die Möglichkeitsbedingung. Wie diese Begriffe zueinander stehen, zeigen die Diskursanalytiker folgenderweise: »Wenn ein epistemisches Element (*enoncé*) in einer diskursiven Umgebung, also in einer Äußerung spontan und unvorhergesehen auftritt, erscheint es als ›Ereignis‹. Wenn solche Ereignisse häufiger auftreten und damit zu Keimzellen diskursiver Formationen werden, bilden sich ›Serien‹. Durch die Verdich-

Die allmähliche Zergliederung der jeweiligen Ereignisse in die kleinsten Einheiten lässt dann auch die Funktionsweise der Mikromächte erscheinen, weshalb Foucault eine aufsteigende Machtanalyse vornehmen wollte. Diese Analyse geht von den kleinsten Mechanismen aus, »die ihre eigene Geschichte, ihren eigenen Weg, ihre eigene Technik und Taktik haben« (Foucault [1976] 2001: 45f) und möchte erhellen, »wie diese Machtmechanismen, die ihre Stabilität und in gewisser Weise ihre eigene Technologie haben, von immer allgemeineren Mechanismen und globaleren Herrschaftsformen besetzt, kolonisiert, verwendet, umgebogen, transformiert, verlagert und ausgedehnt wurden und immer noch werden.« (Ebd.)

Es handelt sich im Weiteren um Mechanismen, die in das Individuum eindringen, seinen Körper kolonisieren, sein Verhalten strukturieren und seine Denkweise beeinflussen. Da das menschliche Individuum immer breiter und tiefer wissenschaftlich erfasst wird, und die neurogenetischen und nanotechnologischen Entwicklungen bezeugen diesen Trend wohl am deutlichsten, dringen auch die Technologien der Macht in immer kleinere und intimere Teile des Individuums ein, ohne von seiner Vorstellung übernommen zu werden (vgl. Foucault [1977] 1978b: 108f).¹⁰ Solche, »durch Machteffekte als Subjekte konstituierten Körper« (Foucault [1976] 2001: 44) analysiert Foucault gerade anhand der Subjektivierungsthese. Hier hat der Begriff des Subjekts für ihn zwei Bedeutungen:

»Es bezeichnet das Subjekt, das der Herrschaft eines anderen unterworfen ist und in seiner Abhängigkeit steht; und es bezeichnet das Subjekt, das durch Bewusstsein und Selbsterkenntnis an seine eigene Identität gebunden ist. In beiden Fällen suggeriert das Wort eine Form von Macht, die unterjocht und unterwirft.« (Foucault [1982] 2005: 275)

Sein Subjektbegriff bietet einen Analysezugang, um die Formen der Unterwerfung sichtbar zu machen, die durch andere Analyseverfahren nicht abgedeckt werden können: »Ich musste eine bestimmte Theorie *a priori* des Subjekts zurückweisen,

tung von Serien diskursiver Ereignisse etablieren sich neue diskursive Strukturen und bilden so »Regelhaftigkeit«. Etablierte diskursive Formationen wirken als »Möglichkeitsbedingungen« prägend auf zukünftige diskursive Ereignisse, steuern also Erwartbarkeitszwänge oder -ausschlüsse für künftige Äußerungen.« (Fraas & Klemm 2005: 3 [Herv. i. O.]

10 Schon in seinen früheren Untersuchungen zu Praktiken der Psychiatrisierung hat Foucault auf die Gefahren der Ermächtigung des menschlichen Körpers hingewiesen: »Tatsächlich ist das Individuum das Resultat von etwas, das ihm vorausgeht, nämlich jenes Mechanismus, all jener Verfahren, welche die politische Macht am Körper festmachen. Weil der Körper »subjektiviert« worden ist, das heißt, sich die Subjekt-Funktion an ihm festgemacht hat, weil er psychologisiert worden ist, weil er normalisiert worden ist; deswegen ist etwas wie das Individuum zutage getreten, etwas, worüber man sprechen kann, worüber man Abhandlungen verfassen, worüber man versuchen kann, Wissenschaften zu begründen.« (Foucault [1973] 2015: 91f [Herv. i. O.]

um diese Analyse der Beziehungen zwischen der Konstitution des Subjekts oder verschiedener Formen des Subjekts und den Spielen der Wahrheit, den Praktiken der Macht usw. vornehmen zu können.« (Foucault [1984] 2005b: 888 [Herv. i. O.]) In dieser Hinsicht führte Andrea Bührmann die Analyse ein Stück weiter, indem sie zwischen einer Subjektivierungsweise, d.h. einer Art und Weise, »wie Menschen sich selbst und andere auf einer empirisch faktischen Ebene wahrnehmen, erleben und deuten« (Bührmann 2012: 146) und einer Subjektivierungsform, d.h. einer Art und Weise, »wie Menschen auf einer normativ programmatischen Ebene über bestimmte Praktiken oder Programme lernen sollen, sich selbst und andere wahrzunehmen, zu erleben und zu deuten« (ebd.) zu unterscheiden begonnen hat. Somit stellt sich erneut die Frage, inwiefern die Individuen in der Lage sind, den Stand der Subjektivierung, d.h. der Unterwerfung, wahrzunehmen und zu erkennen.

2.3.2 Subjektivierung und Identitätszuweisung

Foucaults Subjektivierungsthese richtet den analytischen Blick auf die Verfahren, »durch die das Individuum dazu gelangt, sich selbst als Subjekt zu konstituieren« (Foucault [1983] 2009: 18) und verweist damit gleichzeitig auf eine Machtform, die »die Individuen in Kategorien einteilt, ihnen ihre Individualität zuweist, sie an ihre Identität bindet und ihnen das Gesetz einer Wahrheit auferlegt, die sie in sich selbst und die anderen in ihnen zu erkennen haben.« (Foucault [1982] 2005: 275) Bei der Identitätsbindung und Individualisierung handelt es sich Foucault nach um Machttechniken, die das Individuum und seinen Lebensraum berauben, es durch Subjektzuweisung unterjochen und seine Freiheit einschränken, was er anhand der Untersuchung von Disziplinierungstechniken und Pastoralmacht ausführlich beschrieben hat.¹¹

Seit den letzten Jahrhunderten haben sich diese Techniken der Macht in einer gegenseitigen und wechselhaften »Ko-Formierung von modernem souveränen Staat und modernem autonomen Subjekt« entfaltet (Lemke 2000: 32f) und dieser »fortschreitende[n], gewiss zerstückelte[n], aber dennoch kontinuierliche[n] Verstaatlichung« (Foucault [1984] 2000: 69) müssen wir mit einer Suche nach neuen Formen von Subjektivität entgegnen und damit »die Art von Individualität zurückweisen, die man uns seit Jahrhunderten aufzwingt.« (Foucault [1982] 2005: 280) An dieser Stelle beginnt Foucaults Versuch, die Möglichkeiten der Ermächtigung und der Ent-Subjektivierung zu erforschen und sie als eine ethisch-politische Aufgabe aufzugreifen. Foucault ruft damit zu einer Operation des widerständigen Denkens,

11 Zur Entwicklung der Disziplinarmacht siehe vor allem Sitzungen vom 7., 14., 21. und 28. November der 1973-1974er Vorlesungsreihe am *Collège de France* (Foucault [1973] 2015]). Die Geschichte der Pastoralmacht wird in den Sitzungen vom 15. und 22. Februar und vom 1. und 8. März der 1977-1978er Vorlesungsreihe an demselben Institut besonders ausführlich nahegelegt (Foucault [1978] 2006).

die sich nicht von der Angst omnipräsenter Machtpraktiken, sondern von der Neugier, »die es erlaubt, sich von sich selbst zu befreien« (Foucault [1983] 2005: 664) führen lässt. Dadurch verleiht er auch der philosophischen Aktivität eine emanzipatorische Aufgabe: »Doch was ist dann die Philosophie heute – ich meine die philosophische Aktivität –, wenn nicht die kritische Arbeit des Denkens an sich selbst? Und besteht sie nicht darin, anstatt das zu legitimieren, was man bereits weiß, herauszufinden versuchen, wie und bis wohin es möglich wäre, anders zu denken?« (Ebd.)

2.3.3 Doppelter Charakter der Subjektivierung

Mit seinen Untersuchungen zu den Strategien, Verfahren und Techniken, durch die eine Regierungsordnung etabliert wird, eröffnete Foucault den Raum für eine kritische Reflexion, die das Individuum nicht »nur als Rechtssubjekt ins Auge fassen [kann]« (Foucault [1984] 2005b: 901), sondern die »die Freiheit des Subjekts und die Beziehung zu anderen geltend« macht (ebd.). Darin entfaltet sich die doppelte Charakteristik der Subjektivierung, die, einerseits, als ein Prozess der Unterwerfung, und, andererseits, als eine an sich vorgenommene Arbeit verstanden werden kann. Das heißt, dass sich in dem zweiten Fall das Subjekt »anhand der Selbsttechniken, anstatt durch die Unterdrückungstechniken (Macht) oder die diskursiven Techniken (Wissen) [konstituiert]« (Gros in Foucault [1982] 2009: 623)¹² – Selbst- statt Fremdunterwerfung also. Es ist eine bedeutende Wende in Foucaults Denken, die, nichtdestotrotz, auf eine kontinuierliche und systematische Arbeit an den Techniken des Widerstandes und der Emanzipation hinweist. Diese gründen in dem kritischen und ethisch-politischen Vorhaben, »das Subjekt mit einer Wahrheit auszurüsten, die es nicht bereits erkannte und die nicht bereits in ihm vorhanden war. Es geht darum, aus der gelernten, dem Gedächtnis einverleibten und schrittweise in Anwendung gebrachten Wahrheit ein Quasi-Subjekt zu machen, das souverän in uns herrscht.« (a. a. O.: 610f)

Das abendländische Denken ist für Foucault seit der Antike durch den Imperativ des *Erkenne dich selbst!* geprägt und dieser lässt sich in einer allgemeineren und expliziten Form als eine Frage folgenderweise postulieren: »Was soll man aus

12 Dem Subjektbegriff bei Foucault wird von den Kritikern vor allem die Verleugnung universalistischer, schöpferischer und historisch-kontinuierlicher Charaktereigenschaften vorgeworfen (vgl. Cohen 2012), wie auch sein unklares und schwammiges Subjektverständnis (vgl. Thiel 2017). In einem seiner letzten Interviews äußerte sich Foucault zu diesem Thema besonders prägnant und unzweideutig (vgl. Foucault [1984] 2007: 283). Das Subjekt oder, genauer gesagt, die Subjektivität sind in seinem Verständnis Begriffe, die eine geschichtliche Analyse der Selbsttechnologien ermöglichen und eine Schablone anbieten, durch die »die Gesamtheit der Subjektivierungsprozesse, denen die Individuen unterworfen waren oder die sie gegenüber sich selbst zum Tragen gebracht haben« (Foucault [1981] 2016: 364) überhaupt erst erfassbar wird.

sich selbst machen? Welche Arbeit soll man an sich verrichten? Wie soll man sich mittels Handlungen ›regieren (*se gouverner*)‹, bei denen man selbst das Ziel, der Anwendungsbereich, das verwendete Instrument und das handelnde Subjekt ist?« (Foucault [1981] 2016: 377f [Herv. i. O.]) Für Foucault besteht darin die »Verehrung oder der Kult, die man sich selbst gegenüber schuldig ist« (Foucault 1982 in Gros 2009: 660) und zwar die Arbeit an einem Selbst, an dem Geschick, das sich aus dem eigenen Leben machen ließe. Wie bereits in der antiken Praxis des Selbst, ist zu dieser Veränderung ein Lehrmeister notwendig, dessen Rolle auch heutzutage unerlässlich ist (in Form einer Fitnesstrainerin, eines Business Coaches, eines geistlichen Begleiters usw.). Das Subjekt ist, heute wie damals, in der Unwissenheit, Lasterhaftigkeit oder Missbildung befangen und seine Befreiung muss es, laut Foucault, nicht durch ein Wissen anstreben, sondern durch die Erlangung eines Zustands, »den es nie, zu keinem Zeitpunkt seines Daseins, gekannt hat. Es hat den Zustand des Nicht-Subjekts durch den des Subjekts zu ersetzen, der durch die volle Entfaltung der Beziehung zu sich selbst definiert ist.« (Foucault [1982] 2009: 169f)¹³

Mit dieser Aufforderung gipfelt Foucaults langjähriges Werk, das wegen seinem frühen Tod im Jahr 1984 beenden war. Die hinterlassenen analytischen Mittel und Verfahren inspirieren zu einer radikalen Hinterfragung eingefahrener Denkschemen und bieten eine Möglichkeit an, die Spielräume der Macht aufs Neue zu eröffnen und damit die Vorstellung von der existierenden (Regierungs-)Ordnung zu überdenken. Darauf weist vor allem sein Denken über das Regieren und seine Vorstellung des Politischen hin, die im Konzept der *Gouvernementalität* enthalten sind.

3 Gouvernementalität – ein Denken über das Regieren

Die beschriebenen analytischen Vorgänge ermöglichen einen Blick in Foucaults *Werkzeugkasten*. Foucaults Denken und seine Verfahren haben Eingang auch in die politikwissenschaftlichen Untersuchungen gefunden. Vor allem sein Denken über die Regierungstechnologien, die er im Begriff der *Gouvernementalität* subsummiert hat, inspirierte einen ganzen Forschungsbereich – die *Gouvernementalitäts-Studien* –, der sich mit den Fragen des Regierens und Regiert-Werdens befasst.

13 Am Beispiel der Homosexualität offenbart Foucault sein Interesse, Neues zu erzeugen, statt sich in bekannte Modelle einzureihen. Deshalb wollte er nicht wissen: »Wer bin ich? Was ist das Geheimnis meines Begehrens?« (Foucault [1981] 1985: 85), sondern vielmehr: »Was für Beziehungen können über die Homosexualität aufgebaut, entworfen, erweitert und von Fall zu Fall verschieden gestaltet werden?« (ebd.)

3.1 Grundzüge des Konzepts

Das Konzept der Gouvernamentalität präsentierte Foucault in einer 1978 gehaltenen Vorlesungsserie, auch unter dem Namen *Sicherheit, Territorium, Bevölkerung* bekannt (vgl. Foucault [1978] 2006). Während dieser Vorlesungsreihe kulminiert sein Interesse in einer Art spezifischer Betrachtung des Regierungswesens. Der moderne Staat, welcher sich seit dem Mittelalter bis hin zur Gegenwart entwickelt hat, funktioniert seiner Ansicht nach als ein komplexes System von Führungen. So wie die Familie nach gewissen Regeln funktioniert, wo jedem Mitglied eine spezifische Position zukommt, wo jeder mit typischen Aufgaben ausgestattet ist, wo er die Regeln und Strafen kennt, wird auch in anderen gesellschaftlichen Einheiten (wie z.B. Gemeinden, Verbänden, Unternehmen, Kommunen, staatlichen oder nichtstaatlichen Institutionen, Staaten, internationalen Organisationen) eine spezifische Regierungsart betrieben. Von der Familie bis hin zur Regierung der Bevölkerung erstreckt sich demnach eine Vielfalt von Führungen bzw. Regierungen: »Damit der Staat funktioniert, wie er funktioniert, muss es vom Mann zur Frau oder vom Erwachsenen zum Kind sehr spezifische Herrschaftsverhältnisse geben, die ihre eigene Konfiguration und ihre relative Autonomie haben.« (Foucault [1977] 1978b: 110)

In dieser ganzen »Kaskade von Abhängigkeitsverhältnissen« (Wessel 2015: 642) entfalten sich im Übergang von Regierungsweisen des 16. Jahrhunderts durch die ökonomischen Lehren des 17. Jahrhunderts – wie die Theorie des Merkantilismus oder der Physiokraten – spezifische Machtbeziehungen, die auf Selbst-Disziplin beruhen. Die technologischen und industriellen Fortschritte, die damit einhergehende Urbanisierung und die rasche Entwicklung neuer Märkte durch die Entdeckungsreisen und Kolonisation haben die Regierungen des 16. und 17. Jahrhunderts vor neue Aufgaben gestellt und gleichzeitig neue Regierungsgegenstände – wie die bürgerliche Bevölkerung – hervorgebracht. Um das Ensemble an Verhältnissen zu überwachen, tritt eine Macht hervor, die, wie ein Hirte, »ein wachsames Auge auf alles und auf jedes [*omnes et singulatim*]« hat (Foucault [1978] 2006: 191f [Herv. i. O.]). Eine Macht, die wie in der Skizze von Benthams Panoptikons (vgl. Foucault [1975] 2008) die Überwachung durch Selbst-Überwachung bzw. Regierung durch Selbst-Regierung erzeugt. Diese Macht reagiert auf spezifische Probleme der Bevölkerung, die zutage treten (vgl. Foucault [1978] 2006: 134) so, dass sie auf jeder Ebene institutionalisierter Verhältnisse – Familie, Schule, Spital, Gefängnis, Armee, Werkstatt – die Entwicklung selbst-disziplinierender Beziehungen fordert, die im Endeffekt auf eine totalisierende, eine globale Institution – den Staat – hinauslaufen (vgl. a.a.O.: 178). Diese Gesamttechnologie der Macht, die die verschiedenen Instanzen durchkreuzt und in die Etablierung und das Festhalten des Staates mündet, nennt Foucault Gouvernamentalität (vgl. a.a.O.: 180). Mit diesem Begriff erfasst Foucault den Zusammenhang zwischen den Herrschaftstech-

niken des Regierens (franz. *gouverner*) und der Denkweise und den Praktiken des *Sich-selbst-Regierens* der Subjekte (franz. *mentalité*), die sich in dem modernen Staat herausgebildet und zur Etablierung neuer Machtverhältnisse geführt haben:

»Ich verstehe unter ›Gouvernementalität‹ die aus den Institutionen, den Vorgängen, Analysen und Reflexionen, den Berechnungen und den Taktiken gebildete Einheit, welche es erlauben, diese recht spezifische, wenn auch sehr komplexe Form der Macht auszuüben, die als Hauptzielscheibe die Bevölkerung, als wichtigste Wissensform die politische Ökonomie und als wesentliches technisches Instrument die Sicherheitsdispositive hat. Zweitens verstehe ich unter ›Gouvernementalität‹ die Tendenz oder die Kraftlinie, die im gesamten Abendland unablässig und seit sehr langer Zeit zur Vorrangstellung dieses Machttypus geführt hat, den man über alle anderen hinaus die ›Regierung‹ nennen kann: Souveränität, Disziplin, und die einerseits die Entwicklung einer ganzen Serie spezifischer Regierungsapparate [und andererseits] die Entwicklung einer ganzen Serie von Wissensarten nach sich gezogen hat. Schließlich denke ich, daß man unter ›Gouvernementalität‹ den Vorgang oder vielmehr das Ergebnis des Vorgangs verstehen sollte, durch den der mittelalterliche Staat der Gerichtsbarkeit, der im 15. und 16. Jahrhundert zum Verwaltungsstaat wurde, sich nach und nach ›gouvernementalisiert‹ hat.« (a.a.O.: 162f [Herv. i. O.]

Mit dem Konzept der Gouvernentalität hat Foucault das Problem des Regierens und das Problem des Staates auf neue Weise beleuchtet. Der Staat lässt sich demnach nicht mehr nur durch seine Geschichte, seinem Aufbau, seine Gewaltausübung betrachten, sondern auch als Resultat der »Verstaatlichung einer bestimmten Anzahl von Praktiken, Handlungsweisen [...] einer Gouvernentalität.« (Foucault [1984] 2000: 69) Die »Gouvernentalisierung des Staates« (Foucault, [1978] 2006: 163) zu untersuchen heißt dann, einen Begriff des Regierens anzuwenden, der auf die Techniken und Verfahren verweist, »die den Zweck haben, das Verhalten der Menschen zu steuern. Regierung der Kinder, Regierung der Seelen oder des Gewissens, Regierung eines Hauses, eines Staats oder von sich selbst« (Foucault [1980] 2005: 154). Dies impliziert im Weiteren ein solches Verständnis des Politischen, das die politische Verfassung der Gesellschaften, ihre Strukturen, Organisationsprinzipien, Institutionen, Gewaltformen und Rationalitäten als eine Verfestigung gesellschaftlicher Machtbeziehungen, als Ergebnis »eines Regimes vielfältiger Gouvernentalität« (Foucault [1984] 2000: 70) entziffert. Demnach müssen gerade diese Regierungstechnologien untersucht werden, denn sie erlauben es, gesellschaftliche Macht- und Herrschaftsverhältnisse als staatliche Politik festzuschreiben.

3.2 Rezeption des Konzepts

Foucaults Untersuchungen zur Gouvernementalität und zur Problematisierung des modernen Staates wurden zuerst von seinen Kollegen und Zuhörern aufgegriffen (wie etwa von Roland Barthes, Daniel Defert, Gilles Deleuze, François Ewald, Alessandro Fontana, Jacques Lagrange, Pasquale Pasquino u.a.). Mit den ersten Übersetzungen seiner Werke in die englische Sprache, Ende 1980er Jahre, wurden seine Gedanken stärker im anglosächsischen Raum rezipiert (so etwa von Andrew Barry, Graham Burchell, Mitchell Dean, Colin Gordon, Timothy Luke, Paul Rabinow, Niklas Rose u.a.). Ende 1990er Jahre wuchs auch in dem deutschsprachigen Raum das Interesse an seinen analytischen Methoden; darunter auch an dem Konzept der Gouvernementalität (etwa bei Michael Bischoff, Ulrich Bröckling, Reiner Keller, Susanne Krasmann, Thomas Lemke, Martin Saar, Axel Honneth u.a.). Im Millenniumsjahr erschien dann die erste Studie zur *Gouvernementalität der Gegenwart* (vgl. Bröckling/Krasmann/Lemke 2000).

Die Heterogenität des Konzepts hat sich auch in seinen diversen Anwendungen widerspiegelt. Das Spektrum der Gouvernementalitäts-Studien breitet sich zum heutigen Tag weit aus über die gesamten Disziplinen der Geisteswissenschaften: von Geschichte, Philosophie, Soziologie, Pädagogik, Politikwissenschaft, Psychologie, Humangeografie, Anthropologie, Ökologie bis hin zu Gender-Studien, Kulturwissenschaft oder Theologie.

Inspiziert von der Theorie des Regierens, wie sie im Konzept der Gouvernementalität enthalten ist, fokussiert auch die Erforschung des Präventionsdispositivs darauf, seine Funktionsweise, seine Machteffekte und sein *Bearbeiten* individueller und gesellschaftlicher Probleme, wie die des Burnout-Syndroms, zu untersuchen und seine Einschreibung in das *Regime der Gouvernementalität* moderner Staaten zu verfolgen.

Methodologischer Vorgang der Dispositivanalyse

Foucaults analytische Vorgehensweise ist dadurch gekennzeichnet, dass er seinen Methoden keine allgemeine Gültigkeit unterstellt hat. Im Gegenteil, jede Methode wurde von ihrem Gegenstand abgeleitet und hat sich anhand dessen neuer Facetten geschärft:

»Ich habe keine Methode, die ich unterschiedslos auf verschiedene Bereiche anwendete. Im Gegenteil, ich möchte sogar sagen, ich isoliere ein und denselben Gegenstandsbereich, ein und denselben Objektbereich mit Hilfe von Instrumenten, die ich vorfinde oder die ich mir während meiner Forschungsarbeit selbst schaffe, ohne dabei dem Problem der Methode eine besondere Stellung einzuräumen.«
(Foucault [1977] 2003: 521)

Darum bleiben seine hinterlassenen methodischen Vorgänge eher Instrumente ständiger Hervorbringung als bewiesene Analysekonzepte. Dies gleiche gilt auch für das Konzept des *Dispositivs*. Fungiert in Foucaults Denken die Gouvernamentalität als Oberbegriff für die Erforschung der Regierungstechnologien, so wird mit dem Dispositiv ein Begriff verwendet, der auf die konkrete Anwendung der letzteren hinweist. Um dies zu verdeutlichen und den Forschungsstil einer Dispositivanalyse zu beschreiben, wird im Folgenden die Entwicklung des Konzepts des Dispositivs bei Foucault diskutiert, seine wissenschaftliche Anwendung beschrieben und seine Bedeutung als methodologisches Vorgehen für die vorliegende Untersuchung herausgearbeitet.

1 Das Konzept des Dispositivs bei Michel Foucault

Foucault hat den Begriff des Dispositivs während seiner wissenschaftlichen Tätigkeit an mehreren Forschungsobjekten entwickelt, die im Folgenden anhand seiner Arbeiten näher betrachtet werden.

1.1 Entstehung des Sexualitätsdispositivs

Als Foucault sein erstes Buch aus der Serie *Sexualität und Wahrheit* (franz. *Histoire de la sexualité*) geschrieben hat, so hat er darin zum ersten Mal den Termin *Sexualitätsdispositiv* verwendet (vgl. Foucault [1976] 1977). Foucault versuchte in seinem Projekt die abendländische Problematisierung des Sexes mit ihren komplexen Wahrheitsregimen und Mechanismen der Macht zu untersuchen, denn »[z]wischen einem jeden von uns und unserem Sex hat das Abendland eine unaufhörliche Wahrheitsforderung gespannt: wir müssen ihm seine Wahrheit entreißen, weil sie ihm entgeht, er muß uns die unsere sagen, weil er es ist, der sie im Schatten zurückhält.« (a.a.O.: 97) Was im Schatten liegt ist eine Form der Macht, die sich dem analytischen Blick entziehen will. Denn sie, die Macht, ist erträglich »nur unter der Bedingung, daß sie einen wichtigen Teil ihrer selbst verschleiert.« (a.a.O.: 107) Was ihr als Schleier dient ist eine juristische, durch das Recht begründete Konzeption der Machtverhältnisse, die die Macht nur in ihrer repressiven, verbotenden und regelnden Form akzeptiert. Und es ist eben diese juristische Repräsentation der Macht, »die in den zeitgenössischen Analysen der Beziehungen der Macht zum Sex immer noch am Werk ist. [...] Von diesem Bild, d.h. von der theoretischen Privilegierung des Gesetzes und der Souveränität, muß man sich lösen, wenn man eine Analyse der Macht durchführen will, die das konkrete und historische Spiel ihrer Verfahren erfassen soll. Man muß eine Analytik der Macht bauen, die nicht mehr das Recht als Modell und als Code nimmt.« (a.a.O.: 111) Im Gegensatz zur rechtlichen Auffassung der Macht bahnte Foucault den Weg einer strategischen Analyse der Machtverhältnisse, d.h. der Verfahren und Anspielungen, durch die der Zugang zu dem Menschen, hier: zu seinem Sex, geschaffen wird: »Wie – wenn nicht auf dem Wege der Versperrung und Verhinderung – hat die Macht Zugang zu ihm [zum Sex, J.Z.]? Vermittels welcher Mechanismen, Taktiken oder Dispositive?« (a.a.O.: 112) Mit der analytischen Hervorhebung der produktiven Seite der Machtverhältnisse entzifferte Foucault in seiner Studie zur Sexualität vier große strategische Komplexe, vier Figuren, »die um den Sex spezifische Wissens- und Machtdispositive entfalten« (a.a.O.: 125) und die »den Sex der Kinder, der Frauen und der Männer je auf ihre Art durchkreuzt und eingesetzt haben.« (a.a.O.: 127)¹ Und das Ziel solcher Strategien besteht in der Produktion der Sexualität als eines spezifischen geschichtlichen Dispositivs:

»Die Sexualität ist keine zugrundeliegende Realität, die nur schwer zu erfassen ist, sondern ein großes Oberflächennetz, auf dem sich die Stimulierung der Körper, die Intensivierung der Lüste, die Anreizung zum Diskurs, die Formierung der

1 Zu diesen vier Strategien, bzw. Figuren zählt Foucault die Figur der hysterischen Frau, des masturbierenden Kindes, des familienplanenden Paares und des perversen Erwachsenen (vgl. Foucault [1976] 1977: 127).

Erkenntnisse, die Verstärkung der Kontrollen und der Widerstände in einigen großen Wissens- und Machtstrategien miteinander verketteten.« (a.a.O.: 128)²

Mit diesem Oberflächennetz, das sich in der und durch die Produktion der Sexualität manifestiert, bezeichnete Foucault die Wirkung des Dispositivs, in diesem Falle des Sexualitätsdispositivs, dessen zentralen Dreh- und Angelpunkt die Familie bildet. Sie ist der Kristallisationspunkt im Sexualitätsdispositiv, denn »sie scheint eine Sexualität zu verbreiten, die sie in Wirklichkeit reflektiert und bricht. Mit ihrer Durchlässigkeit und ihren Verweisen nach außen ist sie für dieses Dispositiv eines der wertvollsten taktischen Elemente.« (a.a.O.: 134) Die analytische Aufgabe besteht für ihn dann darin, die durch die Familie hindurch verlaufenden Strategien des Sexualitätsdispositivs, d.h. »seine vom christlichen Fleisch ausgehende Formierung; seine Entwicklung in den vier großen Strategien, die sich im 19. Jahrhundert durchgesetzt haben: Sexualisierung des Kindes, Hysterisierung der Frau, Spezifizierung der Perversen, Regulierung der Bevölkerungen« (a.a.O.: 137) auf ihre Wirkungsmechanismen und Verflechtungen zu untersuchen. Denn die Dispositive gewähren der Macht einen freien Zugang zur hautnahen und tiefgreifenden Einwirkung auf das Subjekt und auf Teile seiner Erfahrungen – wie die des Sexes. Dispositive werden komponiert, um die Eingriffe in seine Denk- und Seinsweise ohne Lärm, Zwang und Gewalt unbemerkt zu ermöglichen.

1.2 Polizei und Militär-Diplomatie als dispositive Regierungsensembles

Einen weiteren Gebrauch des Begriffs machte Foucault in seinen Vorlesungen *Sicherheit, Territorium, Bevölkerung* (Foucault [1978] 2006). In der Sitzung vom 22. März resümierte er die Entwicklung der gouvernementalen Vernunft in der abendländischen Geschichte, die am Ende des 16. und im Verlauf des 17. Jahrhunderts stattfand und die »eine bestimmte Weise des Denkens, des Rasonierens, des Berechnens veranlaßt hat« (a.a.O.: 415) – die Staatsräson. In diesem Denken wurde der Staat einerseits zum Verständnisprinzip des Wirklichen gemacht, d.h. »dass der Staat eine bestimmte Weise war, eine Reihe von Elementen, eine Reihe von schon bestehenden Institutionen in ihrem Wesen und ihren Beziehungen zu begreifen.« (Ebd.) Andererseits bildete er das strategische Ziel von aktiven Interventionen: »Der Staat ist dasjenige, was am Ende der Rationalisierung der Regierungskunst stehen soll. Es ist die Integrität des Staates, die Vollendung des Staates, die Verstärkung des Staates, seine Wiederherstellung, wenn er in Gefahr gebracht wurde oder wenn ihn eine Revolution gestürzt oder für eine gewisse Zeit seine Gewalt

2 Im Weiteren reflektiert Foucault die Verkettung und Verhäkelung des Dispositivs der Sexualität, d.h. der Ökonomie der Intensität und Lust, mit dem Dispositiv der Allianz, d.h. dem Gesetz und der Dimension des Juridischen (vgl. a.a.O.: 128ff).

und seine spezifischen Wirkungen lahmgelegt hat.« (a.a.O.: 416) Auf diese doppelte Weise, als Interpretationsprinzip der Wirklichkeit und als Ziel und Imperativ der Interventionen, hat sich eine Rationalisierung des Regierens in Form des Staates vollzogen, eben, »weil es einen Staat gibt und damit es einen Staat gibt.« (a.a.O.: 417)

Foucault richtete sich im Weiteren auf die konkrete politische Praxis und Umsetzung dieser Staatsräson und wies auf eine wesentliche Entwicklung hin. Die Staaten vergrößern sich nach außen und stehen dem anderen nicht mehr als Rivalen gegenüber, sondern befinden »sich miteinander in einem Feld der Konkurrenz.« (a.a.O.: 420) Anders als bis dato, wo die Beziehungen zwischen den Staaten durch das Prisma der Rivalität zwischen den Fürsten und Dynastien betrachtet wurden, gilt ab nun das Denken im Begriff der Konkurrenz.³ Mit dieser grundlegenden Verschiebung tritt laut Foucault ein neues Merkmal der politischen Vernunft des Abendlandes hervor, nämlich die Bedeutung der Kraft. So handelt es sich ab einer gewissen Zeit

»nicht mehr um die Vergrößerung der Territorien, sondern um das Wachstum der Kräfte des Staates; es geht nicht mehr um die Ausweitung der Besitztümer oder der ehelichen Bündnisse, sondern um die Steigerung der Kräfte des Staates; es geht nicht mehr um die Kombination der Erbschaften durch dynastische Allianzen, sondern um die Zusammensetzung staatlicher Kräfte bei den politischen und vorläufigen Bündnissen: all das wird nun der Rohstoff, das Ziel und zugleich das Prinzip des Verständnisses der politischen Vernunft.« (a.a.O.: 428)

Somit steht auf einmal die Politik vor dem Problem, wie die Kräfte des Staates berechnet und gebraucht werden könnten und sollten. Das wirkliche Problem ist damit »nicht sosehr oder allein die Erhaltung des Staates in einer allgemeinen Ordnung, sondern die Erhaltung eines bestimmten Kräfteverhältnisses, die Erhaltung, die Unterhaltung oder Entwicklung einer Kräftedynamik.« (a.a.O.: 429) Und für diesen Zweck haben »die abendländischen Gesellschaften zwei große Ensembles bereitgestellt [...], die sich nur im Ausgang von hier, von dieser Rationalisierung der Kräfte, verstehen lassen. Diese beiden großen Ensembles, [...], sind natürlich einerseits ein diplomatisch-militärisches Dispositiv und andererseits das Dispositiv der Polizei im Sinne, den dieser Begriff zu jener Zeit hatte.« (Ebd.) Ihre Aufgabe war, die Kräfteverhältnisse aufrechtzuerhalten und »das Anwachsen jeder dieser Kräfte, ohne daß das Ganze auseinanderbricht« (ebd.) zu gewährleisten, womit ein allgemeiner Sicherheitsmechanismus stabilisiert werden sollte (vgl. a.a.O.: 430).

Das Dispositiv in diesem Sinne entspricht also zwei großen sicherheitsstabilisierenden Ensembles – dem diplomatisch-militärischen und dem polizeilichen

3 Foucault weist darauf hin, dass dieser Wandel sehr brüchig, diskontinuierlich und von ihm nur als eine Karikatur aufgefasst werden kann (vgl. Foucault [1978] 2006: 427).

Ensemble. Die Besonderheit des ersten bestand in der Sicherung des europäischen Gleichgewichts, die Aufgabe des zweiten in der Sicherung der innerstaatlichen Ordnung. Das Ziel des diplomatisch-militärischen Dispositivs richtete sich demnach auf die Vergrößerung der Kräfte eines jeden Staates Europas, »ohne daß die Vergrößerung seiner Kräfte die Ursache des Ruins für die anderen oder für ihn selbst wird.« (a.a.O.: 434) Das Ziel der Polizei bestand darin, die Kräfte des Staates für die Aufrechterhaltung seiner Ordnung »richtig zu gebrauchen.« (a.a.O.: 452) Beide Regierungsensembles verbinden also die Makro- und die Mikroebene der Machtausübung. So wie das Militär die Möglichkeiten des Menschen, seine Kräfte, Fähigkeiten, sein Leben selbst für die Zwecke der Aufrechterhaltung des Staates und des ganzen abendländischen Gleichgewichts ansetzen konnte, so war auch die Polizei darum bemüht, »die Tätigkeit der Menschen, insofern diese Tätigkeit ein ausschlaggebendes Element in der Entwicklung der Kräfte des Staates darstellt« (a.a.O.: 464) zu kontrollieren und für diese die Verantwortung zu übernehmen. Mit dem Dispositiv als einem Regierungsensemble lässt sich also »eine Analyse in Begriffen von Mikromächten ohne Schwierigkeit mit der Analyse von Problemen wie dem der Regierung und des Staates verknüpfen.« (a.a.O.: 514)

1.3 Dispositiv als Strategie von Kräfteverhältnissen

Eine analytische Verschärfung des Dispositivs hat Foucault in dem Gespräch mit den Angehörigen des *Département de Psychanalyse* der Universität Paris VIII in Vincennes geleistet (vgl. Foucault [1977] 1978c). In diesem Gespräch wurde er aufgefordert, den Begriff des Dispositivs näher zu erläutern. Dazu hat er drei Aspekte seines Verständnisses dieses Begriffs angeboten:

- So hat er darunter, zum einen, »ein entschieden heterogenes Ensemble, das Diskurse, Institutionen, architekturelle Einrichtungen, reglementierende Entscheidungen, Gesetze, administrative Maßnahmen, wissenschaftliche Aussagen, philosophische, moralische oder philanthropische Lehrsätze, kurz: Gesagtes ebensowohl wie Ungesagtes« verstanden (a.a.O.: 119f).
- Zum anderen hat er betont, dass er mit diesem Begriff gleichzeitig die Natur der Verbindung verdeutlichen wollte, die sich »zwischen diesen heterogenen Elementen [...] herstellen kann. So kann dieser oder jener Diskurs bald als Programm einer Institution erscheinen, bald im Gegenteil als ein Element, das es erlaubt, eine Praktik zu rechtfertigen und zu maskieren, die ihrerseits stumm bleibt, oder es kann auch als sekundäre Reinterpretation dieser Praktik funktionieren, ihr Zugang zu einem neuen Feld der Rationalität verschaffen. Kurz gesagt gibt es zwischen diesen Elementen, ob diskursiv oder nicht, ein Spiel von Positionswechseln und Funktionsveränderungen, die ihrerseits wiederum sehr unterschiedlich sein können.« (a.a.O.: 120)

- Schließlich hat Foucault das Dispositiv als eine Formation gedeutet, »deren Hauptfunktion zu einem gegebenen historischen Zeitpunkt darin bestanden hat, auf einen Notstand (*urgence*) zu antworten.« (Ebd.) Dem Dispositiv unterliegt eine strategische Zielsetzung, d.h. »dass es sich dabei um eine bestimmte Manipulation von Kräfteverhältnissen handelt, um ein rationelles und abgestimmtes Eingreifen in diese Kräfteverhältnisse, sei es, um sie in diese oder jene Richtung auszubauen, sei es, um sie zu blockieren oder zu stabilisieren oder auch nutzbar zu machen usw.« (a.a.O.: 123)

Wird ein näherer Blick auf diese strategische Funktion geworfen, so sieht Foucault in dem Dispositiv den Ort eines doppelten Prozesses: »Prozess einerseits einer funktionellen Überdeterminierung, sofern nämlich jede positive oder negative, gewollte oder ungewollte Wirkung in Einklang oder Widerspruch mit den anderen treten muss und eine Wiederaufnahme, eine Readjustierung der heterogenen Elemente, die hier und da auftauchen, verlangt. Prozess einer ständigen strategischen Wiederauffüllung andererseits.« (a.a.O.: 121)⁴ Für den analytischen Vorgang bedeutet dies, sich nicht nur auf die diskursiven Elemente, die eine strategische Zielsetzung anleiten, zu konzentrieren, sondern die heterogenen, auch nicht-diskursiven Elemente in die Analyse miteinzubeziehen: »Um sagen zu können: dies ist ein Dispositiv, suche ich danach, welches die Elemente gewesen sind, die in eine Rationalität, eine gegebene Übereinkunft eingegangen sind.« (a.a.O.: 124) Und dort wo die Elemente, sei es diskursiver oder nicht-diskursiver Natur, einen konstitutiven Teil der strategischen Rationalität bilden, knüpft die Analyse der Wissensregime an die Analyse der Machtbeziehungen an. Denn das Dispositiv ist »immer in ein Spiel der Macht eingeschrieben, immer aber auch an eine Begrenzung oder besser gesagt: an Grenzen des Wissens gebunden, die daraus hervorgehen, es gleichwohl aber auch bedingen. Eben das ist das Dispositiv: Strategien von Kräfteverhältnissen, die Typen von Wissen stützen und von diesen gestützt werden.« (a.a.O.: 123) Diese Strategie von Kräfteverhältnissen ist es, die am Ende und im Mittelpunkt der Analyse steht. Wohl am deutlichsten hat Foucault eine solche Strategie am Beispiel des militärischen Dispositivs veranschaulicht. Die Einrichtung eines militärischen Dispositivs umfasst, so Foucault, erstens,

4 Foucault demonstrierte diese Entwicklung anhand der Entstehung eines Milieus der Delinquenz. Als ein Effekt der Inhaftierung, die als das wirksamste Mittel gegen die (zuvor problematisierte) Kriminalität verstanden wurde, hat sich ein Milieu der Delinquenz in Gestalt des Gefängnisses und aller Prozesse, die dort stattfinden, konstituiert (Überdeterminierung). Einen weiteren Effekt produzierte die Strategie der Inhaftierung durch die positive Ausnutzung des Milieus der Delinquenz zu politischen oder ökonomischen Zwecken. Als Beispiel nennt hier Foucault die Verwirtschaftlichung der Prostitution (Wiederauffüllung) (vgl. Foucault [1977] 1978c: 121f).

»eine Professionalisierung der Männer des Krieges [...], die Bildung eines Waffenarsenals; zweitens eine ständige bewaffnete Struktur, die in der Lage ist, als Rahmen für besondere Rekrutierungen in Kriegszeiten zu dienen; drittens eine Ausstattung an Festungen und Transportmitteln; viertens schließlich ein Wissen, eine taktische Reflexion, Typen von Manövern, Schemata von Angriff und Verteidigung, kurz eine ganze eigentümliche und eigenständige Reflexion auf militärische Angelegenheiten und mögliche Kriege.« (Foucault [1978] 2006: 441)

Die Analyse eines Dispositivs ähnelt somit einer Analyse der Taktiken und Strategien, die die widerstehende Kriegspartei überblicken muss, um sich erfolgreich verteidigen, den Krieg sabotieren oder mit List und Tücke gewinnen zu können.

2 Wissenschaftliche Rezeption Foucaults Dispositivbegriffs

Die Dispositivanalyse wurde im Vergleich zu anderen analytischen Instrumenten Foucaults deutlich beschränkter rezipiert. Dem liegt einerseits die Tatsache zugrunde, dass Foucault seinen Begriff keineswegs als ein methodisches Werkzeug beschrieben hatte, sondern mit ihm einen geschichtlichen Blick auf konkrete Regierungsverhältnisse ermöglichen wollte; sei es auf die Entstehung der Staatsräson mit den Dispositiven *Diplomatie-Militär* und *Polizei*, sei es auf die Entwicklung des Sexualitätsdispositivs oder des Dispositivs der Delinquenz, die als Machteffekte die Schattenseiten und Wirkungsmechanismen von problematisierten gesellschaftlichen Feldern – der Sicherheit, der Sexualität, der Kriminalität – widerspiegelt haben.

Andererseits sorgte eine nie endgültige und nie klar zu dechiffrierende Zahl an Dispositiv-Elementen – Foucault favorisierte den Termin *Ensembles* – für eine Art wissenschaftliche Aversion gegenüber dem Begriff des Dispositivs, seiner Relevanz und seiner möglichen Anwendung. Denn der analytische Ausgang konnte und kann nie vorhergesehen werden, da das Dispositiv ein zeitlich und räumlich nicht abzugrenzendes Netz zwischen seinen Elementen herstellt und eine fortdauernde Entwicklung mit der »Prävalenz einer strategischen Zielsetzung« bildet (Foucault [1977] 1978c: 121; vgl. auch Gille 2013: 75). Mit der Dispositivanalyse eröffnet sich also ein risikoreiches Unternehmen mit nicht vorher definierbaren analytischen Vorkehrungen, und deswegen kann eher von einem Forschungsstil, als von einer Forschungsmethode gesprochen werden (vgl. Bührmann & Schneider 2012). Nichtsdestotrotz erfährt in den letzten Jahren seine Anwendung ein wachsendes Interesse.⁵ Um den Forschungsstil der Dispositivanalyse illustrieren und auf die eigene

5 Für die deutschsprachige Rezeption siehe z.B. Jäger 2004, 2011, 2015; Ziai 2005; Link 2007; Junge 2008; Bührmann & Schneider 2008; Mautz 2012; Caborn-Wengler et al. 2013; Wagner 2013; Paulus 2015; Diaz-Bone & Hartz 2017 u.a. Daneben erfährt die dispositivanalytische

Dispositiv-Bestimmung hinausgehen zu können, werden nun einige Aspekte des Dispositivs, wie sie in der Dispositivforschung herausgearbeitet werden, reflektiert.

2.1 Wirkungsweise der Dispositive

Der Dispositiv-Begriff wird insbesondere in der interdisziplinären Diskursforschung aufgenommen. Dort wird zuerst seine Mehrdeutigkeit thematisiert. So ist das Dispositiv zuerst »ein Sachverhalt, der für spezifische Zwecke eingesetzt werden kann, der zur Verfügung steht. Ein Dispositiv ist hier allgemein ein Instrument, ein Werkzeug oder ein Apparat.« (Diaz-Bone & Hartz 2017: 5) Gleichzeitig sind Dispositive im Plural »formierende, beeinflussende, gestaltende und so konstruierende Formationen, die daher ihre Wirkmächtigkeit in der materiellen und immateriellen Mitkonstruktion der Sachverhalte haben, auf die sie »zugreifen.« (a.a.O.: 6 [Herv. i. O.]) Dieser auf den ersten Blick konfuse Definition unterliegt die semantische Abstammung des Begriffs selbst. Denn seine Bedeutung ist »im Französischen noch reichhaltiger, da das französische Wort »dispositif« auch die »Maßnahme«, das »System« oder die »Mittel« bezeichnen kann. Alle diese weiteren Bezeichnungen haben gemeinsam, dass sie auch auf eine der Formierung und Anwendung unterliegende Absicht, Intentionalität, Planung oder Strategie verweisen.« (a.a.O.: 5 [Herv. i. O.]) Daher wird die Verbindung *Sachverhalt-Formation* in dem Begriff des Dispositivs möglich.⁶

Des Weiteren werden die Dispositive analytisch als Erweiterung der Diskurse betrachtet, weshalb es erforderlich ist, »ihre Erklärungsleistung im Rahmen einer nicht allein dispositivanalytischen Erklärung zu entwickeln, sondern regelmäßig in einer diskursanalytischen »und« (!) dispositivanalytischen Untersuchungsanlage (Jäger & Jäger 2007; Jäger 2015).« (a.a.O.: 9 [Herv. i. O.]) Dispositive stellen indessen die Möglichkeit dar, die Objekte gleichwie die »Steigerungen von Diskurseffekten – wie die diskursive Anrufung von Subjekten und die Subjektivierungen – oder die Wechselwirkungen von diskursiven Praktiken und Dispositiven« (a.a.O.: 7) in die Analyse miteinzubeziehen. Dispositive sind also »nie als alleinige und selbstständige Analysen denkbar« (a.a.O.: 8), sondern sind als abgeleitete Realitäten bzw. Realitäten zweiter Art »einmal selbst Formationen, also mit aus vorgängigen Elementen organisierte, neue Realitäten, dann sind sie mit Absicht, Intention und unter strategischen Gesichtspunkten formiert worden und zuletzt sind sie wandelbar und

Methode eine wachsende Resonanz auch in den Kultur- und Sozialwissenschaften (vgl. Carstensen 2019), in der Literaturwissenschaft (vgl. Vomhof 2017) oder in der Kunstgeschichte (vgl. Frohne/Haberer/Urban 2019).

6 Für die alltagssprachlichen Konnotationen der französischen Begriffe *dispositif* und *dispositifion* siehe Link 2007: 219f.

für andere Zwecke nutzbar, ›umnutzbar‹ und anders verwendbar (und eventuell aus Sicht ihrer ursprünglichen Formierenden gar ›missbrauchbar‹).« (ebd. [Herv. i. O.]

Was daraus folgt, ist, dass ihre Untersuchung nur dann erfolgreich sein kann, »wenn man die Prozesse ihrer Formierung und ihre strategischen Effekte als Phänomene für ihre Identifizierung heranzieht und man so das Fungieren ›als‹ Dispositiv für eine Macht ausübende Instanz erschließen kann.« (a.a.O.: 9 [Herv. i. O.]) Eine sodann entstandene Multiperspektivität kann einerseits analytisch erfassen, »(a) wie und ob strategische Intentionen tatsächlich Wirkungen erzielen, (b) wie und ob Widerständigkeiten gegenüber Dispositiven mobilisiert werden sowie auch (c) wie und ob Dispositive von anderen (als ihren ursprünglich Formierenden) für andere (als die ursprünglich intendierten) Zwecke eingesetzt werden.« (Ebd.) Andererseits kann das Dispositiv als eine »›Instanz‹ des Diskurses« (Keller 2007: 45 zit.n. Diaz-Bone & Hartz 2017: 17 [Herv. i. O.]) die wechselseitigen Machtwirkungen »zwischen Diskursen und Praxisfeldern« (Diaz-Bone & Hartz, 2017: 17) verdeutlichen und »die Infrastruktur der Diskursproduktion und Problembearbeitung« (ebd.) berücksichtigen. Das Dispositiv vermittelt also die »Verhältnisse, Relationen und Abhängigkeiten« (Truschkat 2017: 134), welche sich zwischen einem rationalisierten Diskurs und einer eingeleiteten Praxis abspielen (vgl. a.a.O.: 140).⁷

Schließlich, in Anlehnung an Gilles Deleuze, ließe sich metaphorisch »zwischen dem Dispositiv als ›einer Art abstrakten Maschine‹ und den ›konkreten Maschinen‹, die jene verbindet« unterscheiden (Eugster 2013: 57 [Herv. i. O.]). Unter den konkreten Maschinen werden Mikro-Dispositive verstanden, d.h. »Kleinelemente wie z.B. Gebäude, Räume, Geräte und Praktiken.« (Ebd.) Doch überdies handelt es sich nicht nur um Teile einer größeren, »strategisch kohärenten ›abstrakten Maschine‹« (a.a.O.: 58 [Herv. i. O.]), sondern darunter könnten auch »disparate Teile ›einer diffusen, heterogenen Mannigfaltigkeit‹ (Deleuze 1996: 15)« verstanden werden, die sich »losgelöst von einem bestimmten Dispositiv-Zusammenhang« betrachten lassen (ebd. [Herv. i. O.]). So kann ein einzelnes Mikro-Dispositiv »sowohl mehreren Dispositiven angehören als auch seine Verbindung zu Dispositiven verlieren. Durch Umnutzungen können Mikro-Dispositive neu eingebunden werden und so gänzlich neuen Strategien dienen.« (Ebd.)

Mit einer solch erweiterten Perspektive werden die jeweiligen Teile eines Dispositivs nicht an *ein* Dispositiv festgebunden, sondern können *mehreren* Dispositiven anhängen, diese bewirken, sich splintern, auf Zeit nicht aktiv sein, sedimentieren, wiederaufgenommen werden usw. »Eine solche Perspektive achtet zunächst

7 Inga Truschkat weist außerdem auf die Unterscheidung zwischen einer eher politikwissenschaftlichen, auf Macht orientierten Anwendung des Dispositivs, und einer eher sozialwissenschaftlichen, auf wirkungsvolle Effekte ausgerichteten Dispositiv-Forschung (vgl. Truschkat 2017: 133f).

darauf, welche Effekte die untersuchten Mikro-Dispositive bewirken, mit welchen diskursiven Codierungen sie in der zeitgenössischen Rezeption verknüpft werden und mit welchen anderen Mikro-Dispositiven und Diskursen sie allenfalls ein größeres dispositives Gefüge bilden.« (Ebd.) Sie werden indes analytisch nicht danach befragt, »welche Rolle sie in ›einem‹ Dispositiv haben, sondern mit welchen Dispositiven und Diskursen sie insgesamt eine Verkopplung eingehen.« (ebd. [Herv. i. O.]

2.2 Dispositiv in Wissens- und Machtkonstellation

Für die Diskursforschung spielt der Begriff des Dispositivs insofern eine bedeutende Rolle, als er die Diskursanalyse um weitere Elemente erweitern kann. Da beide Konzepte, der Diskurs und das Dispositiv »in hohem Maße übereinstimmen« (Jäger 2015: 76), kann das Dispositiv als ein *prozessierender Zusammenhang von Wissen* und gleichzeitig als eine *Verfügungs-Macht* analysiert werden.

2.2.1 Dispositiv in Wissenskonstellation

Als ein prozessierender Zusammenhang von Wissen ist das Dispositiv in drei Elementen des Sprechens/Denkens, des Handelns/Tuns und des materialisierten/vergegenständlichten Wissens zu analysieren: »Es geht also um einen Zusammenhang sprachlich performierter Diskurse (= Sprechen und Denken auf der Grundlage von ›Wissen‹), nicht-sprachlich performierter Diskurse (= Handeln auf der Grundlage von ›Wissen‹) und Sichtbarkeiten bzw. Vergegenständlichungen (als Resultate von Handeln auf der Grundlage von ›Wissen‹).« (a.a.O.: 113 [Herv. i. O.]) Im Fall der Dispositivanalyse müssen also drei Diskurs-Komponente – Sprach-Diskurse, Handlungs-Diskurse und Gegenständlichkeits-Diskurse – an ihr zugrundeliegendes (diskursives) Wissen rekonstruiert werden. Das Wissen kann in der Sprache zirkulieren ebenso wie in den Handlungen oder Gegenständen geäußert werden. Und gerade diese Vielgestaltigkeit des Wissens kann mit dem Konzept des Dispositivs besser erfasst werden (vgl. ebd.).

Zur Rekonstruktion dieser Äußerungen eignen sich »akribische Beobachtungen von Handlungen, die mit dem zu untersuchenden Gegenstand verbunden sind« (a.a.O.: 114) aber auch die Ermittlung des Wissens, das über sprachlich-performierte Diskurse zirkuliert, »also durch diverse Medien, Interviews mit den beteiligten Personen und mit Experten u. ä.« (a.a.O.: 115) Der nächste Schritt in der Dispositivanalyse besteht in dem Rekonstruieren und Feststellen der Beziehungen, die sich zwischen den jeweiligen Komponenten herausbilden: »In welcher Beziehung steht Handlungswissen, sprachlich performiertes Wissen und gegenständlich performiertes Wissen? [...] [W]ie kommunizieren diese drei Komponenten miteinander?« (ebd.) Analytisch gilt es deshalb, diese Beziehungen möglichst konkret zu rekonstruieren und ein Analyseraster zu entwickeln,

»mit dem alle drei Komponenten daraufhin befragt werden können, inwiefern sie auch Verweise auf die sonstigen Komponenten enthalten. Solche Verweise werden gebündelt und den jeweiligen anderen Komponenten zugeordnet.« (Ebd.) Währenddessen müssen laut Jäger zwei methodologische Entwicklungen im Blick behalten werden. Zum einen ist das Dispositiv ein umkämpftes Feld, auf dem viele diskursive Kämpfer um die Vorherrschaft ringen. Andererseits ist es gleichzeitig eine Entwicklung *per se*, ein Konglomerat, das seine eigene innere Richtung und Strategie (auch des Widerstands) verfolgt. Illustrieren ließe sich ein solches Dispositiv am Beispiel des Krankenhauses. Dieses ist einerseits

»ein diskursives Kampffeld, andererseits ist es aber auch ein Widerlager mit einer eigenen, ihm inhärenten Strategie, sich gegen solche Entwicklungen zu wehren: Das Dispositiv lässt sich nicht einfach ummodellieren; sein Sosein sperrt sich gegen Veränderungsversuche, die möglicherweise seine eigene Struktur und Funktion verändern oder sogar in Frage stellen. Wir haben es also einerseits mit Strategien der Kämpfenden zu tun, andererseits aber auch mit der Strategie des Krankenhaus-Dispositivs als solcher.« (a.a.O.: 116)

Beim Dispositiv handelt es sich also um eine unvorhersehbare (vgl. Rabinow 2004 zit. n. Mautz 2012: 162) und nicht vorher durchdachte Strategie, um eine Art von Konstellationen, die zwar »der Macht« dienlich sein können, aber deren »Organisation« nicht geplant war.« (Diaz-Bone 2006: 80 [Herv. i. O.]) Daher entstehen bei der Analyse mehrere Gefahren. Die eine Gefahr liegt darin,

»dass alles Mögliche als »Dispositiv« erscheinen kann, solange man das Dispositivkonzept nicht in eine umfassendere theoretische Perspektive sowie in ein angemessenes Forschungsdesign einbettet, die zusammen erst klären, warum etwas überhaupt als Dispositiv (in welcher Konstellation, für was, für wen und wozu) fungiert bzw. fungieren kann. Eine weitere Gefahr besteht darin, einfach von vermeintlich gegebenen Dispositiven auszugehen, so als ob man sie einfach »vorfinden« könne und als ob sie dauerhaft beständig, für alle sichtbar und so auch vorab identifizierbar seien. Wenn man Dispositive von ihrer (strategischen) Wirkung her denkt, dann sind unbeständige Prozesse oder flüchtige Konstellationen genauso als Dispositive denkbar. Zudem ist es möglich, dass man überhaupt erst vom Effekt oder der Wirkung auf das Vorhandensein eines Dispositivs schließen kann, welches vorab nicht erkennbar war.« (Diaz-Bone & Hartz 2017: 20 [Herv. i. O.]

Über dies hinaus muss für eine umfassende und vollständige Analyse der Kontext der Entwicklung des Dispositivs, d.h. seine (Vor-)Geschichte, gesellschaftstheore-

tische Einbettung, Spezifika der Politik, des Landes, der Interessengruppen usw. berücksichtigt werden (vgl. Jäger 2015: 116).⁸

2.2.2 Dispositiv in Machtkonstellation

Außerdem lässt sich Dispositiv nicht nur als eine Wissens-, sondern auch als eine Machtformation analytisch untersuchen. So existiert das Dispositiv als eine »Verfügungs-Macht« mittels eines Fächers oder einer »Klaviatur« quasi instrumenteller Optionen.« (Link 2007: 220 [Herv. i. O.]) Das damit einhergehende Problem, das weder Foucault selbst noch die darauffolgenden Untersuchungen gelöst bzw. gestellt haben, besteht laut Link in dem Verhältnis zwischen der disponierten und der disponierenden Subjektivität (vgl. ebd.). Die Macht oder die Verfügungs-Macht kann nur zwischen zwei Polen entstehen, demjenigen, der über sie verfügt, und demjenigen, über dem sie ausgeübt wird. Es handelt sich um eine Opposition »zwischen einem »objektiven« instrumentellen Topik-Pol und einem »subjektiven« Verfügungspol [...]. Mit Subjekt-Pol ist dabei die Subjektivität des »Disponierenden« gemeint, d.h. des Verfügenden über das Dispositiv, des Strategen, des Mächtigen. Diese Subjektivität des Herren ist nun in den bisherigen Rekonstruktionen eigenartigerweise ausgespart zugunsten der alleinigen Subjektivität des Knechtes, konkret des Filmzuschauers im dunklen Saal, des Manipulierten, militärisch gesprochen des Soldaten.« (ebd. [Herv. i. O.]) Wie Link weiter in Anlehnung an Jean-Louis Baudry zeigt, sind jedoch beide Pole immerhin Teile des Ensembles, aus dem die Dispositive gebildet werden. Auch sie, diejenigen, die über die Strategie disponieren, »beherrschen keineswegs ihre Dispositive, auch sie sind genau genommen bloße Elemente, »Relays« der Dispositive.« (a.a.O.: 220f [Herv. i. O.]) Die disponierten Subjektivitäten bilden hingegen »integrierende Elemente der instrumentellen Topik, über die die Klaviatur von Optionen der disponierenden Subjekte verfügen kann. Der Unterschied zwischen den disponierenden und den disponierten Subjekten, die beide im Dispositiv funktionieren, liegt genau darin, dass die letztgenannten keinen Zugang zur »Klaviatur« haben.« (a.a.O.: 224 [Herv. i. O.]) Damit geht selbstverständlich die Frage einher, wie genau »Resistenz und Machtumsturz mittels der Dispositive« funktionieren (können) (a.a.O.: 234). Für Link geschehen der Machtumsturz und die mögliche Resistenz durch »das Spiel entgegengesetzter diskursiver Positionen« (a.a.O.: 236), das durch die Interdiskurse⁹ eröffnet wird.

8 Für weitere dispositivanalytische Schritte anhand einer erweiterten Diskursanalyse siehe Jäger 2015: 118ff.

9 Die Interdiskurse werden nach Link als eine Kombination von Spezial- und Elementardiskursen generiert, und zwar so, »dass Verständlichkeit für eine allgemeingebildete Öffentlichkeit zustande kommt.« (Link 2006: 19) Das, was in den Spezialdiskursen (naturwissenschaftlichen, human- und sozialwissenschaftlichen, kultur- und geisteswissenschaftlichen Diskursen *und* ihren Praktiken) ausgehandelt und am Wissen generiert wird, gliedert sich »abwärts vertikal« in hierarchische Stufen (mit Anschluss an die »vertikale«, stratifikatorische Achse).

Interdiskurse bilden diskurstheoretisch die Schnittstelle zwischen den (wissensgenerierenden) Spezialdiskursen und den (hegemonierten) Elementardiskursen. An dieser Schnittstelle werden die komplexen dispositiven Ensembles reduziert und subjektbezogen, sodass im Endeffekt die (Macht-)Verhältnisse kristallisiert und analytisch ersichtlich werden, wie z.B. die Verhältnisse zwischen Ärzten und Patienten, Polizisten und Kriminellen, Arbeitgebern und Arbeitnehmern usw. Erst dann leuchtet es im Hinblick auf die Möglichkeiten der Resistenz ein, »dass die Umwertung einer diskursiven Position auch die Umdrehung der Rollenverteilung zwischen disponierender und disponierter Subjektivität generieren kann: Dann werden im Extremfall Klienten zu Therapeuten, Arbeiter zu Ingenieuren, Laien zu Experten und Weiber zu Hyänen, d.h. zu revolutionären Politikerinnen.« (Ebd.)¹⁰

Die diskursanalytischen Anwendungen von Foucaults Dispositivbegriff liefern zahlreiche Hinweise für die Schärfung des Forschungsstils, mit dem die folgende Untersuchung an das Problem der Prävention psychischer Störungen, wie des Burnout-Syndroms, herangeht. Eine noch konkretere Präzisierung dieses Forschungsstils findet sich in seiner machtkritischen Rezeption wieder.

2.3 Machtkritische Rezeption des Dispositivbegriffs

Auch in der politikwissenschaftlichen Forschung wird die Dispositivanalyse dazu angewendet, »die Beziehungen zwischen Diskursen, Institutionen und vielfältigen Praktiken daraufhin zu untersuchen, ob und wie sich diese heterogenen Elemente zu einer kohärenten strategischen Formation verbinden. Damit ist gemeint, dass durch diese Elemente und die Beziehungen zwischen diesen Elementen Machtbeziehungen konstituiert oder reorganisiert werden, so dass die Effekte als kohärente, wenn auch subjektlose Strategie betrachtet werden können.« (Ziaï 2005: 22) In Verbindung mit dem Konzept der Gouvernamentalität und mit Foucaults drei Kernelementen der Analyse, ließe sich das Dispositiv im Trias *Rationalität – Technologie – Subjektivierungsweise* weiter präzisieren. So wird analytisch gefragt,

»erstens nach den Begründungen und Zielsetzungen, nach den Rechtfertigungsordnungen und Plausibilisierungsstrategien. Zweitens richtet sich das Augenmerk auf die Technologien des Regierens, auf jene Verfahren also, mit denen planvoll auf das Handeln von Individuen oder Gruppen eingewirkt wird

Oben befindet sich in dieser »vertikalen« Dimension eine mehr »elaborierte« (»informierte«, »gebildete«, »intellektuelle«) Stufe und darunter eine mehr »elementare« (»alltägliche«, »populäre« usw.).« (Link 2007: 232 [Herv. i. O.]) Die horizontale Achse bildet die Spezialdiskurse – die Wissensteilung – ab, die vertikale Achse gibt demgegenüber die Elementardiskurse – die Machtverhältnisse – wieder (vgl. a.a.O.: 230ff, insb. Abb. 3 und 4).

¹⁰ Diese Art der Umwertung liegt im Herz Foucaults Verständnis von mobilen, reversiblen und instabilen Machtbeziehungen (vgl. Foucault [1984] 2005b: 890).

oder diese auf ihr eigenes Handeln einwirken. Drittens geht es schließlich um die Subjektivierungsweisen, die Art und Weise, wie die Programme des Regierens und Sich-selbst-Regierens die Individuen adressieren, um die ihnen eingeschriebenen Selbstbilder und Selbstformungspraktiken.« (Bröckling & Peter 2017: 289)

Tatsächlich, indem sich die Macht in Foucaults Analysen immer auf konkrete Subjektkonstellationen bezieht, ist auch das letztendliche Ziel des Dispositivs »das Verhalten von Individuen so zu regulieren, dass die Verhaltensweisen in einem relationalen Verhältnis zum Regulierten stehen. Folglich produziert das Dispositiv Subjektivierungen und reagiert bzw. antwortet auf Subjektivierungen.« (Paulus 2015)¹¹

Mit diesem »Blick auf Subjekte als ›Fluchtlinien‹ von Dispositiven« (Diaz-Bone & Hartz 2017: 14 [Herv. i. O.]) kristallisiert sich das machtkritische Verständnis vom Dispositiv heraus, und zwar als Mittel dafür, die Produktion von Subjektivierungsweisen erfahrbar machen zu können. Als diskursive Akteure sind die Subjekte nämlich direkt daran beteiligt, wie die Dispositive funktionieren (können), was wiederum die Analyse der Machtbeziehungen klarer werden lässt. Forschungspraktisch wird dann zwischen den Subjektformierungen unterschiedet, die das Wissen darüber enthalten, »wer der einzelne im Verhältnis zu anderen sein soll, welche Praktiken dabei zu verfolgen sind und welche Bewertungen damit einherzugehen haben« (Bührmann & Schneider 2012: 69), und Subjektivierungsweisen, die die über Dispositive produzierte und vermittelte Art und Weise darstellen, »wie sich Individuen im Verhältnis zu und im sozialen Austausch mit anderen bzw. mit der Welt selbst wahrnehmen, (leibhaftig) fühlen und in ihren verkörperten Praktiken mehr oder weniger habitualisiert präsentieren.« (a.a.O.: 60)

Die Dispositive funktionieren demnach als »sich institutionalisierende bzw. institutionelle Antworten auf bestimmte gesellschaftliche Problemlagen; sie reagieren auf und produzieren selbst gesellschaftlichen Wandel und zeitigen beabsichtigte, aber auch nicht beabsichtigte Wirkungen, Nebenfolgen innerhalb des gesamten Ensembles als Transformation von Machtbeziehungen und Herrschaftsstrukturen.« (a.a.O.: 93) Dafür müssen sie bestimmte Subjektmodi herstellen bzw. sich der bestehenden bedienen. Denn als Antworten auf gesellschaftliche Problemlagen organisieren sie die Machtverhältnisse und dienen in diesem Sinne als Regierungstechnologien. Demnach ließe sich auch das Dispositiv der Prävention als eine Regierungstechnologie begreifen und analytisch zugänglich machen. Die Operatio-

11 Stefan Paulus geht in Anlehnung an Foucault davon aus, dass das Dispositiv in der Zeit »zum Wahrnehmungs-, Denk-, Entscheidungs- und Handlungsschemata für Subjekte [wird]. Es bringt Subjekte hervor bzw. reguliert diese, indem die Einrichtungen durch die jeweiligen Regelsysteme stabilisierenden Einfluss auf das Verhalten von Individuen und Gemeinschaften haben (vgl. Foucault 1978).« (Paulus 2015)

nalisation der Analyse des Präventionsdispositivs wird im nächsten Teil verdeutlicht.

3 Operationalisierung der Dispositivanalyse

Werden nun die bisherigen Ausführungen zum Hintergrund des Dispositiv-Begriffs bei Michel Foucault sowie zu seiner späteren wissenschaftlichen Rezeption zusammengeführt, so ergeben sich daraus folgende Hinweise für die Untersuchung des Präventionsdispositivs.

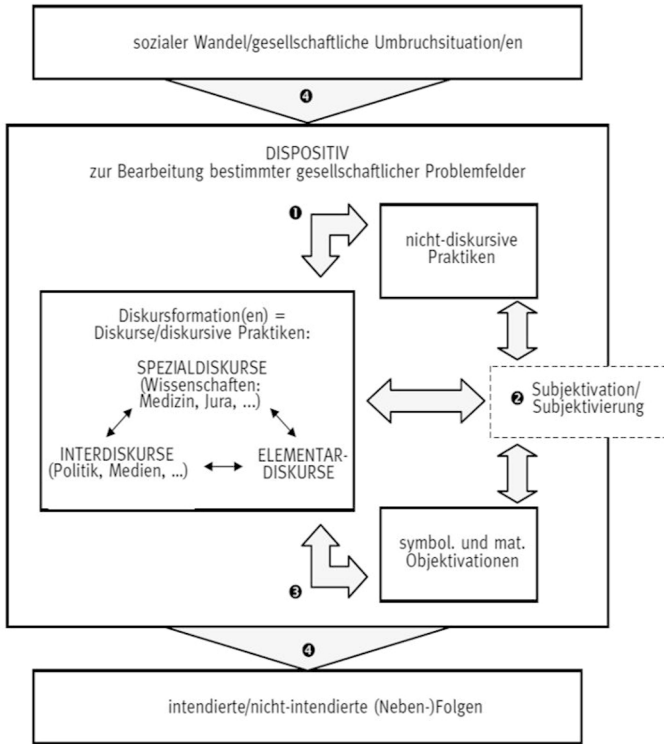
3.1 Analyseschritte

Die Analyse des Präventionsdispositivs besteht aus folgenden Schritten:

- Erstens besteht das Dispositiv der Prävention aus mehreren Elementen, und zwar – hier nach Bührmann und Schneider (2012) – den Diskursen, den nicht-diskursiven Praktiken, den Vergegenständlichungen und den Subjektivationen (s. Abb. 1).
- Zweitens bestehen zwischen diesen Elementen wechselseitige Beziehungen, d.h. dass die Elemente aufeinander verweisen und ein mehr oder weniger homogenes Ensemble bilden. Diese müssen entsprechend rekonstruiert bzw. während der Analysen verdeutlicht werden.
- Drittens, dieses dispositive Ensemble existiert nicht bloß in Raum und Zeit, sondern ist in komplexe Zusammenhänge und soziale Wandlungen eingebunden und hat auch dementsprechend unterschiedliche Wirkungen und (Neben-)Effekte. Die gesellschaftstheoretische Kontextualisierung des Präventionsdispositivs muss es daher in die gegenwärtigen Entwicklungen und gesellschaftlichen Wandlungen einbetten, damit es intelligibel und zugänglich wird.
- Viertens und in Bezug auf das Zentrum der Dispositivanalyse – der Diskursanalyse – stellt das Dispositiv der Prävention eine Erweiterung des Präventions-Diskurses in dem Sinne dar, als es nicht nur »das Nicht-Diskursive, das Gegenständliche, das (praktische) Tun als solches« pointiert (Bührmann & Schneider 2012: 93), sondern zu der Auseinandersetzung mit der Frage zwingt, »was aus diskursiv vermittelten Wissensordnungen inwieweit ›wirk-liche‹ (und insofern ›machtvolle‹) Effekte zeitigt, als dass es in seiner kollektiven wie individuellen Vermittlung im Selbst- wie Weltbezug handlungswirksam wird und dadurch (erst) auf jene Wissensordnungen rückwirken kann.« (ebd. [Herv. i. O.]) Eine solch erweiterte Analyse richtet sich dann auf die Ermittlung von Tatsachen, die diskursiv erzeugt wurden und

individuell wie kollektiv gelebt sind, d.h. das, was normal empfunden und gelebt wird, in seinem Wissens- und Machtregime zu zeigen.

Abbildung 1: Schritte der Dispositivanalyse



Quelle: Bührmann & Schneider 2012: 94

Wie aus der Lektüre von Foucaults Schriften hervorgeht, bilden die Dispositive ein bestimmtes Oberflächennetz, auf dem sich seine unterschiedlichen Elemente »in einigen großen Wissens- und Machtstrategien miteinander verketteten.« (Foucault [1976] 1977: 128) Diesen Strategien von Kräfteverhältnissen (vgl. Foucault [1977] 1978c: 123) unterliegt eine inhärente (strategische) Intention (vgl. Diaz-Bone & Hartz 2017: 9), die darüber entscheidet, wer die Verfügungs-Macht bzw. den Zugang zu den Führungsoptionen hat (vgl. Link 2007: 220).

Dabei entstehen Dispositive »weder zufällig, noch sind sie intentional oder von abstrakten, allgemeingültigen gesellschaftlichen Ursache-Wirkungs-Zusammenhängen bedingt, sondern sie antworten mit einer »strategischen Zielset-

zung« auf eine historisch spezifische Situation.« (Bührmann & Schneider 2012: 53 [Herv. i. O.]) Die Analyse solcher Strategien »ohne dahinter stehenden Strategen« (ebd.) soll die sichtbaren Kämpfe um Vorherrschaft um das erweitern, »was als Erfahrungs-Zusammenhang die Selbst-Verhältnisse von Subjekten und ihre Beziehungen untereinander als je historisch spezifische konstituiert und formiert« sichtbar macht (Foucault 1978: 132ff zit.n. Bührmann & Schneider 2012: 54). Und an der Stelle, wo die Kräfteverhältnisse in ihren Fluchtlinien, den sich zu sich selbst verhaltenden Subjekten (vgl. Diaz-Bone & Hartz 2017: 14) sichtbar werden, findet auch die Möglichkeit zum Widerstand und Machtumsturz statt (vgl. Link 2007: 236).

3.2 Widerstände im Dispositiv analysieren

Des Weiteren gilt es zu beachten, dass die dispositiven Führungsstrategien einen bereits vorkalkulierten Widerstand beinhalten und somit ihr eigenes inneres Leben entfalten, wie dies Siegfried Jäger am Beispiel des Krankenhauses verdeutlicht hat (vgl. Jäger 2015: 116). Gleichzeitig sperrt sich das Dispositiv gegen Veränderungen von außen und reagiert auf jede Bedrohung seines Verschwindens, wobei die Weisen seines Widerstands variieren können. Demnach ko-existieren im Dispositiv drei Weisen des Widerstands:

- ein vordefinierter, als möglich dargestellter Widerstand, z.B. *Die Patienten haben das Recht zur Klage*
- ein Widerstand, den das Dispositiv gegen seine eigene Auslöschung leistet, z.B. *Die Krankenpflege ist unhinterfragbar*
- und ein Widerstand, den die disponierten Subjekte, die den Zugang zur Bestimmung der Strategie des Dispositivs nicht haben, leisten (können), z.B. *Ich will mich nicht ›so‹ behandeln lassen.*

Diese drei Weisen des Widerstehens bilden drei unterschiedliche Analyseperspektiven. Die erste Perspektive untersucht die Dispositionen, die innerhalb eines Dispositivs jedem seiner Elemente zugeschrieben sind: was sagbar ist, was praktiziert werden darf und welche Instrumente dafür erlaubt werden. Die zweite Perspektive untersucht die Strategien, durch die sich das Dispositiv rechtfertigt und sich nicht in Frage stellen lassen möchte. Die dritte Perspektive fokussiert auf Inkonsistenzen, Störungen und Unterbrechungen, die die dispositive Strategie bei ihrer Anwendung erfährt: Patienten, die sich nicht nach der Anweisung verhalten, die nicht kooperieren (wollen), die schweigen. In allen drei Verfahren finden Widerstände statt, entweder in Form eines geregelten und institutionalisierten Prozesses, wo die Widerstandsmöglichkeiten von vorneherein bestimmt sind, oder als eine Verweigerung des Dispositivs, Gegenstand einer Problematisierung zu sein,

oder aber als Unbehagen der Subjekte mit dem Versuch um ihre (Fremd-)Führung. Die drei Optionen des Widerstands zeigen zugleich, wo die Macht ihre Wirkung entfaltet und werden daher zum Teil der machtkritischen Dispositivanalyse der Prävention.

3.3 Dispositivanalyse als Forschungsstil

Die Dispositivanalyse wird im Rahmen der vorliegenden Untersuchung weder als eine »standardisierte Vorgabe für eine notwendige Abfolge von Untersuchungsschritten oder -phasen« (Bührmann & Schneider 2012: 109) angewendet, noch als ein »bestimmtes (Datenerhebungs- oder Auswertungs-)Verfahren für die Analyse von diskursiven und nicht-diskursiven Praktiken, Subjektivationen und Vergegenständlichungen/Objektivationen.« (Ebd.) Vielmehr ist sie hier »als ein eigener Forschungsstil zu sehen« (ebd.), der auf den Grundlagen von Foucaults Überlegungen zu dispositiven Ordnungen beruht und die wissenschaftliche Erweiterung des Dispositiv-Begriffs und seine Analyseoptionen miteinbezieht. In dem folgenden empirischen Teil wird daher dieser Forschungsstil »durch die perspektivisch-programmatische Fokussierung von Forschungsfragen gekennzeichnet, die auf die Verhältnisbestimmungen zwischen Diskurs, Nicht-Diskurs, Subjektivation und Objektivation in Bezug auf sozialen Wandel zielen« (ebd.), um sich der machtkritischen Auseinandersetzung mit dem Präventionsdispositiv und seiner Wirkungen auf die Selbst-Verhältnisse der Burnout-Betroffenen zu widmen.

Gleichzeitig ist zu bemerken, dass das Dispositiv der Prävention nicht erschöpfend dargestellt werden kann. Seine Analyse richtet sich vielmehr darauf, seine Funktionsweise, seine Rationalität, gleichwie seine Macheffekte zu beschreiben. Demnach werden die jeweiligen Teile der Dispositivanalyse an konkreten Beispielen – Diskursen, Praktiken, Gegenständen – analysiert, die das Dispositiv sichtbar werden lassen. Ähnlich wie bei einer archäologischen Ausgrabung, wo die entdeckten Gegenstände schrittweise in Kontext und zueinander gesetzt werden, um eine Hypothese deuten, aber auch ändern, anpassen oder präzisieren zu können, werden auch die jeweiligen Elemente des Präventionsdispositivs auf ihren Zusammenhang und auf die Hypothese überprüft, ob das Präventionsdispositiv als neoliberale Regierungstechnologie auf die Notlage zunehmend erschöpfter Subjekte reagiert.

Empirischer Teil: Kritische Analyse des Präventionsdispositivs

Im Folgenden wird die Analyse des Präventionsdispositivs in sechs Teilen unternommen.

Im ersten Teil wird die Entwicklung des präventiven Diskurses auf drei Ebenen – des Spezialdiskurses, des Interdiskurses und des Elementardiskurses – analysiert. Alle drei diskursiven Ebenen verschränken sich miteinander und ermöglichen die Zirkulation des Wissens, das von spezialisierten zu alltäglichen Diskursen und umgekehrt fließt. Aus dieser Analyse ergeben sich dann zahlreiche Kenntnisse davon, wie sich das Wissen um präventive Maßnahmen in konkrete Praktiken, Subjektivationen und Gegenstände umsetzt. Für die Untersuchung dieses Teils wurden unterschiedliche Dokumente als Analysematerial herangezogen, die hier knapp präsentiert werden:

- Für die Untersuchung des Spezialdiskurses wurde zuerst eine Dokumentanalyse unternommen, mit dem Ziel, die rechtliche und öffentliche Verankerung des Arbeitsschutzes, und später der Prävention, von dem internationalen über das regionale bis hin zum nationalen Niveau zu verfolgen. Auf dem internationalen Niveau wurden die Dokumente der Internationalen Arbeitsorganisation (ILO), auf dem regionalen Niveau die Richtlinien und Verordnungen der Europäischen Gemeinschaft bzw. der Europäischen Kommission (EU) und auf dem nationalen Niveau die Empfehlungen der Gemeinsamen Deutschen Arbeitsschutzstrategie (GDA) sowie andere relevanten Informationsquellen (wie Gesetze, Newsletter, Flyers usw.) analysiert (N=50).
- Für die Untersuchung des Interdiskurses wurden die Diskurse um die Arbeitsverhältnisse als zentrale Materialquelle gewählt. Vor allem ging es darum, den Verlauf vom Spezialdiskurs in den Elementardiskurs abzubilden und die Phasen der Problematisierung präventiver Maßnahmen, ihrer konkreten Umsetzung und ihrer Simplifizierung bis in kleinste Details zu verfolgen. Dazu wurde Literatur zum Arbeitsschutz und zur betrieblichen Gefährdungsbeurteilung, sowie ausgewählte Ratgeberliteratur zur Prävention von Burnout-Syndrom analysiert (N=40).

- Für die Untersuchung des Elementardiskurses wurden die selbstverfassten bzw. von einer externen Person aufgenommenen Berichte von Burnout-Betroffenen als Basismaterial genutzt. Diese Selbsterfahrungsberichte wurden im Zeitraum von 2005 bis 2016 verfasst bzw. aufgenommen und sind entweder in Deutschland oder in deutschsprachigen Ländern entstanden (N=29).

Im zweiten Teil werden die nicht-diskursiven Praktiken beschrieben und analysiert. Ihre Analyse ist darin besonders, dass sie sich nicht als diskursiv-vermittelte Informationen vorfinden lassen, sondern auf verschiedene Weise rekonstruiert, beobachtet und akribisch beschrieben werden müssen. Deshalb hat sich die Analyse auf diejenigen Praktiken konzentriert, die in Bezug auf die Burnout-Prävention relevante Informationen liefern können und in veröffentlichten Dokumenten oder Materialien festzuhalten sind. Hier gilt es zu beachten, dass das Umsetzen der Burnout-Prävention in konkrete Praktiken und Verhaltensweisen dem Präventionsdiskurs folgt und also zeitlich später erscheint. Als Analysematerial wurden daher bestehende Praktiken der Krankheitsprävention, wie sie in dem betrieblichen Gesundheitsmanagement empfohlen sind, zusammen mit den individuellen Erfahrungen von Burnout-Betroffenen gewählt.

Im dritten Teil werden die materialisierten Formen des Präventionsdiskurses, d.h. Vergegenständlichungen und Objektivationen, analysiert. Für die Untersuchung dieses Teils wurde eine Kombination von zwei methodologischen Zugängen gewählt: der Artefaktenanalyse und der interpretativen Analyse. Die materialisierten Formen des Präventionsdiskurses wurden dann am Beispiel von Kleingeräten, speziell eingerichteten Büroräumen oder Konzepten einer heilenden Architektur beschrieben und in Bezug auf ihre diskursive Verbindung zur Prävention betrachtet.

Im vierten Teil werden die Subjektivationen bzw. Subjektivierungsweisen, die innerhalb des sich herausgebildeten Präventionsdispositivs entstehen, analysiert. Dabei wird eine analytische Trennung zwischen den Subjektformen und den Subjektivierungsweisen vorgenommen, wie auch die Trennung zwischen der disponierten und der disponierenden Subjektivität problematisiert. Schließlich werden in diesem Teil auch Widerstandspotentiale entworfen, die sich aus dem Vergleich der zwei Formen von Subjektivität ergeben.

Im fünften Teil wird das Präventionsdispositiv in einen gesellschaftstheoretischen Kontext gesetzt und anhand von fünf Themenfeldern – Demokratie, Arbeit, Gesundheit, Risiko, Sicherheit – diskutiert. Jedes der genannten Themenfelder umrahmt in bestimmter Weise die Entstehung und Fortsetzung des Präventionsdispositivs, sei es als eine Regierungstechnologie, als eine neoliberale Arbeitsorganisation, als eine biopolitische Technik, als ein Ergebnis der erhöhten Risikosensibilität oder als eine transformierte Version des Sicherheitsdispositivs.

Im abschließenden sechsten Teil werden die Verknüpfungen zwischen den Elementen des Präventionsdispositivs diskutiert. Wie sich die jeweiligen Elemente aufeinander beziehen, wird bereits aus den jeweiligen Zwischenteilen erkennbar. Daher werden in diesem Teil einige Verbindungen konkretisiert und veranschaulicht. Außerdem wird das Präventionsdispositiv auch auf seine möglichen intendierten wie nicht-intendierten Nebeneffekte hinterfragt.

Alle Teile beginnen mit einer kurzen Einleitung und erklären, wo notwendig, die gewählten theoretischen und methodologischen Zugänge. Nach dem Hauptteil folgt ein kurzes Zwischenfazit, das die gewonnenen Kenntnisse zusammenführt.

1 Diskurs

Der Diskurs bildet den zentralen Teil des Dispositivs. Indem er Wissen generiert, erzeugt er neue Problemlagen, die bearbeitet werden müssen und damit zu Regierungsgegenständen werden: »Der Diskurs als ganzer ist die regulierende Instanz; er formiert Bewußtsein.« (Jäger 2004: 130) Im Kern des Dispositivs befindet sich also seine Rationalität, d.h. seine bewusstseinsformierende Instanz. Deswegen beginnt die Dispositivanalyse mit der Untersuchung des Diskurses, der um die Prävention psychischer Störungen formiert wurde.

Um sich der Diskurs- und Wissensproduktion annähern zu können, hat sich die Analyse methodisch von der Vorgehensweise der kritischen Diskursanalyse, wie sie vom Jürgen Link und Siegfried Jäger entworfen wird (vgl. Link 2007; Jäger 2004, 2015), inspirieren lassen. Inspiriert in dem Maße, wo sie aus dem breiten Spektrum an Analyseverfahren die Kombination notwendiger Instrumente für den Zweck des Projekts ableiten konnte. Demnach spielt eine tragende Rolle für die folgenden Analysen die Aufteilung des Diskurses in Spezialdiskurs, Interdiskurs und Elementardiskurs, wie sie Jürgen Link vorgenommen hat (vgl. Link 2007: 231). Diese Aufteilung unternimmt Link auf der horizontalen und auf der vertikalen Achse. Auf die horizontale Achse, Achse der Spezialisierung, platziert er die speziellen Diskurse (und Praktiken). Auf der vertikalen Achse, Achse der Stratifikation, unterscheidet er dann zwischen den Inter- und Elementardiskursen. Der horizontale, spezielle Diskurs (Spezialdiskurs) generiert den vermittelnden Diskurs (Interdiskurs), welcher sich dann weiter vom mehr elaborierten (informierten, gebildeten) zum mehr elementaren (alltäglichen, populären) Diskurs (Elementardiskurs) stratifiziert (vgl. a.a.O.: 232f). Die Unterscheidung in drei diskursive Elemente ermöglicht einen genaueren Blick auf die Entstehung der Prävention als eines gesellschaftlichen Problemfeldes.

1.1 Spezialdiskurs

Mit dem Terminus *Spezialdiskurs* wird zunächst eine diskursive Sphäre bezeichnet, in der ein disziplinspezifisches, wissenschaftliches Wissen produziert wird (vgl. Schneider 2015: 33). Andererseits ließe sich mit diesem Begriff auch diejenige Sphäre bezeichnen, die ein spezielles Wissen um bestimmte Themen enthält. Im Fall der Prävention von psychischen Störungen fungiert als solcher Ort die Sphäre der Arbeitsverhältnisse. Das Burnout-Syndrom als psychische Störung wurde zum ersten Mal im Zusammenhang mit überhöhter Arbeitsleistung identifiziert (vgl. Freudberger 1974). Demnach hat auch die Regulation der Arbeitsverhältnisse in Form von Gesetzen, Dokumenten, Richtlinien oder Empfehlungen einen ganzen Wissensbereich rund um die Prävention physischer und später auch psychischer Störungen kreiert, der analytisch als Spezialdiskurs bezeichnet werden kann.

Bei der Analyse des präventiven Spezialdiskurses werden daher zuerst die Beschlüsse der Internationalen Arbeitsorganisation (ILO) zum Arbeitsschutz diskutiert.¹ Als nächstes erfolgt die Analyse diskursiver Entwicklungen in den Europäischen Gemeinschaften bzw. der Europäischen Union (vor allem die Gründung der EU-OSHA und des ENWHP). Als letztes wird die deutsche Präventionsstrategie, die sog. *Gemeinsame Deutsche Arbeitsschutzstrategie* (GDA) untersucht.

1.1.1 Förderung des Arbeitsschutzes durch die Internationale Arbeitsorganisation

Die Internationale Arbeitsorganisation, gegründet 1919, ist eine Sonderorganisation der Vereinten Nationen. Charakteristisch für die Organisation ist ihre dreigliedrige Struktur, in der alle Mitgliedsstaaten durch Regierungen, Arbeitnehmer und Arbeitgeber vertreten sind. Seit ihrer Gründung setzt sich die Organisation für die Formulierung und Durchsetzung internationaler Arbeits- und Sozialnormen und für eine soziale und faire Gestaltung menschenwürdiger Arbeit ein. Die erste zentrale Vorschrift zur Prävention bei der Arbeit, das *Übereinkommen über Arbeitsschutz und Arbeitsumwelt*, stammt vom 22. Juni 1981. Im Teil II, Artikel 4 des Übereinkommens werden die geforderten Grundsätze einer innerstaatlichen präventiven Politik folgenderweise formuliert:

1 Die Tätigkeit und der Einfluss der Weltgesundheitsorganisation (WHO) auf die Entwicklung einer Präventionskultur wurden in dieser Studie nicht fokussiert. Zum einen deswegen, weil sie in erster Linie die Verbesserung allgemeiner Gesundheitsstandards anstrebt und weniger auf die betriebliche Ebene bzw. die Arbeitsbeziehungen abzielt (vgl. WHO 2014). Zum anderen deswegen, weil ihre Rolle in anderen wissenschaftlichen Abhandlungen bereits ausführlich beschrieben und untersucht wurde (vgl. Lengwiler & Madarász 2010; Hannig & Thießen 2017).

»Jedes Mitglied hat unter Berücksichtigung der innerstaatlichen Verhältnisse und Gepflogenheiten und in Beratung mit den maßgebenden Verbänden der Arbeitgeber und der Arbeitnehmer eine in sich geschlossene innerstaatliche Politik auf dem Gebiet des Arbeitsschutzes und der Arbeitsumwelt festzulegen, durchzuführen und regelmäßig zu überprüfen. Ziel dieser Politik muß es sein, Unfälle und Gesundheitsschäden, die infolge, im Zusammenhang mit oder bei der Arbeit entstehen, zu verhüten, indem die mit der Arbeitsumwelt verbundenen Gefahrenursachen, soweit praktisch durchführbar, auf ein Mindestmaß herabgesetzt werden.« (ILO 1981)

Unter den Mitgliedern werden die jeweiligen Regierungen verstanden, die die vorgeschlagene Politik in Beratung mit den Verbänden der Arbeitgeber und Arbeitnehmer durchzuführen haben. Für die nationalen Regierungen entsteht somit ein weiteres Themen- und Problemfeld, in dem sie eingreifen und Maßnahmen entwickeln müssen. Das Gebiet des Arbeitsschutzes und der Arbeitsumwelt wird als Rahmen dieser Politik festgelegt, als eine Möglichkeit die Informationen zu sammeln, die Probleme zu benennen und die erforderlichen Eingriffe zu begründen. Es handelt sich hierbei um eine dauerhafte Aufgabe, die viele Problemgebiete aufweist und die regelmäßig, konsequent und im Interesse der Bevölkerung erledigt werden soll. Es gilt zu beobachten, wo Unfälle und Gesundheitsschäden entstehen, was zu den Gefahrenursachen zählt und wie diese reguliert und auf ein Mindestmaß reduziert werden können. Welche Gefahren sich mit der konkreten Arbeitsumwelt verbinden, muss je nach dem Gebiet und der Arbeitsweise ermittelt werden, damit eine erfolgreiche Gegensteuerung stattfinden kann. Die Regierungen werden dadurch legitimiert und ermächtigt, die notwendigen Beobachtungen, Regierungsmaßnahmen und Kontrollen durchzuführen. Um diese Ziele zu erreichen, verpflichten sich die Mitglieder in fünf Aktionsbereichen tätig zu werden. Dazu zählen:

- a) »Gestaltung, Erprobung, Auswahl, Ersetzung, Einrichtung, Anordnung, Verwendung und Instandhaltung der materiellen Komponenten der Arbeit (Arbeitsplätze, Arbeitsumwelt, Werkzeuge, Maschinen und Ausrüstungen, chemische, physikalische und biologische Stoffe und Einwirkungen, Arbeitsverfahren);
- b) Zusammenhänge zwischen den materiellen Komponenten der Arbeit und den Personen, die die Arbeit ausführen oder überwachen, und Anpassung der Maschinen, der Ausrüstungen, der Arbeitszeit, der Arbeitsorganisation und der Arbeitsverfahren an die körperlichen und geistigen Fähigkeiten der Arbeitnehmer;
- c) Ausbildung, einschließlich der erforderlichen Weiterbildung, Qualifikationen und Motivierung der Personen, die in irgendeiner Eigenschaft daran mitwirken, einen angemessenen Stand des Arbeitsschutzes zu erreichen;

- d) Kommunikation und Zusammenarbeit auf der Ebene der Arbeitseinheit und des Betriebs sowie auf allen anderen geeigneten Ebenen bis zur nationalen Ebene;
- e) Schutz der Arbeitnehmer und ihrer Vertreter vor Disziplinarmaßnahmen auf Grund von Handlungen, die sie gemäß der in Artikel 4 dieses Übereinkommens erwähnten Politik berechtigterweise unternommen haben.« (Ebd.)

Der erste Absatz des fünften Artikels des Übereinkommens benennt die Anforderungen zur materiellen Gestaltung des Arbeitsplatzes. Diese richten sich auf die unmittelbaren, hautnahen Einflüsse des Arbeitsumfelds auf die Qualität der Arbeit und auf die Arbeitnehmer selbst. Im Absatz b) wird dann die Verbindung zwischen den physischen, materiellen Komponenten der Arbeit und der Person des Arbeitnehmers hervorgehoben. Die materielle Umgebung muss sich an die körperlichen und geistigen Fähigkeiten der Arbeitnehmer anpassen, schreibt das Übereinkommen vor. Im Zentrum des Schutzes steht hiermit das Subjekt, das die Qualität seiner Umgebung, d.h. die Arbeitsgegenstände, Verfahren und die allgemeinen Arbeitsabläufe einschätzen muss. Was dann als Gefahr, Hindernis oder Einschränkung gedeutet wird, scheint also den Arbeitnehmern überlassen zu werden. Diese stumme Verlagerung der Aufsicht drängt sie zur Selbstverantwortung für ihr Arbeitsmilieu und die Kontrolle der damit verbundenen Gefahren. Sie sind für sich selbst und für die möglichen Risiken verantwortlich, was ihre »persönliche Lebenslagen als »selbst gewählt« und damit auch als selbst verursacht« erscheinen lässt (Bauman 2000; Fach 2003 zit.n. Legnaro & Birenheide 2008: 22 [Herv. i. O.]). Was in diesem Übereinkommen bisher noch nicht erscheint und nicht thematisiert wurde, sind die Gefahren für die psychische Gesundheit. Zwar werden im zweiten Absatz auch die geistigen Fähigkeiten der Arbeitnehmer in Betrachtung gezogen, doch ihre Bedeutung gilt neben den körperlichen Fähigkeiten eher als zweitrangig. Die negativen Auswirkungen der Arbeit beziehen sich vor allem auf die physischen Begrenzungen und Beschwerden. Außerdem wird die Prävention, buchstäblich wie bedeutungsmäßig, nicht genannt. Das Übereinkommen berichtet von der Entscheidung, eine Politik des Arbeitsschutzes einzuleiten. Es reagiert also auf den bereits existierenden schlechten oder mangelnden Stand der Arbeitsorte und -verfahren.

Einen starken Fokus auf die präventiven, vorbeugenden Maßnahmen bringt erst das darauf aufbauende *Übereinkommen über den Förderungsrahmen für den Arbeitsschutz* vom 15. Juni 2006.² Schon in der Präambel betont es die Bedeutung »der

2 Die Notwendigkeit der Prävention wurde bereits auf der 93. Tagung der Internationalen Arbeitskonferenz, die ein Jahr früher stattfand, hervorgehoben. Wie aus dem Bericht hervorgeht, hat der Fragebogen zur Präambel die Frage gestellt, ob »die Urkunde eine Präambel enthalten [sollte], in der Bezug genommen wird auf: [...] d) die Bedeutung der Förderung ei-

ständigen Förderung einer innerstaatlichen präventiven Arbeitsschutzkultur.« (ILO 2006) Mit dem Begriff einer innerstaatlichen präventiven Arbeitsschutzkultur beschreibt das Übereinkommen im Artikel 1, Absatz d) eine solche Kultur, »in der das Recht auf eine sichere und gesunde Arbeitsumwelt auf allen Ebenen geachtet wird, in der Regierung, Arbeitgeber und Arbeitnehmer aktiv daran mitwirken, durch ein System festgelegter Rechte, Verantwortlichkeiten und Pflichten eine sichere und gesunde Arbeitsumwelt zu gewährleisten, und in der dem Grundsatz der Prävention höchste Priorität eingeräumt wird.« (Ebd.) In Abstand von fünfundzwanzig Jahren findet eine deutliche Verschiebung der Priorisierung statt. Forderte das Übereinkommen vom Jahr 1981 die Einführung einer Arbeitsschutzpolitik, so richtet sich das Übereinkommen vom Jahr 2006 auf die Etablierung einer Arbeitsschutzkultur. Die Verschiebung von Politik auf Kultur zeigt, dass sich auf der internationalen Ebene eine Haltung entwickelt hat, die die Prävention nicht nur zum Leitmotiv der Politik erhebt, sondern sie als einen grundlegenden Orientierungspunkt markiert. Die Kultur der Vorbeugung soll dann in den Arbeitsschutzmaßnahmen als Garantie einer regelrechten Arbeitspolitik integriert werden. Wie solche Politik eingeführt werden soll, wird im Artikel 3, Absatz 3. einleitend beschrieben:

»Bei der Ausarbeitung seiner innerstaatlichen Politik hat jedes Mitglied im Licht der innerstaatlichen Bedingungen und Praxis und in Beratung mit den maßgebenden Verbänden der Arbeitgeber und der Arbeitnehmer grundlegende Prinzipien zu fördern, wie zum Beispiel die Evaluierung von arbeitsbedingten Risiken und Gefahren, die Bekämpfung von arbeitsbedingten Risiken und Gefahren an der Quelle und die Entwicklung einer innerstaatlichen präventiven Arbeitsschutzkultur, die Informationen, Beratung und Ausbildung umfasst.« (Ebd.)

Anders als bei dem ersten Übereinkommen, wird die Aufmerksamkeit nicht auf die Verhütung der Gesundheitsschäden und Unfällen gerichtet, sondern vielmehr auf die Evaluierung und Einschätzung von Risiken und Gefahren, die mit der Arbeitstätigkeit verbunden sind. Die Gefahren sollen bereits an ihrer Quelle beseitigt werden, d.h. dort, wo sie die Arbeitnehmer wahrnehmen und lokalisieren können. Diese Informationen müssen dann gesammelt und ausgewertet werden, damit sie eine Basis für das Planen, Errichten und Durchführen einer Schutzpolitik bilden, die nicht nur eine Präventions- und Überwachungsaufgabe innehat, sondern die

ner ›Sicherheitskultur‹, definiert als die Gesamtheit der Überzeugungen, Werte, Einstellungen und Verhaltensweisen von Organisationen und Einzelpersonen, worin der Prävention die höchste Priorität eingeräumt wird.« (ILO 2005: 31f [Herv. i. O.]) Es ließe sich klar festhalten, dass sich das Bemühen der Arbeitskonferenz auf die Schaffung eines Problembewusstseins für die sog. Sicherheitskultur gerichtet hat (vgl. a.a.O.: 33f). Hier werden die bereits im vorherigen Teil signalisierten Grundzüge eines allgemeinen Sicherheits- und Risikobewusstseins erkennbar.

auch eine Ausbildungs-, Beratungs- und Hilfestelle verkörpern sollte.³ Wie im vorherigen Übereinkommen fehlt auch hier das Postulieren der psychischen Belastungen und Bedrohungen. Die allgemein formulierten Vorgaben präzisieren nicht weiter, welche Störfaktoren bei der Arbeitstätigkeit berücksichtigt werden sollen. Eine prinzipielle Bedeutung wird hingegen der Schutzkultur beigemessen, die sich vornehmlich auf die arbeitsbedingten Gefahren bezieht und deren Einführung eine Bandbreite an verschiedenen Risikoeinschätzungen eröffnet. Psychosoziale Belastungen wurden bis dato nur unter dem Gesichtspunkt des arbeitsbedingten Stresses erwähnt (vgl. Cox/Griffiths/Cos 1996; Kvarnström 1997; Mureau 2002) und haben erst einige Jahre später Eingang in die Präventionsprogramme gefunden (vgl. Forastieri 2012; ILO 2012).

1.1.2 Entwicklung der Arbeitsschutzpolitik in der Europäischen Union

Die Integration europäischer Gemeinschaften förderte auch eine koordinierte und einheitliche Politik des Gesundheits- und Arbeitsschutzes. Einen ersten bedeutenden Impuls für die regionale Zusammenarbeit stellte die *Entschließung des Rates der Europäischen Gemeinschaften⁴ über Sicherheit, Arbeitshygiene und Gesundheitsschutz am Arbeitsplatz* dar, die sich auf den Artikel 118a des Vertrages zur Gründung der Europäischen Wirtschaftsgemeinschaft bezogen hat. Dieser Impuls versteht sich als eine Reaktion auf das von der Kommission vorgelegte Programm für Sicherheit, Arbeitshygiene und Gesundheitsschutz am Arbeitsplatz. Zwar nicht rechtswirkend, doch mit einer klaren Positionierung zu Fragen des Arbeitsschutzes und der Arbeitsumwelt, forderte der Rat der Europäischen Gemeinschaften »die bestehenden Bedingungen, insbesondere der Arbeitsumwelt, bei gleichzeitigem Fortschritt zu harmonisieren, um die Sicherheit und die Gesundheit der Arbeitnehmer zu schützen.« (EU 1987) Des Weiteren hat er die Kommission beauftragt, einen Arbeitsplan vorzubereiten, in dem insbesondere Themen wie »Grad der Gefahren von Arbeitsunfällen und/oder Berufskrankheiten, Anzahl der gefährdeten Arbeitnehmer, mögliche Vorbeugungsmaßnahmen« (EU 1987) berücksichtigt werden sollten. Aus der Zusammenarbeit mit der Kommission und dem Europäischen Parlament und

3 So sollte das innerstaatliche Arbeitsschutzsystem solche Bereiche umfassen, wie z.B. »[...] b) Informations- und Beratungsdienste zum Arbeitsschutz; c) die Bereitstellung einer Arbeitsschulungsbildung; d) arbeitsmedizinische Dienste im Einklang mit der innerstaatlichen Gesetzgebung und Praxis; e) Arbeitsschutzforschung; f) einen Mechanismus zur Erhebung und Analyse von Daten über Arbeitsunfälle und Berufskrankheiten unter Berücksichtigung der einschlägigen Instrumente der IAO; [...]« (ILO 2006)

4 Der Rat der Europäischen Gemeinschaften, heute als Rat der Europäischen Union, bzw. der Ministerrat, wurde 1958 als Rat der Europäischen Wirtschaftsgemeinschaft gegründet. Zu seinen Mitgliedern gehören Minister eines konkreten Politikbereichs, deren Rolle darin besteht, eine Stimme der Regierungen von EU-Mitgliedsländern zu sein, um die Gesetze anzunehmen und die EU-Politik zu koordinieren.

beratend mit dem Wirtschafts- und Sozialausschuss hat dann zwei Jahre später der Rat der Europäischen Gemeinschaften eine, nun rechtsverbindliche, *Richtlinie über die Durchführung von Maßnahmen zur Verbesserung der Sicherheit und des Gesundheitsschutzes der Arbeitnehmer bei der Arbeit* erlassen (vgl. EU 1989). Die Maßnahmen bezogen sich vor allem auf die Arbeitgeber, denen acht von insgesamt neunzehn Artikeln gewidmet wurden. Im Vergleich dazu wurden die Verpflichtungen der Arbeitnehmer nur in einem Artikel zusammengefasst. Das Ziel der Richtlinie bestand darin, »allgemeine Grundsätze für die Verhütung berufsbedingter Gefahren, für die Sicherheit und den Gesundheitsschutz« zu formulieren (EU 1989), wobei der Artikel 3, Absatz d) die hier genannte Gefahrenverhütung als »sämtliche Bestimmungen oder Maßnahmen [definiert hat, J.Z.], die in einem Unternehmen auf allen Tätigkeitsstufen zur Vermeidung oder Verringerung berufsbedingter Gefahren eingeleitet oder vorgesehen werden.« (Ebd.) Die Gefahrenverhütung steht im Mittelpunkt der Richtlinie, denn sie bildet den Hintergrund, vor dem die Arbeitgeber ihre Pflichten wahrnehmen und ihnen nachgehen müssen. Dazu erteilte der Rat auch einige allgemeine Grundsätze, anhand welcher die Verhütung realisiert werden kann:

- a) »Vermeidung von Risiken;
- b) Abschätzung nichtvermeidbarer Risiken;
- c) Gefahrenbekämpfung an der Quelle;
- d) Berücksichtigung des Faktors ›Mensch‹ bei der Arbeit, insbesondere bei der Gestaltung von Arbeitsplätzen sowie bei der Auswahl von Arbeitsmitteln und Arbeits- und Fertigungsverfahren, vor allem im Hinblick auf eine Erleichterung bei eintöniger Arbeit und bei maschinenbestimmtem Arbeitsrhythmus sowie auf eine Abschwächung ihrer gesundheitsschädigenden Auswirkungen;
- e) Berücksichtigung des Stands der Technik;
- f) Ausschaltung oder Verringerung von Gefahrenmomenten;
- g) Planung der Gefahrenverhütung mit dem Ziel einer kohärenten Verknüpfung von Technik, Arbeitsorganisation, Arbeitsbedingungen, sozialen Beziehungen und Einfluß der Umwelt auf den Arbeitsplatz;
- h) Vorrang des kollektiven Gefahrenschutzes vor individuellem Gefahrenschutz;
- i) Erteilung geeigneter Anweisungen an die Arbeitnehmer.« (ebd. [Herv. i. O.]

Die Richtlinie setzt für die Mitgliedsstaaten hiermit zum Ziel, auf die Gesundheit der Arbeitnehmer und auf eine geeignete Arbeitsumwelt zu achten, diese qualifiziert einzuschätzen und zu korrigieren. Vor allem die ersten drei Absätze drücken das Anliegen einer Präventionspolitik besonders anschaulich aus. Worauf die Aufmerksamkeit der Politik gerichtet werden soll, ist a) die Vermeidung von Risiken, d.h. dass ihr Vorhandensein anerkannt, ihr Intensitätsgrad gemessen und ihr Einfluss auf die Gesundheit der Arbeitnehmer und auf ihre Produktivität minimiert

werden soll; b) die Abschätzung nichtvermeidbarer Risiken, d.h. dass die Tatsache anerkannt werden soll, dass es solche Risiken gibt, die nicht frühzeitig diagnostiziert und vermieden werden können, dass aber die Wahrscheinlichkeit ihrer Auftretung in die Politik der Verhütung bzw. der Prävention einkalkuliert werden soll und schließlich c) die Gefahrenbekämpfung an der Quelle, d.h. dass die Notwendigkeit der Bekämpfung (zwar nicht signalisiert, vom wem die Bekämpfung durchgeführt werden soll) in die Verhütungsstrategie integriert werden soll und ihretwegen die unerlässlichen Maßnahmen vorzunehmen und an der Quelle realisiert werden sollen, dort also, wo die Gefahren empfunden und erlitten werden – bei den Arbeitnehmern, die somit in ein neues Subjektivierungsverhältnis zu sich selbst und ihren zu Arbeitgebern eintreten.⁵ Eine organisierte und institutionell festgelegte Struktur sollte die Politik der Gefahrenverhütung auch auf Dauer einnehmen, wovon der Absatz g) berichtet. Er lässt gleichzeitig ahnen, dass die Arbeitsumstände möglichst umfangreich definiert werden müssen, damit kein Risiko, auch das nichtvermeidbare, dem Blick entkommen kann. Denn die Risiken kommen auf die Beschäftigten zu und mit ihnen gilt es zu rechnen und sie vorauszusehen, da auch die kleinste Vernachlässigung Schaden, Verletzungen, gar Tod, und damit strafrechtliche Konsequenzen nach sich ziehen kann. Damit wird der Preis für eine vernachlässigte Prävention einfach zu hoch, um die Risikokalkulation nicht ernst zu nehmen. Des Weiteren findet sich auch in der Richtlinie des Rates von 1989, wie in der vorherigen EntschlieÙung von 1987, kein Verweis auf geistige Gefährdung oder gar Verhütung von Risiken, die mit der psychischen Gesundheit verbunden sind. Die Richtlinie bezieht sich maßgeblich auf Gebiete, in denen vor allem manuelle Arbeit erforderlich ist, wie z.B. Baustellen und Wanderbaustellen, Fischerei und Landwirtschaft, Arbeitsstätten usw. Als eine direkte Folge dieser Regelung lieÙen sich hingegen die zahlreichen Institutionen, Netzwerke und Initiativen verstehen, die ab den 1990er Jahren gegründet wurden.

Europäische Agentur für Sicherheit und Gesundheitsschutz am Arbeitsplatz

Eine der wichtigsten Stellen auf dem Feld des europäischen Arbeitsschutzes nimmt die *Europäische Agentur für Sicherheit und Gesundheitsschutz am Arbeitsplatz* (EU-OSHA) ein, die am 18. Juli 1994 gegründet wurde. Zu ihren Zielen gehören, unter anderem, das Sammeln und Verbreiten von Informationen zu den existierenden Arbeitsschutzprogrammen, das Berichten über die Forschung im Gesundheits- und Sicherheitsschutz sowie die Förderung eines gegenseitigen Austausches und einer gezielten Kooperation zwischen den Mitgliedsländern. Wie aus dem Absatz h)

5 Als Folge dieses neu entstandenen Subjektivierungsverhältnisses, in dem die Arbeitnehmer die Verantwortung für ihre Arbeitsumwelt, Bedingungen und Gefahren tragen, werden die wesentlichen Aspekte »der Regulierung des Arbeitsprozesses auf Selbstregulierung umgestellt.« (Spilker 2010: 130)

des Artikels 3 der Verordnung des EG-Rates hervorgeht, gehört zu ihren Aufgaben auch das Bereitstellen von wirtschaftlichen und wissenschaftlichen Informationen »über die Verfahren und Instrumente zur Durchführung von Präventivmaßnahmen mit besonderer Berücksichtigung der spezifischen Probleme der kleinen und mittleren Unternehmen.« (EU-OSHA 1994) Die Agentur soll hiermit ein kollektives Bemühen der Europäischen Gemeinschaften verkörpern, die entstehenden Probleme bei Arbeitssicherheit und -schutz unter Kontrolle zu bringen. Dank dem Aufruf zur Kooperation und der Mitteilung von *good practices* werden Erfahrungen ausgetauscht, die den Unternehmen und Organisationen helfen, konkrete Instrumente anzuwenden, zu verbreiten und weiterzuentwickeln. Hier wird der Arbeitsschutz direkt mit den Produktionsverhältnissen in den Unternehmen verbunden, indem gesunde und also leistungsfähige Mitarbeiter als Erfolg des Unternehmens angesehen werden (vgl. Hesapro 2013) und zu seiner Imagebildung besonders positiv beitragen, wie z.B. durch »Rückgang der Fehlzeiten, höhere Motivation, gesteigerte Produktivität, einfachere Personalanwerbung, geringere Fluktuation.« (EU-OSHA 2010a; vgl. auch ENWHP 2013: 8) Somit wird die gesteigerte Produktivität als Merkmal einer erfolgreichen Umsetzung von Präventivmaßnahmen umgedeutet. In den Unternehmen werden dann die passenden präventiven Maßnahmen je nach ihrer Größe, Spezifikation, Zielsetzung und weiteren Attributen entwickelt. Was damit in den Vordergrund tritt, ist allerdings nicht eine allumfassende Regulierung oder Überwachung der Arbeitsumwelt, sondern vielmehr das Verlangen nach einer gesunden Arbeitskultur. Und eine solche »gesundheitsförderliche Arbeitskultur setzt gutes Risikomanagement voraus« (ebd.), und damit das Kalkulieren möglicher Gefährdungen. Auch deshalb wird durch den Appell an eine gesundheitsförderliche Arbeitskultur die Auseinandersetzung und *freiwillige* Zusammenarbeit zwischen den Arbeitgebern und den Arbeitnehmern gefördert und bedingt (vgl. auch Eurofound & EU-OSHA 2014: 6). So weist die Agentur in ihren Empfehlungen für die Beschäftigten auf folgende Punkte hin, die sie für empfehlenswert hält, zu befolgen:

- »Ihr Lebensstil ist Ihre Privatsache. Man kann Ihnen Anreize bieten, Sie aber nicht zwingen, Ihr Verhalten zu ändern – es sei denn, Sie stellen eine Gefahr für andere dar.
- Die Teilnahme an Maßnahmen zur Gesundheitsförderung am Arbeitsplatz ist freiwillig. Aber eine gesunde Lebensweise sollte immer zu allererst auch in Ihrem eigenen Interesse liegen.
- Betriebliche Gesundheitsförderung erfordert das engagierte Handeln beider Seiten: die Sorge des Arbeitgebers für gesundheitsförderliche Organisationsstrukturen und Arbeitsbedingungen und die aktive Teilnahme der Beschäftigten an den angebotenen Maßnahmen sowie an deren Planung.« (EU-OSHA 2010b)

Im ersten Absatz verweist die Broschüre der EU-OSHA auf die Tatsache, dass eine unveränderte Lebenseinstellung Gefahr für andere Mitarbeiter darstellen kann. Zunächst wird hier die Privatsphäre geachtet. Zu Ende des Absatzes werden jedoch Verfahren angedeutet, die ebendiese Achtung negieren. Wer und wie soll es festlegen, was eine Gefahr für die anderen darstellt? Damit fängt die Problematisierung dessen an, inwiefern die eigene Lebenshaltung dazu beitragen kann, den Risiken und Gefährdungen auf dem Arbeitsplatz vorzubeugen. Zwar sollen die Maßnahmen als eine freie Wahl für Beschäftigte erscheinen, allerdings können sie ohne ihre aktive Mitwirkung nicht umgesetzt werden. Mehr noch, es soll im Interesse der Beschäftigten selbst sein, die Einführung von Schutzmaßnahmen zu erfordern: »Warum sprechen Sie nicht einfach einmal mit Ihrem Arbeitgeber und den zuständigen Arbeitnehmervertretern über Ihre Ideen, um Ihren Arbeitgeber zur Verbesserung der (bzw. zur Schaffung von) Maßnahmen zur Gesundheitsförderung zu animieren?« (ebd.) Nur so, durch die aktive Beteiligung, d.h. durch das aktive Verlangen nach Schutz, können »Bedürfnisse und Ansichten der Beschäftigten bezüglich der Arbeitsorganisation und der Gestaltung des Arbeitsplatzes am besten berücksichtigt werden.« (Ebd.) Die Prävention muss damit zum Anliegen der Betroffenen werden (vgl. Eurofound & EU-OSHA 2014: 69).

In die kontinuierliche Arbeit der Agentur wurden allmählich auch die psychosozialen Risiken und Faktoren miteinbezogen. Ähnlich wie bei den Berichten der ILO, hat sich die Mehrheit am Anfang auf den arbeitsbedingten Stress konzentriert (vgl. Cox/Griffiths/Rial-González 2000, EU-OSHA 2002). Den konkreten Hinweis auf die psychische Belastung bei der Arbeit lieferte erst die Einschätzung der Experten zu den neu auftretenden Risiken, zu denen besonders die psychosozialen Risiken zählten (vgl. EU-OSHA 2007).⁶ Eine solche Einschätzung wurde durch die Gründung der *Europäischen Beobachtungsstelle für Risiken* (engl. *European Risk Observatory*) im Jahr 2005 begünstigt (vgl. EU-OSHA 2005). Wichtig für die Durchsetzung einer Thematisierung psychischer Zustände von Beschäftigten und konkreter Präventionspraktiken war die gemeinsame Arbeit der *Europäischen Agentur für Sicherheit und Gesundheitsschutz am Arbeitsplatz* und der *Europäischen Stiftung zur Verbesserung der Lebens- und Arbeitsbedingungen*, die in dem zusammenfassenden Bericht einen Überblick über »vergleichende[n] Informationen über die Prävalenz psychosozialer Risiken bei Arbeitnehmern [enthält]« und die »die Zusammenhänge zwischen diesen Risiken auf der einen sowie Gesundheit und Wohlbefinden auf der anderen Seite [untersucht].« (a.a.O.: 6)⁷ Gleichzeitig werden in dem Bericht die Erfahrungen zusammengefasst, aufgrund derer mögliche Interventionen auf der

6 Die Ergebnisse der zweiten Phase dieser Untersuchung zeugen von der Verschiebung des Interesses in Richtung Management und Prävention der durch psychische Belastungen verursachten Arbeitsausfälle (vgl. Irastorza/Milczarek/Cockburn 2015).

7 Hier die deutsche Fassung zitiert.

Betriebsebene beschrieben werden. Sie enthalten Informationen, wie die Interventionen zu unterteilen sind (vgl. a.a.O.: 67), welche Verfahrensweisen angewendet werden können (vgl. a.a.O.: 68) oder welche Interventionen wie erfolgreich sein können (vgl. a.a.O.: 73ff). Mit diesem Bericht etabliert sich auf der europäischen Ebene der Diskurs um Prävention psychischer bzw. psychosozialer Belastungen.

Europäisches Netzwerk für Betriebliche Gesundheitsförderung

Ein weiteres Beispiel für das wachsende Interesse an der Einführung präventiver Maßnahmen in der Arbeitswelt stellt die Entstehung des *Europäischen Netzwerks für Betriebliche Gesundheitsförderung* (ENWHP) dar (vgl. ENWHP 1996). Die Aufgabe des Netzwerkes besteht in der Sammlung aller relevanten Informationen zur betrieblichen Gesundheitsförderung, die auf lokaler, regionaler, nationaler und europäischer Ebene stattfindet, damit diese Kenntnisse anschließend in einer Datenbank verarbeiten und allen Interessierten im kontinuierlichen Erfahrungsaustausch zugänglich gemacht werden können. Das Netzwerk möchte dadurch zu einer *good workplace health promotion practice* in den Unternehmen und anderen nicht-institutionellen Interessengruppen beitragen und sie dazu führen, gesundheitskonform zu agieren.

Auf die ersten Vereinbarungen folgten weitere Deklarationen, die die Kooperation vertiefen und verschiedene weitere Faktoren der betrieblichen Gesundheitsförderung einarbeiten sollten.⁸ Da die Bedeutung des Arbeitsplatzes als eines Handlungsfeldes der öffentlichen Gesundheit (engl. *Public Health*) wächst (vgl. ENWHP 1997: 2), werden die Mitglieder dazu ermutigt, der betrieblichen Gesundheitsförderung (BGF) »einen höheren Stellenwert einzuräumen und Fragen der Gesundheit am Arbeitsplatz bei politischen Entscheidungen mit einzubeziehen.« (Ebd.) Dabei wird unter der betrieblichen Gesundheitsförderung eine moderne Unternehmensstrategie verstanden, die darauf abzielt, »Krankheiten am Arbeitsplatz vorzubeugen (einschliesslich arbeitsbedingter Erkrankungen, Arbeitsunfälle, Berufskrankheiten und Stress), Gesundheitspotentiale zu stärken und das Wohlbefinden am Arbeitsplatz zu verbessern.« (a.a.O.: 3) Diese Ziele möchte das Netzwerk durch das Einhalten seiner Leitlinien erreichen, in denen der Wert auf Partizipation (Miteinbeziehung aller Beteiligten), Integration (Berücksichtigung der BGF), Projektmanagement (planvolles und systematisches Ausführen von Maßnahmen) und Ganzheitlichkeit (Beinhalten verhaltens- und verhältnisorientierter Maßnahmen) gelegt wird. Die letzte Leitlinie bemüht sich zudem, »den Ansatz der Risikoreduktion mit dem des Ausbaus von Schutzfaktoren und Gesundheitspotentialen« zu verbinden (ebd.). So entsteht eine Verbindung

8 Zu den bedeutendsten zählen die Deklarationen aus Luxemburg (1997), Cardiff (1998), Lissabon (2001), Barcelona (2002), Luxemburg (2005 und 2007) und Edinburgh (2010).

zwischen der Risikominimierung und dem Potentialausbau. Wer auf die gesundheitlichen Risiken achtet und diesen vorbeugt, investiert gleichzeitig in seine Potentiale, erweitert diese, stimuliert seine Kräfte und wird durch die Investition in sich selbst (vgl. Bröckling 2008: 46) und durch das Stehen »im Dienste jener ›governance of being active‹, die den Betriebsmodus gegenwärtiger Gesellschaftlichkeit ausmacht« (Legnaro & Birenheide 2008: 32 [Herv. i. O.]), einen noch größeren Nutzen für das Unternehmen darstellen und die Erwartungen an »gut qualifizierte[n], motivierte[n] und gesunde[n] Mitarbeiter[n]« (ENWHP 1997: 1) erfüllen. Richteten sich die ersten Bemühungen vor allem auf die Großunternehmen, so haben die Deklarationen in Cardiff und Lissabon ihren Blick auf die kleineren und mittleren Unternehmen (KMU) gerichtet. Dabei ging es noch stärker um die Komplementarität zwischen der Risikovorbeugung, den Schutzmaßnahmen und dem ökonomischen Profit: »Wie können die sozialen und wirtschaftlichen Rahmenbedingungen für KMU so entwickelt werden, dass wirtschaftliches Wachstum, einschließlich der Schaffung neuer Arbeitsplätze, mit der Förderung von gesundheitsgerechten Arbeitsbedingungen und der Umsetzung von angemessenen Sozial- und Sicherheitsstandards verbunden werden kann?« (ENWHP 2001) Auch die darauffolgende Deklaration von Barcelona stellte die wirtschaftliche Seite der Prävention in den Mittelpunkt: »No innovation without health and workplace health promotion« is the basis for a successful strategy for preparing European industries and other businesses to respond to the new challenges.« (ENWHP 2003 [Herv. i. O.]) Was jedoch bei dieser Deklaration zum ersten Mal öffentlich genannt wird, ist die Bedeutung der psychischen Gesundheit für das Aufrechterhalten einer stabilen und funktionierenden Arbeitsumwelt:

»[t]he world of work, and the way that working life is organised in our societies today, is a major, and perhaps the strongest, single social determinant of health. Individual health practices are shaped by our workplace cultures and values. The increase in mental health disorders can only be understood in the context of increasing psycho-social stressors and strains at the workplaces.« (Ebd.)

Die individuelle Gesundheit des Einzelnen und die gesellschaftliche Arbeitsorganisation stehen hier im Zusammenhang miteinander. Beide bedingen sich gegenseitig und können nur durch gegenseitige Einwirkung wieder verbessert werden. Die Konditionen des Arbeitslebens wirken sich auf das Wohlbefinden des Individuums aus und umgekehrt spiegelt sich seine psychische und physische Gesundheit in der stabilen gesellschaftlichen Arbeitsleistung wider. Deswegen macht diese gegenseitige Determinierung Vorkehrungen auf beiden Seiten erforderlich und eine erfolgreiche Politikimplementierung muss daher die Beteiligten zur Selbstreflexion, Anpassung und Unterordnung anstoßen, damit beide Seiten davon profitieren können (vgl. ENWHP 2013: 8). Jedoch erst mit der Übereinkunft von Edinburgh wird der psychischen Gesundheit erkennbar mehr Bedeutung eingeräumt. Die psychi-

sche Gesundheit muss unterstützt werden, da sich ihre Förderung »direkt auf das Geschäftsergebnis aus[wirkt].« (ENWHP 2010) Ihr sollen dann konkrete Lösungsansätze angepasst und in die betriebliche Gesundheitsförderung miteinbezogen werden. Als Beispiele nennt die Deklaration folgende Ansätze:

- 1) »Ermutigung der Arbeitgeber um sinnvolle, herausfordernde Arbeitsplätze innerhalb einer positiven Arbeitsumgebung für die Beschäftigten zu schaffen;
- 2) Möglichkeiten für die Beschäftigten, um Talente und Fähigkeiten zu entwickeln, Sozialkompetenz und Selbstsicherheit miteinbegriffen;
- 3) Miteinbeziehung der Beschäftigten in Führungsentscheidungen;
- 4) Unterstützung der Beschäftigten durch die Führungskräfte;
- 5) Schaffen eines positiven Arbeitsumfeldes mit klar definierten Verantwortlichkeiten und Stellenbeschreibungen;
- 6) Reduktion außergewöhnlicher Belastungen am Arbeitsplatz und Schaffung von Möglichkeiten zum Stressabbau;
- 7) Schaffung einer Unternehmenskultur, die Partizipation, Gleichberechtigung und Fairness unterstützt, während Stigmatisierung und Diskriminierung aktiv entgegengetreten wird;
- 8) (Weiter)Beschäftigung und Unterstützung von Beschäftigten mit psychischen Problemen;
- 9) Entwicklung und konsequente Umsetzung von Maßnahmen zur Förderung psychischer Gesundheit im Unternehmen;
- 10) Stetige Auswertung und Beurteilung der gesetzten Maßnahmen.« (Ebd.)

Die Beschäftigten sollen mit dem Angebot möglicher Lösungen ihrerseits den Willen zur (Zusammen-)Arbeit, ein Interesse am Erfolg des Unternehmens/der Organisation, ein Bedürfnis nach wohltuender Arbeitsumgebung und eine Lust nach (Weiter-)Beschäftigung mitbringen. Sie werden hiermit dazu angeleitet, eine präventive Arbeitskultur willkommen zu heißen und sich an ihrer Gestaltung aktiv zu beteiligen (vgl. EU-OSHA 2012b). Der Beschäftigte wird hier als ein Individuum positioniert, das produktiver sein möchte (Punkt 1.) und Freude am Arbeiten findet (Punkt 2.), sich allerdings von den Arbeitsbedingungen und -umständen eingeschränkt fühlt (Punkt 6.). Es möchte zum Erfolg des Unternehmens beitragen (Punkt 3.) und sich trotz seiner persönlichen Krisen weiterengagieren (Punkt 8.). Die Prävention wirkt sich deswegen unterstützend auf das Individuum aus und muss überall dort eingreifen, wo die Vorteile einer gut umgesetzten betrieblichen Gesundheitsförderung, wie z. B. »[g]esteigerte Produktivität, motivierte Mitarbeiter, geringere Personalfuktuation und Krankenstände« (ebd.), gefährdet werden. Seit der Deklaration von Edinburgh (2010) werden den psychischen Belastungen und ihrer aktiven Prävention ein stabiler Platz in dem öffentlichen Diskurs eingeräumt.

Europäische Strategien für Gesundheit und Sicherheit am Arbeitsplatz

Konkreter wurden die präventiven Maßnahmen in dem institutionellen Gefüge der Europäischen Union seit dem Jahr 2002 umgesetzt.⁹ Als sog. *Strategien für Gesundheit und Sicherheit am Arbeitsplatz* (vgl. EU 2002; 2007; 2014) reagierten sie ursprünglich auf die Häufigkeit von Unfällen beim Arbeiten. Obwohl die Unfälle deutlich geringer wurden, geben sie dennoch, so die EU-Kommission, »Anlass zu erhöhter Aufmerksamkeit, weil sie zeigen, dass das in den Gemeinschaftsrichtlinien definierte Präventionskonzept von den Betroffenen noch nicht völlig verstanden und verinnerlicht wurde und vor Ort noch nicht auf wirksame Weise umgesetzt wird. Dies gilt vor allem für die Beitrittsländer.« (EU 2002: 4) Die Einleitung zu diesen Strategien lässt deutlich erkennen, welcher Stellenwert der Prävention zugeschrieben wird und welche Möglichkeiten sie eröffnet. In diesem Verhältnis sind alle Seiten, Arbeitnehmer und Arbeitgeber sowie die politischen Verantwortlichen, aufeinander angewiesen und in einen Modus der Zusammenarbeit gesetzt: »Die betriebliche Gesundheitsförderung geht über die reine Einhaltung der Rechtsvorschriften im Bereich Arbeitsschutz hinaus. Betriebliche Gesundheitsförderung bedeutet, dass die Arbeitgeber ihre Mitarbeiter aktiv dabei unterstützen, die eigene Gesundheit und das eigene Wohlbefinden insgesamt zu verbessern.« (EU-OSHA 2010b)

Darüber hinaus umfasst die Prävention die Ganzheitlichkeit der Arbeit als solcher und lässt den Raum für die Entwicklung eines globaleren Arbeitsschutzkonzepts offen, »da sich die Qualität der Beschäftigung aus verschiedenen miteinander zusammenhängenden Elementen zusammen[ge]setzt: erforderliche Qualifikationen, Ausbildungsstand der Arbeitnehmer, Art des Beschäftigungsverhältnisses, Organisation der Arbeit und der Arbeitszeit.« (EU 2002: 4) In den Fokus geriet somit das beschäftigte Individuum in seiner ganzen Kraft und mit seinen optimierenden Handlungsmöglichkeiten. Eine besondere und entscheidende Rolle spielt dabei die Dauer des Erwerbslebens und die damit zusammenhängenden Produktionsmöglichkeiten. Mit dem Älterwerden kann die Arbeitskraft der Beschäftigten nachlassen, vor allem bei denjenigen, die »zumeist weniger qualifiziert und bei den manuellen Berufen in der Industrie überrepräsentiert sind« (a. a. O.: 7) und deshalb öfter Opfer berufsbedingter Krankheiten werden. Ihre Position und Bedürfnisse müssen

9 Seit dem Jahr 2002 wurden drei große Gesamtstrategien etabliert, die in den Jahren 2002 bis 2006, 2007 bis 2012 und 2014 bis 2020 den Rahmen für die präventive Wirkung in den Betrieben und Organisationen der Europäischen Union bildeten. Die Europäische Union sieht sich in dessen verpflichtet, die Lage in den jeweiligen Mitgliedsländern zu überwachen und gleichen Präventionsmöglichkeiten für alle Beteiligten einzurichten: »Da die Risiken für die Gesundheit und Sicherheit der Arbeitnehmer in der gesamten EU weitgehend vergleichbar sind, ist es eindeutig eine Aufgabe der Europäischen Union, die Mitgliedstaaten dabei zu unterstützen, wirksamer gegen solche Risiken vorzugehen und in der ganzen EU einheitliche gleiche Rahmenbedingungen zu schaffen.« (EU 2014: 2)

insofern berücksichtigt werden, als sie eine knappe Ressource für das Unternehmen darstellen. Je besser die Arbeitsbedingungen, desto bessere Chancen auf eine hohe und langfristige Arbeitsqualität und auf das wirtschaftliche Wachstum. Zudem müssen sie möglichst lange erwerbstätig bleiben, damit sie die sozialen Systeme nicht zu früh belasten. Und »[d]azu können die moderne Arbeitsorganisation sowie Gesundheitsschutz und Sicherheit in der Arbeitsumgebung einen wesentlichen Beitrag leisten, indem sie das Wohlbefinden am Arbeitsplatz sicherstellen, die Arbeitsfähigkeit aller Menschen maximieren und einem vorzeitigen Ausscheiden aus dem Arbeitsmarkt vorbeugen« (EU 2007: 3), was »nur mit der Förderung einer Präventionskultur zu bewerkstelligen [ist].« (EU 2014: 8)

Wenn es um die Prävention psychischer Belastungen geht, so antizipierte die erste Strategie diese als neu auftretende Risiken (vgl. EU 2002: 10), deren Zunahme »zu neuen Herausforderungen im Bereich Gesundheit und Sicherheit am Arbeitsplatz [führt], da die Verbesserung des Wohlbefindens bei der Arbeit durch sie einen Rückschlag erleidet.« (a.a.O.: 14) Die darauffolgende Strategie hat das Problem der psychischen Beschwerden in ihr Programm integriert. Dabei reagierte sie auf die Anhörung »zum Thema *Die psychische Gesundheit der Bevölkerung verbessern – Entwicklung einer Strategie für die Förderung der psychischen Gesundheit in der Europäischen Union*, die im Mai 2006 abgeschlossen wurde.« (EU 2007: 13) Auf das wachsende Interesse der Prävention psychischer Störungen reagierte die EU-Kommission mit dem Aufruf zur Entwicklung nationaler Strategien, die sich des Problems bewusst und konsequent annehmen: »Die Kommission fordert die Mitgliedstaaten auf, in Abstimmung mit den einschlägigen Gemeinschaftsinitiativen spezielle Initiativen zur Prävention psychischer Probleme und zur Förderung der psychischen Gesundheit in ihre nationalen Strategien aufzunehmen, und zwar auch im Bereich der Beschäftigung von Personen mit einer geistigen Behinderung.« (a.a.O.: 16)¹⁰ Wie die bisher letzte EU-Strategie nachweist, haben die meisten Mitgliedsländer eine solche Strategie bereits eingerichtet (vgl. EU 2014: 9).¹¹ Vor kurzem auch die Bundesrepublik Deutschland, was sich illustrierend in der Einleitung Gemeinsamer Deutschen Arbeitsschutzstrategie zeigt.

1.1.3 Die Gemeinsame Deutsche Arbeitsschutzstrategie

Seit Ende des Jahres 2007 wurde in Deutschland eine von Bund, Ländern und Unfallversicherungsträgern gebildete *Gemeinsame Deutsche Arbeitsschutzstrategie* (GDA)

10 Außer den von der EU-Kommission direkt geleiteten Gemeinschaftsstrategien wurden auch weitere Initiativen und Projekte gestartet (vgl. ProMenPol 2018; TENMHP 2018).

11 Interessanterweise wurde das Thema der psychischen Gesundheit in dem letzten strategischen Rahmen der EU für Gesundheit und Sicherheit am Arbeitsplatz (2014-2020) nicht explizit als eine Herausforderung bzw. als ein strategisches Ziel deklariert. Eine mögliche Erklärung bietet sich im Hinblick auf die Tätigkeit der EU-OSHA an, die gerade im Jahr 2014 ein vergleichbares Programm einleitete (vgl. Eurofound & EU-OSHA 2014).

ins Leben gerufen. Im Rückgriff auf die internationalen und europäischen Entwicklungen (vgl. GDA 2007: 2) begreift auch diese Strategie »[e]in modernes und auf Prävention ausgerichtetes Arbeitsschutzsystem« als eine »unerlässliche Voraussetzung für den Erhalt und die Verbesserung der Sicherheit und Gesundheit sowie der Beschäftigungsfähigkeit«, und »liefert zugleich wichtige Beiträge zur Stärkung der Wettbewerbsfähigkeit der Unternehmen, zur nachhaltigen Entwicklung der Volkswirtschaft und zur Stabilität der sozialen Sicherungssysteme.« (Ebd.)¹²

Der Diskurs um Prävention, gezielt auf den Erhalt einer gesunden Erwerbskraft, findet sich demnach in der nationalen Politiksetzung wieder, indem er Ziele festlegt und die möglichen Handlungsfelder und -optionen einer präventiven Politik markiert. In der GDA werden »[d]ie Ergebnisse und die Wirksamkeit der Programme [...] mittels geeigneter Indikatoren evaluiert. Auf dieser Grundlage ist die Arbeitsschutzstrategie veränderten Bedingungen anzupassen und fortzuschreiben.« (a.a.O.: 3) Mit der GDA wird ein Angebot an neuen Regierungsprogrammen geschaffen, deren Fokus sich auf die Kapazitäten der Beschäftigten, auf ihre Gesundheit, ihr Arbeits- und Privatleben und ihre Motivation zu arbeiten richtet (vgl. a.a.O.: 2). Mit den präventiven Maßnahmen soll die »Beschäftigungsfähigkeit, einschließlich der Förderung des lebenslangen Lernens« (a.a.O.: 3)¹³ der Arbeitenden gestärkt und ihre Fähigkeit zur kreativen, innovativen Arbeit

12 Neben dem einheitlichen Arbeitsschutzprogramm der GDA existieren in der Bundesrepublik Deutschland zahlreiche weitere Agenturen und Verbände, deren Ziel in der Stärkung der Präventionskultur liegt. Dazu zählen vor allem das *Bundesministerium für Gesundheit* und *Bundesministerium für Arbeit und Soziales*, die *Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung* und die *Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin* (BAuA); das *Deutsche Netzwerk für Betriebliche Gesundheitsförderung*, initiiert von der ENWHP; die *Bundesvereinigung Prävention und Gesundheitsförderung e.V.* (BVPG), die die Prävention in allen Politik- und Lebensbereichen fördern und stärken möchte; der *Berufsverband der Präventologen e.V.*, das sich für gesunde Verhaltensweisen und gesunde Verhältnisse einsetzt; die *Deutsche Gesellschaft für Nährstoffmedizin und Prävention*, die die Prävention und Therapie von Erkrankungen unter Berücksichtigung von Einflussfaktoren wie Ernährung, Bewegung, Hygiene oder Umweltbedingungen fördert; die *Deutsche Gesellschaft für Sozialmedizin und Prävention* (DGSM), die den Raum für gesundheitspolitische Diskurse zur Prävention schaffen möchte; der *GKV-Spitzenverband*, der in Zusammenarbeit mit den Verbänden der Krankenkassen die Handlungsfelder und qualitativen Kriterien für die verbindlichen Leistungen der Krankenkassen in der Primärprävention und betrieblichen Gesundheitsförderung festlegt oder das *Wissenschaftliche Institut für Prävention im Gesundheitswesen*, dessen Ziel darin besteht, den Präventionsgedanken in der Gesellschaft sowie in der Politik zu fördern und neue Präventionskonzepte zu entwickeln.

13 Zu dem Dispositiv des lebenslangen Lernens, wie ihn Niels Spilker beschrieben hat, zählen nun wiederum dieselben Elemente, die am Ursprung des Präventionsgedankens ihre Wirkung entfalten: »Risiko, Instabilität, Ungewissheit und die Unmöglichkeit der Kontinuität.« (Spilker 2013: 229)

gefördert werden: »Arbeitsschutz soll Innovationen fördern, nicht hemmen.« (Ebd.)¹⁴

Bei der Vorbereitung und Ableitung der Arbeitsschutzziele gilt es zuallererst die Informationen zu sammeln, die den Wissenshintergrund ausfüllen können. Deshalb müssen diese »einerseits auf nachvollziehbaren wissenschaftlich-empirischen Daten fußen, andererseits die praktischen Erfahrungen und Erkenntnisse der Träger der GDA einbeziehen.« (a.a.O.: 5) Mit den oben gestellten Aufgaben hat »[d]as Identifizieren möglicher Arbeitsschutzziele und das Festlegen der endgültigen Arbeitsschutzziele« (ebd.) begonnen, was den fortschreitenden Prozess der ständigen Beobachtung, Evaluierung und Neuanpassung in Gang gesetzt hat: »Wer vorbeugen will, darf niemals aufhören.« (Bröckling 2008: 44) In das langwierige Abhandeln zwischen den möglichen und den endgültigen Zielen müssen zudem »zusätzliche pragmatische und partizipative Elemente« eintreten, die »den notwendigen Spielraum schaffen, um zu Ergebnissen zu gelangen, die von allen Beteiligten getragen werden.« (GDA 2007: 5) Der Schutz vor Gefährdungen wird als eine gemeinsame Aufgabe gedacht, weswegen möglichst viele partizipative Elemente miteinbezogen werden sollen, damit alle Beteiligten davon profitieren können. Beispielhaft für das Arrangieren der Wissens Elemente wäre das bereits etablierte IGA-Rangordnungsverfahren, das in die GDA Initiative übernommen wird.¹⁵ Dieses Verfahren besteht, erstens, aus der Ermittlung und Evaluierung von Kriterien, anhand welcher die Krankheiten und Unfälle eingeordnet werden können, und, zweitens, aus Expertengesprächen, durch welche die Rangordnung präzisiert und die Hauptziele der Prävention definiert werden. Dadurch fließen in das Zielfindungsverfahren »[o]bjektive Kriterien, wie beispielsweise Zahl der Schadens-

14 In dieser Hinsicht und im Hinblick auf die Prävention psychosozialer Belastungen, wie des Burnout-Syndroms, stellt sich ein besonderer Zusammenhang zwischen der Gesundheitsförderung und der Innovationskraft der Beschäftigten heraus. Bereits Ève Chiapello und Luc Boltanski haben in ihrer Kritik des Kapitalismus auf seinen dritten Geist hingewiesen, der sich durch den Anreiz zur Kreativität und Innovation auszeichnet (vgl. Boltanski & Chiapello [1999] 2003). In den letzten Jahren wächst die Bedeutung der Beschäftigungsfähigkeit und der Innovationskraft der arbeitenden Subjekte, die durch präventive Maßnahmen begünstigt werden soll, denn »[n]ur wer gesund ist, kann auch seine ›qualifikatorische‹ Beschäftigungsfähigkeit in betriebliche Entwicklungs- resp. Innovationsprozesse einbringen.« (Thomzik 2009: 11 [Herv. i. O.]) Mit der zunehmenden Differenzierung der Arbeit und den hohen Ansprüchen an wissensbasierte, hochqualifizierte Leistungen, beispielsweise in der IT Branche, intensiviert sich die Gefahr der psychischen Belastungen noch stärker und ruft entsprechende Präventionslogiken hervor (vgl. Becke et al. 2010; Kriegesmann 2010). Eine kritische Untersuchung der Wechselbeziehungen zwischen Prävention und Innovation stellt inzwischen ein wichtiges Forschungsdesiderat dar.

15 »Kernelemente der Methode zur Entwicklung von Arbeitsschutzzielen der Initiative Gesundheit und Arbeit (IGA) sind das Rangordnungsverfahren und das Expertengespräch.« (GDA 2007 [Anlage 1, S. 1])

fälle, Arbeitsunfähigkeit, Kosten, Präventionsmöglichkeiten, Latenzzeiten etc., [...] ein und erlauben eine deutliche Priorisierung auf wissenschaftlicher Grundlage.« (GDA 2007: 6) An dieser Stelle kann die Problematisierung der Prävention als einer bestimmten Regierungstechnik bereits beobachtet werden.

Die Problematisierung der Prävention erfordert das Herstellen eines wissenschaftlich objektivierbaren Wissensraums, in dem die bestehenden Begriffe ihre Bedeutung, ihren Rang und ihre Beziehung zueinander bekommen: »Bevor ein Raum ›in Besitz genommen‹ bzw. ›kolonisiert‹ wird, muß er zunächst gewußt werden, jeder ›Zu-Griff‹ oder ›Ein-Griff‹ erfordert einen ›Be-Griff‹.« (Lemke 2004: 172 [Herv. i. O.])¹⁶ Nur so kann der Diskurs, hier der Spezialdiskurs, hervorgebracht werden und die beteiligten Akteure für spezifische Begrifflichkeiten sensibel machen. Wie die Arbeitsschutzstrategie weiter vorschreibt, sind die »Akteure im Aufgabenfeld Sicherheit und Gesundheitsschutz, insbesondere aber die Sozialpartner, [...] aufgerufen, im Rahmen des Zielfindungsprozesses Themenvorschläge zu den Gestaltungs- und Zielfeldern (Technische Sicherheit, Unfallverhütung, Gesundheitsschutz, menschengerechte Gestaltung, betriebliche Gesundheitsförderung) und den Handlungsfeldern einzubringen.« (GDA 2007: 6) Hierin werden die Beteiligten ermutigt, Themenvorschläge zu formulieren und sich also des Problems in ihren konkreten Umfeldern bewusst zu werden. Mehr noch, die bestehenden Schwierigkeiten müssen überzeugend und präventionswürdig dargestellt werden, damit sie in die Schutzstrategie übernommen werden können, da sich »[n]icht jedes Arbeitsschutzziel [...] als Arbeitsschutzziel im Rahmen der GDA [eignet]«, weswegen die möglichen Ziele »anhand zweckdienlicher Kriterien auf ihre Eignung hin beurteilt werden [müssen].« (Ebd.) Die Kriterien werden als mittelbare (bspw. Expositionsdaten) oder unmittelbare (bspw. Arbeitsunfälle) Indikatoren gedacht, weil sie »am besten die Auswirkungen von Interventionen auf die Zielgrößen Sicherheit und Gesundheit bei der Arbeit beschreiben.« (a.a.O.: 9)¹⁷ Hierbei wird eine weitere Spezifik der präventiven Interventionen erkenntlich. Indem die Auswirkungen der durchgeführten Maßnahmen erst nach einer

16 Thomas Lemke präzisiert den Begriff des Raums wie folgt: »Wenn hier von Räumen die Rede ist, so handelt es sich dabei nicht um unsere alltagsweltliche Vorstellung eines ›natürlichen‹, das heißt immer schon vorhandenen geografischen oder physischen Raums, der eingenommen oder durchquert wird. Der Raum der Regierung ist weder eine ›Bühne‹, auf der ein bestimmtes Stück aufgeführt noch ein ›Behälter‹, der angefüllt wird, sondern ein Problem-Raum, der sich durch eine spezifische Verschränkung von Wissens-, Macht- und Subjektverhältnissen auszeichnet.« (Lemke 2004: 173 [Herv. i. O.]

17 Im Fall der psychischen Störungen wurden als Beispiele dieser möglichen Indikatoren solche Kriterien wie »Zahl der AU-Tage aufgrund psychischer Erkrankungen; Inzidenz und Prävalenz von psychischen Erkrankungen; Ergebnisse von Beschäftigtenbefragungen, z.B. *European Working Conditions Survey*; Aufwendungen für Heilbehandlungen; Zahl der Branchenvereinbarungen zur Reduzierung psychischer Belastungen; Zahl der durchgeführten Seminare und Teilnehmer, die Stresspräventionsseminare u. ä. besucht haben; Langfristig: Anzahl

bestimmten, kürzer oder länger andauernden Zeit deutlich werden, sollen bei der Definition der Schutzziele »[n]icht nur Daten und Erkenntnisse aus zurückliegenden Zeiträumen [...] berücksichtigt werden, sondern auch Prognosen über zukünftige Risiken.« (a.a.O.: 7) So konstruiert Prävention, mit Ulrich Bröckling gesprochen, »die bedrohlichen Zukünfte, gegen die sie Abhilfe verspricht« (Bröckling 2012: 95) und erzeugt damit unmittelbar politische Implikationen: »Es sind Aushandlungsprozesse und Deutungskämpfe, die darüber entscheiden, welche Interventionen unter Prävention verbucht werden und welche nicht.« (Ebd.) Im Fall der GDA basieren die Prognosen »auf Befragungen von Experten, die ihre Einschätzungen zu zukünftigen Entwicklungen und Trends bei Risiken abgeben.« (GDA 2007: 7) Die Projizierung der noch nicht existierenden Gefährdungen in das gegenwärtige Modellieren möglicher Präventionsmaßnahmen generiert neue Handlungsfelder und reproduziert die schon etablierten Problemräume.

Gleichzeitig werden Fachpersonen zur Hilfe gezogen, die anhand passender Methoden, hier der Delphi-Methode, einschätzen sollen, wo Risiken und Gefährdungen vorzusehen sind und worauf sich der Blick bei der Prävention richten soll (vgl. ebd.). Die GDA nimmt an dieser Stelle Bezug auf die Europäische Agentur für Sicherheit und Gesundheitsschutz (EU-OSHA) und die Europäische Beobachtungsstelle für Risiken. Diese Beobachtungsstelle entwickelt seit einigen Jahren ein webbasiertes System zur Ermittlung neuauftretender Risiken und ihr Verfahren wurde auch in die Datenanalyse der GDA übernommen. Für diese Analyse werden zwei Kategorien von Informationen ermittelt: »Veröffentlichungen aus renommierten Zeitschriften oder Internetauftritten und Befragungen von etwa 500 Arbeitsschutzexperten in Europa.« (GDA 2007 [Anlage 3c, S. 8]) Anhand der Delphi-Methode, d.h. eines Prognoseverfahrens, in dem die Experten auf ihre Meinungen hin befragt werden, diese zu Zwischenergebnissen gesammelt und erneut kommentiert werden, bis die Ergebnisse erreicht sind, erfolgte auch in diesem Fall eine Befragung, »in der für jede der zuvor genannten Risikoklassen zunächst eine Art ›Brainstorming‹ zu möglichen neuen Risiken durchgeführt und in zwei weiteren Befragungen Bewertungen jedes einzelnen Risikos in Bezug auf seine Wichtigkeit für die Zukunft abgefragt wurden.« (ebd. [Herv. i. O.]) Am Anfang wurden also gewisse Risikoklassen bereits identifiziert, was die *Nicht-Präsenz* der Gefährdungen schon am Anfang außer Frage stellt. Für jede von diesen Klassen wurde ein Brainstorming, eine Sammlung von Ideen und Überlegungen, zu neuen, in der Zukunft sehr wahrscheinlich auftretenden Risiken durchgeführt. Jede Risikoklasse wurde demnach bis zu den kleinsten Elementen, wo Probleme vorzufinden sind, durchbohrt. Und es sind für Foucault jene Orte, an denen die Macht ihre Wirkung entfaltet und wo sie analysiert werden muss, d.h. »an ihren äußersten Punkten, in

der neuen Erwerbsminderungsrenten aufgrund von psychischen Erkrankungen« (GDA 2007 [Anlage 5, S. 3]) genannt.

ihren letzten Andeutungen, dort, wo sie kapillarisch wird.« (Foucault [1976] 2003c: 236) Zu diesen kleinsten Teilen wurden in zwei weiteren Befragungen Bewertungen abgefragt, sodass eine evaluierte und systematisierende Studie entstehen konnte. Wie die Experten vorangegangen sind, bleibt insofern unklar, als sie das einzig für diese Entscheidung qualifizierbare Wissen besitzen und demnach auch ihre Bewertungen abgeben. Dank dem statistischen Abgleichen ihrer Bewertungen und der daraus entwickelten Rangordnung bleiben ihre Einschätzungen anonymisiert und legitimieren zugleich die Qualität der Endergebnisse, in denen »die genannten neu auftkommenden Risiken nach ihrer Wichtigkeit geordnet werden.« (GDA 2007 [Anlage 3c, S. 8])¹⁸ Die bereitgestellte Anordnung wird im weiteren Verlauf konkretisiert, sodass übergeordnete Ziele formuliert und »das entsprechende Arbeitsschutzziel als GDA-geeignet identifiziert« werden kann (GDA 2007: 8).

In diesem komplexen Verfahren und der notwendigen Abstimmung zwischen den Trägern und weiteren Sozialpartnern wurden Ende des Jahres 2007 die psychischen Gefährdungen nur am Rande diskutiert und miteinbezogen. Die einzige Ausnahme stellt die Ausarbeitung möglicher Arbeitsschutzziele und Handlungsfelder mit dem Ziel, psychische Belastungen und Erkrankungen zu verringern. Wie klar die Überlegungen zum Schutz der psychischen Gesundheit auch formuliert sein mögen, in das Fachkonzept für die Jahre 2008-2012 wurden sie lediglich »als ›Querschnittsthemen‹ integriert« (GDA 2014b: 4 [Herv. i. O.]), da die drei Hauptthemen: »Arbeitsunfälle, Muskel-Skelett-Erkrankungen und Hauterkrankungen« das Auftreten psychischer Belastungen bereits abdecken konnten (ebd.). Doch währenddessen wurde auf der europäischen Ebene klar, »dass die Gefahren für das psychosoziale Wohlbefinden nicht mittels einer einzigen Maßnahme bekämpft werden können, sondern dass dafür ein mehrere Stufen umfassender Prozess erforderlich ist, der Veränderungen im Arbeitsumfeld notwendig macht.« (Eurofound & EU-OSHA 2014: 6)¹⁹

18 Die im Jahr 2005 prognostizierten Risiken fokussierten auf die physischen Gefährdungen, denen die Arbeitnehmer ausgeliefert sind und die sie als belastend empfinden. Aus den zehn wichtigsten zukünftigen Risiken der Expertenbefragung wurden die psychischen Gefährdungen nur indirekt und in Kombination mit anderen multifaktoriellen Risiken genannt. So befindet sich eine kombinierte Exposition von Muskel-Skelett Belastungen und psychosozialen Risikofaktoren (wie z. B. Zukunftsangst oder Unsicherheit) mit 4,43 Punkten auf dem siebten und multi-faktorielle Risiken (wie es z. B. die Bedingungen aus den Callcentern nahelegen, wo kombinierte Effekte aus schlechtem ergonomischem Design, schlechter Arbeitsorganisation und mentaler und emotionaler Anforderung stattfinden) mit 4,42 Punkten auf dem achten Platz (vgl. GDA 2007 [Anlage 3c, S. 9]; vgl. auch Flaspöler/Reinert/Brun 2005). Seit dieser Zeit haben sich die methodologischen Instrumente zur Einschätzung der möglichen und neu auftretenden Risiken europa- (vgl. Bakusic et al. 2017) wie bundesweit (Wittig/Nöllenhaidt/Brenscheidt 2013) weiterentwickelt und verfeinert.

19 Hier aus der deutschen Fassung des Dokuments übernommen.

Die Thematisierung der psychischen Gesundheit bei der Arbeit hat in dem deutschen Kontext nicht lange auf sich warten lassen. Bereits im Oktober 2013 hat eine Änderung des deutschen *Arbeitsschutzgesetzes* (ArbSchG) stattgefunden, wo im § 5 (Beurteilung der Arbeitsbedingungen) unter Ziffer 6 *psychische Belastungen bei der Arbeit* als eine weitere Art von Gefährdung angegeben wurden (vgl. Hellwig 2013). Nach zwei Jahren wurde dann von dem Deutschen Bundestag das Gesetz zur Stärkung der Gesundheitsförderung und der Prävention, das sog. *Präventionsgesetzes* (PrävG) verabschiedet (vgl. Bundestag 2015). Und ein Jahr später hat sich dann zum ersten Mal die *Nationale Präventionskonferenz* gebildet, um »im Interesse einer wirksamen und zielgerichteten Gesundheitsförderung und Prävention [...] bundeseinheitliche[n] trägerübergreifende[n] Rahmenempfehlungen (Bundesrahmenempfehlungen)« zu beschließen (NPK 2016: 5), womit sie »die Voraussetzungen für den Start der nationalen Präventionsstrategie geschaffen und eine gesetzliche Kernaufgabe umgesetzt [hat].« (Hellwig 2016) Die Konferenz hat anerkannt, dass psychische Belastungen einen wesentlichen Faktor in dem Arbeitsschutz darstellen und hat dafür plädiert, die »psychische[n] Belastungsfaktoren im Rahmen der Gefährdungsbeurteilung zu berücksichtigen.« (NPK 2016: 10)²⁰ Die gesellschaftliche Sensibilisierung für die psychische Gesundheit hat sich auch in dem neuen GDA Programm deutlich widerspiegelt.

Nach der ersten strategischen Phase, wo die psychischen Belastungen nur als Querschnittsthemen aufgefasst wurden, wurde für die Jahre 2013-2018 neben der Organisation des betrieblichen Schutzes und der Verringerung der Muskel-Skelett-Erkrankungen das dritte Ziel des Programms als »Schutz und Stärkung der Gesundheit bei arbeitsbedingter psychischer Belastung« (GDA 2015a) bestimmt. Das neu gegründete Arbeitsprogramm *Psyche* wollte damit auf das fehlende Wissen »um die richtigen Präventionsmöglichkeiten« (ebd.) reagieren und setzte sich zum Ziel, Angebote und Instrumente zu entwickeln, »die Betrieben und Beschäftigten ein frühzeitiges Erkennen und Vermeiden von Gesundheitsrisiken durch psychische Belastungen bei der Arbeit leichter machen sollen.« (Ebd.) Die Schwerpunkte des GDA Programms *Psyche* wurden in drei Teile gegliedert. Diese richten sich primär auf die konkrete Hilfe für Betriebe, auf Bereitstellung von Informationen und Qualifizierung von Fachkräften, die wiederum die Überwachung und Beratung der Betriebe übernehmen sollen.²¹ Einen detaillierten Überblick des Programms bie-

20 Für weitere rechtliche Verankerung der Prävention psychosozialer Belastungen siehe Portuné/Ludborsz/Rexroth 2016: 115ff.

21 So werden in dem ersten Teil der Hilfe für Betriebe »praxisgerechte[...] Hilfen und Unterstützungsangebote[...] für Betriebe und Beschäftigte« abgestimmt, die »Empfehlungen zur Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastungen« abgestimmte und »gute[...] Praxisbeispiele« verbreitet. Im zweiten Teil sollen dann »Fachinformationen und Schulungsangebote[...] für Arbeitgeberinnen und Arbeitgeber, Beschäftigte, Betriebsärztinnen und Betriebsärzte sowie Fachkräfte für Arbeitssicherheit« erarbeitet und die »Qualifizierung der Beauftragten für

tet sein Arbeitsplan, der die Ziele, die Vorgehensweise und die Methodik der Prävention psychischer Gefährdungen am Arbeitsplatz umfasst. In seiner konkreten Anwendung hat das Arbeitsprogramm zuallererst »eine spezifische Informationskampagne an die Betriebe« gerichtet (GDA 2014a: 7), damit diese einen zeitlichen Vorlauf bekommen können, um »sich mit der Thematik zu befassen, ihre Kooperationspartner und Experten einzubeziehen und die erforderlichen Aktivitäten zu initiieren.« (Ebd.) Wie bei der vorherigen Phase, wurden auch in dem 2013-2018 Programm Evaluationen und Monitoring durchgeführt, damit eine »Dokumentation des im Betrieb vorgefundenen Sachstandes« stattfinden kann (a.a.O.: 6). Im Kern geht es also bei diesen Verfahren »einerseits darum, die Quote der Betriebe zu steigern, die sich überhaupt mit der Fragestellung befassen und andererseits kommt es darauf an, die jeweiligen Betriebe dazu zu befähigen, die im Prozess der Gefährdungsbeurteilung gewonnenen Erkenntnisse ggf. in Maßnahmen überzuleiten.« (a.a.O.: 12) Im Endeffekt sollte dann das Arbeitsprogramm »Medienpräsenz herstellen, Wissen über psychische Belastungen und ihre Prävention verbessern, Einstellungen zu psychischen Belastungen und ihre Prävention verändern, Veränderungen (Verhalten und Verhältnisse) in den Betrieben bewirken und damit Zahl und Umfang psychischer Beanspruchung der Beschäftigten und sonstigen Betroffenen reduzieren.« (a.a.O.: 34) Wie die aufgeführten Ziele zeigen, bleibt ihre Formulierung, bis auf das letzte Ziel, das statistisch messbar ist, vage und allgemein. Zwar sollten die Leitlinien des Programms »so konkret sein, dass sie Handlungssicherheit für die praktische Anwendung ermöglichen« (GDA 2015b: 4), doch »lässt sich ein potentieller Einfluss des GDA-Programms *Psyche* nur schwer bemessen.« (GDA 2014a: 14) Dies liegt einerseits daran, dass den psychischen Störungen »in der Regel ein multifaktorielles Ursachengeschehen zu Grunde [liegt]« (a.a.O.: 1), weshalb »keine unmittelbaren Kausalbeziehungen nachweisbar [sind].« (a.a.O.: 2) Andererseits sind »die Erscheinungsformen und Folgen psychischer Belastungen bei verschiedenen Tätigkeiten und Branchen sehr unterschiedlich [...] und [bedürfen] entsprechend unterschiedliche[r] Handlungskonzepte und Maßnahmen.« (Ebd.)

Damit die Leitlinien jedoch möglichst weitreichend ansetzen können, müsste ein entsprechendes Aufsichtspersonal geschult werden. Seine Aufgabe besteht in der »Dokumentation des Ist-Zustandes [...] sowie – bei Bedarf – eine[r] Beratung des Betriebes/der betrieblichen Akteure über die grundsätzlichen Erforder-

den Arbeits- und Gesundheitsschutz in den Unternehmen« durchgeführt werden. Schließlich sollen im dritten Teil die »psychischen Belastungen in die betriebliche Gefährdungsbeurteilung« einbezogen werden und die »gesundheitsförderliche Gestaltung der Arbeitszeit« sowie die »Prävention an Arbeitsplätzen mit dem Risiko von traumatischen Ereignissen und Gewalt am Arbeitsplatz sowie schwierigem Klientel« gefordert werden (GDA 2015a [Herv. i. O.]).

nisse im Umgang mit den psychischen Belastungen.« (a.a.O.: 7)²² Die Aufsichtspersonen sollen hierbei grundsätzlich als Generalisten auftreten und »dabei eine Lotsenfunktion wahr[nehmen], das heißt, sie stellen den Unternehmen ihre fachbezogenen Kenntnisse als Wegweiser und Berater zum Thema psychische Belastung zur Verfügung, ohne jedoch die betriebliche Bearbeitung des Themas in den einzelnen Phasen zu begleiten.« (GDA 2015b: 7) Vielmehr soll also das Personal bei seiner Aufsicht die besuchten Betriebe und Unternehmen für das Problem der psychischen Gefährdung sensibilisieren. Der Leitlinie zufolge kommt ihm nicht die Aufgabe zu, konkrete, fachorientierte Beurteilung der Belastungsfaktoren bereitzustellen oder eine »systematische Ermittlung der psychischen Belastung« (ebd.) durchzuführen, sondern die Information und Beratung zur Prävention und Abstellung eines konkreten Mangels anzubieten und den Verlauf der betrieblichen Gefährdungsbeurteilung zu prüfen, zu überwachen und ggf. auch zu sanktionieren (vgl. a.a.O.: 10). Durch Schulungen soll es die Kenntnisse und Kompetenzen erlangen, die ihm die Kommunikation mit den Verantwortlichen in den Betrieben ermöglicht (vgl. a.a.O.: 14ff). Die interessante Stellung des Aufsichtspersonals in dem Arbeitsschutzprogramm zeigt sich allerdings in seiner Aufgabe, die Arbeitgeber zu einer Art doppelter Präventionsstrategie anzuleiten. Zum einen wird nämlich das Aufsichtspersonal beauftragt, die Arbeitgeber »zur Optimierung der Arbeitsgestaltung (Verhältnisprävention)« (a.a.O.: 10) zu führen. Andererseits sollten die letzteren »auch zur Implementierung von Maßnahmen motiviert werden, die Ressourcen der Beschäftigten aufbauen (Verhaltensprävention).« (Ebd.) Mit der Verhältnisprävention werden diejenigen Maßnahmen pointiert, die sich an eine situationsorientierte, technische, organisationale oder strukturelle Arbeitsgestaltung richten. Demgegenüber wird unter der Verhaltensprävention die Anwendung solcher Maßnahmen verstanden, die die Kompetenzen und sichere und gesundheitsgerechte Verhaltensweisen der Beschäftigten fördern (vgl. a.a.O.: 28). Den Beschäftigten wird also auf doppelte Weise vermittelt, dass sowohl ihre Arbeitsumgebung wie ihre eigenen Kompetenzen passend gestaltet und optimiert werden können, was sie zu einem sensiblen Umgang mit sich selbst bzw. zum Aufbau einer Technologie des Selbst führt, »bei der alle Steuerungs- und Kontrollmechanismen in Eigeninitiative ergriffen werden müssen.« (Legnaro & Birenheide 2008: 136) Somit finden sich die Beschäftigten in einer Situation wieder, in der die ihnen vermittelte Eigenverantwortlichkeit »das berufliche Scheitern zum eigenen Scheitern werden [lässt].« (a.a.O.: 137) In der Gestalt des Aufsichtspersonals leitet die Präventionsstrategie ihre Adressaten zur Arbeit an sich selbst an. Indem sie die Tür

22 Während der ersten Phase des Programms (2015 bis 2017) wurden von diesem Personal, zu der Zeit mit ca. 400 Mitarbeiter, »etwa 12 000 Betriebsbesuche durchgeführt« (GDA 2014a: 7), d.h. etwa 4000 Besuche jährlich.

für die Umgestaltung der von den Beschäftigten unabhängigen Arbeitsbedingungen und das Aneignen notwendiger Kompetenzen, die erworben werden können, öffnet, bleiben ihnen keine weiteren Auswegmöglichkeiten frei, außer der Aufgabe, »flexible Strategien der Fehlervermeidung sowie der Anpassung an veränderte Umweltbedingungen [zu, J.Z.] entwickeln.« (Bröckling 2008: 46)²³ Dank der allumfassenden Prävention, die nicht aufdringlich und mit Zwang, sondern durch Angebote und Verbesserungsvorschläge auftritt, werden die Beschäftigten als Gefährdete zur Mitwirkung und Selbstprävention aufgefordert. Ihre Arbeitsleistung und der Erfolg des Betriebs sind verbunden und die möglichen Misserfolge fallen auf diejenigen zurück, die sich dem gemeinsamen Schutzprogramm, und mithin dem gemeinsamen Erfolgsprogramm, nicht angeschlossen haben.

Dem Aufsichtspersonal obliegt es weiterhin, dafür zu sorgen, »dass in den Betrieben zu psychischer Belastung eine angemessene Gefährdungsbeurteilung im Sinne der ›Leitlinie Gefährdungsbeurteilung und Dokumentation‹ vorliegt.« (GDA 2015b: 10 [Herv. i. O.]) Der zentrale Inhalt solcher Gefährdungsbeurteilung(-en) sollte auf die Frage antworten, »ob und wie Merkmale der Arbeitsaufgabe, der Arbeitsorganisation, der sozialen Beziehungen und der Arbeitsplatz- und Arbeitsumgebungsbedingungen im Betrieb ermittelt und welche Maßnahmen des Arbeitsschutzes zum Erhalt und zur Förderung von Sicherheit und Gesundheit der Beschäftigten bei ihrer Arbeit abgeleitet und umgesetzt wurden.« (a.a.O.: 18) Des Weiteren müssen die Aufsichtspersonen die Betriebe so informieren, dass die Gefährdungsbeurteilung zur Ableitung und Umsetzung »von angemessenen Maßnahmen« (ebd.) führt und von den Betrieben »als Prozess organisiert und durchge-

23 Welche Erfahrungen das Aufsichtspersonal bei seiner Arbeit macht, legt die im Jahr 2013 durchgeführte GDA-Dachevaluation nahe. Zwar nur die erste Phase des GDA-Programms reflektierend, doch mit durchaus analogen Schlussfolgerungen für die zweite Phase, in die die Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastungen miteinbezogen wurde, hat die Evaluation eine umfangreiche Befragung des Aufsichtspersonals durchgeführt. In den Reaktionen des Aufsichtspersonals überwiegt mit 53 % eine kritische Haltung, wobei sich 43 % neutral und nur 4 % der Befragten positiv für das Einführen des zusätzlichen, GDA-gesteuerten Präventionspakets ausgesprochen haben (vgl. Lißner & Brück 2013: 69). In dem kritischen Tenor werden die neuen Aufgaben meistens mit einem erhöhten Arbeitsaufwand und einer Neubestimmung der Prioritäten verbunden (vgl. a.a.O.: 70). Dabei wurde erkennbar, dass einige Aufsichtspersonen die neuen Präventionsprogramme paradoxerweise als eine Verringerung ihrer bisherigen, internen Präventionsstrategien empfunden haben: »GDA-Programme gehen zu Lasten der bisherigen Überwachung.« [...] »Eigene Schwerpunktsetzungen sind infolge der GDA kaum noch möglich! – Schade!« (a.a.O.: 71) Dahingegen haben sich einige gewünscht, dass das Programm konkretere Maßnahmen anbietet, anstatt nur Kontrolle auszuüben: »GDA ist zu sehr überwachungsorientiert. Es fehlt der Gesichtspunkt der ›Fortbildung‹ und Aufklärung der Unternehmer und der Führungskräfte.« (a.a.O.: 76f [Herv. i. O.]) Die zwei genannten Positionen, die Empörung über neue Maßnahmen und der Wunsch nach stärkerem Ausbau des Programms, stellen die Differenzen dar, die die GDA-Strategie auslöst.

führt wird.« (Ebd.) Was eine solche Beurteilung beinhalten soll und wie die Betriebe vorgehen können, beschreiben die allgemeinen und durchgearbeiteten Empfehlungen zur Umsetzung der Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastung. Diese beschreiben einen Korridor, »innerhalb dessen sich die konkrete Umsetzung der Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastung bewegen sollte« (GDA 2017: 4) und richten sich vor allem »an Unternehmen und betriebliche Arbeitsschutzakteure (u.a. Arbeitgeber, Betriebs-/Personalräte, Betriebsärzte, Fachkräfte für Arbeitssicherheit)« (ebd.), denen sie Orientierung darüber geben sollen, »wie psychische Belastungen angemessen in der Gefährdungsbeurteilung berücksichtigt werden können.« (Ebd.) Den Kern dieser Empfehlungen bilden die Verfahren, durch die das Wissen um psychische Gefährdung ermittelt wird, denn anhand dieses Wissens wird es möglich sein, die Gefährdungen zu beurteilen und die dazu notwendigen Maßnahmen zu entwickeln und umzusetzen. Die Verfahren gliedern sich in drei Teile:

- Im ersten Schritt werden die zur Verfügung stehenden Informationen zusammengetragen. Falls diese Kenntnisse für die Maßnahmenplanung nicht hinreichend sind, müssen die Informationen zur Gefährdung neu gewonnen werden.
- Im zweiten Schritt werden drei unterschiedlichen Vorgehensweisen zur Ermittlung der fehlenden Informationen angeboten. Als eine Variante ergeben sich standardisierte schriftliche Mitarbeiterbefragungen, in denen die Beschäftigten selbst zur psychischen Belastung ihrer Arbeit befragt werden (vgl. a.a.O.: 9). Eine zweite Variante stellt die Beobachtung bzw. das Beobachtungsinterview dar, die es ermöglichen soll, die Arbeitssituation durch das fachkundige Beobachten »auch unabhängig von dem subjektiven Erleben der Beschäftigten zu erfassen.« (a.a.O.: 10) In der dritten Variante, den moderierten Analyseworkshops, werden »unter Bezugnahme sowohl auf das Erfahrungswissen der Beschäftigten und Führungskräfte als auch auf das Fachwissen von Experten« (ebd.) die Belastungen analysiert und beschrieben. Eine unabdingbare Voraussetzung für dieses Verfahren stellt eine »offene Gesprächskultur und eine vertrauensvolle Atmosphäre im Unternehmen« (ebd.) dar, da das gegenseitige Mitteilen von oft intimen Beschwerden im offenen Raum besprochen wird.
- Im abschließenden dritten Schritt sollen anhand der ermittelten oder gewonnenen Kenntnisse die passenden Instrumente je nach der Spezifik des Unternehmens und der Arbeitstätigkeit gewählt werden (vgl. a.a.O.: 23f).

Wurden sodann die Belastungen festgestellt, kommt es im weiteren Verlauf darauf an, »einzuschätzen, »ob Maßnahmen« des Arbeitsschutzes »erforderlich sind« und

wenn ja, welche dies sein können.« (a.a.O.: 11 [Herv. i. O.]²⁴ Das heißt, den Unternehmen obliegt es, den Soll/Ist-Vergleich zu beurteilen und anhand der Ergebnisse geeignete und nachvollziehbar begründete Maßnahmen zu entwickeln und umzusetzen (vgl. a.a.O.: 12). Die bereitgestellten Maßnahmen sollen demnach »die verbleibende ›Gefährdung möglichst gering« halten (ebd. [Herv. i. O.]) und die entstandenen »›Gefahren an ihrer Quelle« bekämpfen (ebd. [Herv. i. O.]). In Bezug auf die doppelte Präventionsstrategie der Verhältnis- und Verhaltensoptimierung wird es empfohlen, »Maßnahmen zu bevorzugen, die sich auf Verhältnisse (Organisation, Struktur, Prozesse, Tätigkeiten) beziehen, gegenüber Maßnahmen, die auf das Verhalten der Beschäftigten abzielen.« (Ebd.) In dieser Hinsicht lässt sich hinterfragen, inwiefern die Einleitung notwendiger Maßnahmen den Raum für die Verhaltensoptimierung der Beschäftigten kreierte und sie dadurch indirekt zur Selbstprävention anleitet. Anders ausgedrückt, die Schaffung der Präventionsrationalität und die dazu erbrachten Praktiken der Beobachtung, Hinterfragung und Anpassung der Arbeitsbedingungen (Verhältnisoptimierung), zusammen mit der Anleitung der Beschäftigten zur Eigenverantwortung für die Mitgestaltung gesunder Arbeitsbedingungen, implizieren das Wirken einer Regierungslogik, die die Anführung zur Selbstführung fördert. Indem das GDA-Programm das Betreiben einer fortlaufenden Wirksamkeitskontrolle empfiehlt, kann diese Regierungslogik auf Dauer praktiziert werden und weiter sedimentieren. Eine Wirksamkeitskontrolle soll nämlich festhalten, »ob sich die psychische ›Belastungssituation‹ nach Umsetzung der Maßnahmen in der gewünschten Weise verändert hat oder nicht.« (a.a.O.: 13 [Herv. i. O.]) Wenn dies nicht der Fall ist, »sind weitergehende oder andere Maßnahmen zu entwickeln und umzusetzen, um die Gefährdung zu reduzieren.« (Ebd.) Mehr noch, da die Präsenz und die Art von Gefährdungen ständig wandeln, muss ihre Beurteilung in regelmäßigen Abständen auf Aktualität geprüft werden. Je nachdem, wie sich die Gegebenheiten der Gefährdungsbeurteilung geändert haben, muss sich diese ihnen inhaltlich anpassen. Als Anlässe für eine solche Aktualisierung werden folgende Gründe genannt:

- »Veränderungen der Arbeitsbedingungen und der damit verbundenen psychischen Belastung, beispielsweise durch Restrukturierung, Reorganisationen von Tätigkeiten und Arbeitsabläufen oder nach Anschaffung neuer Maschinen und Produktionsausrüstungen;

24 Eine anschauliche Darstellung der möglichen psychischen Belastungen wurden im Anhang des Dokuments zusammengestellt (vgl. GDA 2017: 17ff). Ebenso wurden in den Empfehlungen auch Prüffragen zur Auswahl von passenden Instrumenten bzw. Verfahren aufgelistet (vgl. a.a.O.: 21ff).

- auffällige Häufungen von Fluktuation, Beschwerden, Gesundheitsbeeinträchtigungen u. a., die auf Gefährdungen durch psychische Belastung bei der Arbeit hindeuten;
- neue arbeitswissenschaftliche Erkenntnisse oder Arbeitsschutzvorschriften.« (a.a.O.: 14)

Zuallerletzt müssen sowohl übliche als auch aktualisierte Gefährdungen fortlaufend dokumentiert werden, wozu die Betriebe auch gesetzlich verpflichtet sind (vgl. a.a.O.: 15). Alle wesentlichen Informationen zu der Beurteilung psychischer und anderer Gefährdungen müssen so umfangreich gesammelt werden, »dass sie für die Planung und Umsetzung der Arbeitsschutzaktivitäten im Betrieb »nützlich sind und genutzt werden« (können).« (ebd. [Herv. i. O.])²⁵

Nun, wenn die Empfehlungen mit ihrem Aufbau, ihrer Zielsetzung, ihrem Aufruf zur Kontinuität und Aktualität zusammenfassend betrachtet werden und in ein globaleres Bild der sich langsam entwickelnden Präventionskultur, die von der Weltarbeitsorganisation über die Strategien und Pläne der Europäischen Union bis hin zu nationalen Präventionsprogrammen wie GDA reicht, gesetzt werden, so ließe sich festhalten, dass sich im Gebiet des betrieblichen Gesundheitsschutzes der Präventionsdiskurs als Spezialdiskurs durchaus etabliert hat.

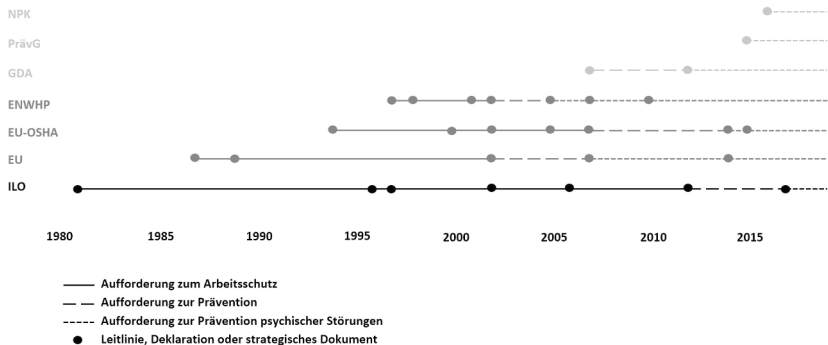
1.1.4 Zwischenfazit

Die oben angesprochene Entwicklung umrahmt den kulminierenden Versuch, die Prävention der in und durch die Arbeit verursachten psychischen Gefährdungen zu einer Zielvorgabe für die Politik zu machen. Erreicht werden konnte dieser Zustand durch die Etablierung eines speziellen Diskurses, in diesem Falle des Präventionsdiskurses, welcher sich durch unterschiedliche Programme zur Gefährdungsbeurteilung entwickeln und verankern konnte und zur Entstehung zahlreicher Programme geführt hat. Was mit einem einfachen Aufruf zum Schutz bei der Arbeit begonnen hat (vgl. ILO 1981), konnte sich über Jahre hinweg zu einem umfangreichen Präventionspaket entwickeln, das sich, in Deutschland zumindest, »die flächendeckende Umsetzung von Maßnahmen zur menschengerechten Gestaltung der Arbeit und die Vermeidung von Gesundheitsrisiken durch psychische Belastungen« zum Ziel gesetzt hat (GDA 2014a: 4). Dieser Wandel in dem öffentlichen Diskurs – hier als Spezialdiskurs bezeichnet – konnte anhand der programmatischen Dokumente zum Arbeitsschutz festgehalten werden. Die Grafik (s. Abb. 2)

25 Auch in den vorher benannten und diskutierten Organisationen zum Schutz vor psychischen Gefährdungen auf dem Arbeitsplatz werden regelmäßig Empfehlungen erarbeitet und Beispiele einer guten Praxis ausgetauscht (illustrierend für die ENWHP siehe: Knoche/Sochert/Houston 2012; für die EU-OSHA: Hassard et al. 2011; und für Deutschland: Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin 2014).

verdeutlicht diesen Wandel und zeigt, in welchem Zeitraum sich die Prävention psychischer Störungen durchgesetzt hat.

Abbildung 2: Entwicklung des Präventionsdiskurses



Quelle: eigene Darstellung anhand programmatischer Dokumente

In den Etappen dieser Entwicklung konnte die Verschränkung mehrerer Themen beobachtet werden. Eines der ersten grundlegenden Themen war die Einleitung und Vertiefung einer koordinierten Arbeitsschutzpolitik bzw. später einer allgemeinen Arbeitsschutzkultur; so auf der internationalen (ILO), wie auf der überregionalen (EU) und nationalen Ebene (Deutschland). Als zweites Thema konnte die wachsende Unruhe angesichts des Zuwachses arbeitsbedingter Krankheiten beobachtet werden, womit die Forderung präventiver Maßnahmen, so in den Groß- wie auch in mittleren und Kleinunternehmen, an Bedeutung gewonnen hat. Damit hing unmittelbar das Problem der Entwicklung einer geeigneten Gefährdungsbeurteilung und ihrer Anpassung an die wandelbare Arbeitswelt zusammen. Als letztes Thema konnte das Problematisieren psychischer bzw. psychosozialer Belastungen und Risiken festgehalten werden, das den Anstoß zur Entwicklung einer umfangreichen Präventionsrationalität gegeben hat. Für die weitere Analyse bleibt es indessen entscheidend, welche Trends, Verdichtungen oder Fluchtlinien dieser Rationalität sich identifizieren lassen, durch die »die Elemente der wissenschaftlichen Diskurse (Spezialdiskurse) in den Interdiskurs ein[fließen].« (Jäger 2004: 159) Im Folgenden werden daher drei grundlegende Trends in Bezug auf die Etablierung eines präventiven Spezialdiskurses skizziert.

Etablierung der Prävention als Regierungsrationalität

Wie die diskursive Entwicklung nahelegt, konnte sich Prävention als ein Deutungsmuster und Kernbegriff des Arbeitsschutzes etablieren. Unter ihre Ägide werden Maßnahmen subsumiert, die den Beschäftigten eine sichere und geschützte

Arbeitsumwelt garantieren sollen. Aus einer kritisch-theoretischen Perspektive wurde damit gleichzeitig eine neue Regierungsrationalität etabliert (vgl. Bröckling 2008: 47), d.h. ein Problemraum, der Lösungen benötigt und der durchschaubar, plausibel und regierbar gemacht werden muss. Damit Maßnahmen entstehen und legitimiert werden können, bedarf es ihrer Rechtfertigung und Begründung. Die Prävention als Rationalität findet ihre Legitimierung in dem wachsenden Unbehagen hinsichtlich der neuen Risiken, die der Arbeitswandel mit sich bringt und die als Störungsfaktoren in den Arbeitsabläufen und -prozessen auftreten. Und weil zu den neu aufkommenden Risiken auch die stress- bzw. psychisch bedingten Faktoren gehören, erstreckte sich die präventive Rationalität auch auf dieses Feld und konnte dort mit der Problematisierung der psychischen Gesundheit beginnen. Zwei Entwicklungen sind in dieser Hinsicht besonders bemerkenswert:

- Zum einen impliziert die präventive Regierungsrationalität einen nicht absehbaren Zeithorizont. Da sich die Arbeitsumstände und -bedingungen fortwährend ändern, müssen präventive Maßnahmen immer erneut aktualisiert und angepasst werden (vgl. GDA 2017: 14). Wegen des Aktualitätswillens bleibt die präventive Arbeit nicht abgeschlossen, sondern offen und auf die Zukunft ausgerichtet. Zwar mit der Absicht, den neuen Risiken zuvorzukommen, doch paradoxerweise mit dem Hintergedanken, dass wir selbst den Risiken entgegen-eilen, bietet sie ein Zeitverständnis an, das mit Unausweichlichkeit und Kontingenz zugleich rechnet. Einerseits können wir den Risiken nicht entkommen, andererseits sind sie unbeständig und können jederzeit unabhängig von uns auftreten. Mehr noch, indem die Prävention »künftige Zustände an gegenwärtige Entscheidungen koppelt und auf diese Weise Zeit bindet« (Bröckling 2008: 40), erfordert sie eine Kalkulierbarkeit der zukünftigen Möglichkeiten mit dem Ziel, das Auftreten der Risiken zu verhindern bzw. die Wahrscheinlichkeit ihres Auftretens zu minimieren, was wiederum das Verlangen nach einem Steuerungsmechanismus, der eine risikofreie Zukunft garantieren kann, erwachsen lässt.
- Zum anderen geht die präventive Rationalität von der Anwesenheit der Risiken und Gefährdungen aus, doch was sie nicht weiter thematisieren kann ist, wann die Risiken nicht mehr gefährlich bzw. schon verhindert worden sind. Vielmehr fordert sie eine kontinuierliche Beschäftigung und Antizipieren neuer Gefährdungen. Denn, gäbe es keine Gefährdungen mehr oder wären alle schon beseitigt, würde es keinen Sinn machen, sich weiter mit dem präventiven Handeln zu beschäftigen. Um Maßnahmen und Handlungsanweisungen zu produzieren, muss sie ständig den Blick in die Zukunft richten und erhoffen, »dass es vielleicht am Ende ganz so schlimm doch nicht kommt.« (Bröckling 2012: 94) Außerdem bringt sie selbst durch das Problematisieren möglicher Risiken diese, und selbst neue Risiken, hervor. Sie produziert und reproduziert

die Risiken, indem sie sie als Probleme aufwirft, ihre Lösungen vorschlägt und dadurch die individuelle wie gesellschaftliche Aufmerksamkeit ständig wachhält.

Die präventive Regierungsrationalität wird demnach diskursiv hervorgebracht und schreibt sich als ein natürlich empfundenes Kalkulieren und Erwarten neuer, un-ausweichlicher Risiken in das gesellschaftliche Bewusstsein ein.

Schaffen einer präventiven Regierungsordnung

Jede Rationalität muss ihre eigene Ordnung schaffen, den Beteiligten ihre Rollen zuweisen, ihnen ihre Aufgaben vergeben und die Erfüllung letzterer überwachen und strafen. Auch im Zuge der Etablierung der Präventionsrationalität lässt sich eine solche Ordnung beobachten.

So war es anfangs wichtig, die Adressaten der Prävention klar abzugrenzen und ihnen ihre Aufgaben zuzuweisen, wobei sie zuerst auf nationalstaatlicher Ebene, später bei Großunternehmen und mit der Zeit auch bei mittleren und Kleinunternehmen aufgetreten ist. Mittlerweile lässt sich die Präventionsrationalität in allen Bereichen vorfinden, wo Arbeitstätigkeit ausgeübt wird. Dadurch, dass die Prävention als notwendige Rationalität auftritt, organisiert sie die Beziehungen unter den konkreten Akteuren der präventiven Strategien – den Arbeitgebern, den Arbeitnehmern, dem Aufsichtspersonal usw. – und intensiviert die schon ohnehin komplexen Beziehungen, indem sie alle Beteiligten mit neuen Rollen ausrüstet.²⁶ Hierbei fungiert die Prävention als eine gouvernementale Regierungsordnung, indem sie allen Akteuren ihre Rollen bzw. Subjektmodi zuweist – den Arbeitgebern obliegt es laut Gesetz für den Schutz und die Sicherheit bei der Arbeit zu sorgen, das Aufsichtspersonal wird im Namen einer steigenden Produktivität beauftragt, die Anweisungen zur Gefährdungsbeurteilung zu geben und diese zu überwachen, und die Arbeitnehmer haften durch ihre Mitbeteiligung für den Erfolg der Präventionsmaßnahmen –, ohne mit direkten Zwangsverfahren zu drohen. Im Gegenteil, die Subjektmodi erscheinen allen Beteiligten als begründet, sinnvoll und wünschenswert. Mehr noch, indem die gestellten Aufgaben und Maßnahmen auf aktuelle Trends reagieren und anhand eines objektiven Wissens beurteilt und entwickelt werden (vgl. GDA 2007: 6), gelten sie als die beste Lösung für das entstandene Problem der neuen, darunter auch psychisch bedingten, Störungen und den damit zusammenhängenden Arbeitsausfällen. Sich den Präventionsmaßnahmen aktiv zu

26 Zu bemerken ist, dass die Arbeitgeber und die Aufsichtspersonen oft eine und dieselben Individuen sind, die die genannten Subjektmodi zur selben Zeit annehmen müssen. Eine Untersuchung dieser Beziehung zu sich selbst, als Arbeitgeber und als Aufsichtsperson, dem handelnden und dem kontrollierenden Subjekt, könnte wichtige Hinweise zum besseren Verständnis der Subjektivierungsprozesse liefern.

verweigern würde demnach bedeuten, die Wichtigkeit und Selbstverständlichkeit der Prävention nicht anerkennen zu wollen und auf das Unternehmens- wie Gesellschaftswohl zu verzichten. So wird den Beteiligten vermittelt, dass sie selbst für ihren (Miss-)Erfolg verantwortlich sind und sich daher *freiwillig* den Maßnahmen anschließen sollen. Der präventive Spezialdiskurs erzeugt daher eine Rationalität, die die Rahmenbedingungen des Denkens und Handelns festlegt und die Subjektmodi und Handlungsanweisungen definiert.

Sensibilisierung des Risikobewusstseins und Herstellung neuer Subjektformen

Im Rahmen der hergestellten Regierungsordnung kommt eine zentrale Rolle den beschäftigten Arbeitnehmern zu. Damit nämlich die Präventionsstrategien umgesetzt werden können, bedarf es einer aktiven Mitwirkung derjenigen, für die sie erarbeitet wurden – der Beschäftigten (vgl. ILO 2006; EU-OSHA 2010b). So stilisiert sich eine Subjektform, die in mehrfacher Weise die Individuen an sich bindet:

- Erstens, sie suggeriert ihnen ein omnipräsentes Gefährdungsbewusstsein. Durch die Leitlinien und Programme werden die Arbeitnehmer dazu geführt, sich um ihr eigenes Arbeitsfeld Sorgen zu machen und zu hinterfragen, in welcher Weise sich die Arbeitsbedingungen auf die Qualität ihrer Leistungen auswirken. Die ihnen vermittelte Aufgabe der Selbstbeobachtung wird außerdem dadurch verstärkt, dass sie als arbeitende und gefährdete Subjekte das Wissen über die aktuellen Risiken und Belastungen besitzen und demnach nur mit ihrer Hilfe passende Heilmitteln entwickelt und angewendet werden können (vgl. GDA 2017: 9).
- Zweitens werden die Subjekte zum aktiven Handeln geführt. Passives Verhalten schadet nämlich, und zwar auf doppelte Weise – den Beschäftigten wie den Unternehmen. Die Kraft der anvisierten Risiken und Gefährdungen zeigt sich in der Tatsache, dass ein nicht vorbeugendes Verhalten diese nur vergrößern und verschlimmern kann. Daher obliegt es den Beschäftigten, sich für die Zusammenarbeit zu entscheiden und die notwendigen Maßnahmen an sich selbst vorzunehmen. Außerdem ist es in ihrem eigenen Interesse, sich bei der Arbeit wohl und gesund zu fühlen. Und dafür bedarf es einer aktiven Beteiligung, die sich in der Arbeit an sich selbst ausdrückt und die die positiven Veränderungen ihrer Arbeitssituation ermöglicht (vgl. Sonnenfeld [1989] 2016: 26f).
- Drittens wird in dieser Subjektform die Verbindung des Privat- und des Unternehmenserfolgs ersichtlich. Als Leistungsträger werden die Beschäftigten mitverantwortlich für den Erfolg des Unternehmens und der Präventionsprogramme. Gleichzeitig trägt ihr eigener Erfolg, ihre eigene gesunde Umgangsweise mit sich selbst, dazu bei, dass das Unternehmen produktiv wird und nachhaltig funktionieren kann, »da gesündere Mitarbeiter auch den Unternehmen

Nutzen bringen.« (EU-OSHA 2012a) Aus dieser Verschränkung und der Eigenverantwortlichkeit, die in dieser Subjektform auf die Beschäftigten übertragen wird, entsteht eine doppelte Wirkung der Selbstsorge. Durch die Sorge um sich werden die Beschäftigten ihr eigenes Leben verbessern. In demselben Zuge jedoch, wie sie an sich selbst arbeiten, steigern sie die Leistungskapazitäten des Unternehmens, in dem sie beschäftigt sind.

- Viertens findet in der hier erzeugten Subjektform eine Wechselwirkung zwischen der Arbeits- und der Lebensweise statt. Wie sich deutlich zeigt, konzentrieren sich »[d]ie meisten der Programme zur Gesundheitsförderung [...] auf die individuelle Ebene« (ebd.) und befassen sich »überwiegend mit Aspekten der Lebensweise, beispielsweise Alkoholmissbrauch, Rauchen, Ernährung und körperliches Training.« (Ebd.) Damit die Prävention bei den Beschäftigten ansetzen kann, muss sie ihr Leben vereinnahmen, d.h. die Beschäftigten auf ihre Lebensumstände, ihren Lebensstil und ihre Lebenseinstellungen überprüfen. Sobald sie den Anforderungen einer präventiv durchgedachten Arbeitsweise nicht entsprechen, müssen sie zum besseren Umgang mit sich selbst ermahnt werden. Somit wächst die Priorität der Gefahrenvorbeugung auf dem Arbeitsplatz, die nun auch eine präventive Lebensweise im privaten Bereich miteinbezieht.

Hierin wurden die wichtigsten Verdichtungen und Trends in dem Spezialdiskurs, wie er anhand der institutionalisierten Programme dargestellt wurde, ermittelt und interpretiert. Sie sollen Anknüpfungspunkte für die weitere Analyse anbieten, in der es wichtig wird, zu überprüfen, ob das Wissen des Spezialdiskurses auch in den alltäglichen bzw. elementaren Diskursen durch Interdiskurse fließt und dort zirkuliert.

1.2 Interdiskurs

Um mit dem Analyseschema nach Jürgen Link fortzusetzen und den Interdiskurs analysieren zu können, wird es notwendig, die Prozesse innerhalb der Spezialdiskurse näher zu beschreiben. Auf der sog. horizontalen Achse des Diskurses, der Achse der Spezialisierung (vgl. Link 2007: 23), kommt es laut Link zu einer ständigen Differenzierung und Präzisierung des elaborierten Wissens, da die jeweiligen Spezialdiskurse möglichst konkret und prägnant die Definitionen und Begriffe voneinander abzugrenzen und die Uneindeutigkeiten zu vermeiden versuchen (vgl. a.a.O.: 228). Doch außer dieser Spezialisierung findet auch eine »gegenläufige, entdifferenzierende, partiell reintegrierende Tendenz der Wissensproduktion« statt (ebd.), die sich darum bemüht, das komplexe und teilweise unübersichtlich gewordene Wissen zu simplifizieren und den Subjekten zugänglicher zu machen, da, wie Link schreibt, »[j]e differenzierter das moderne Wissen und je weltkonstitu-

tiver seine technische Anwendung, um so wissensdefizitärer, wissensgespaltener, orientierungsloser und kulturell peripherer sind moderne Subjekte.« (a.a.O.: 229) Um diese Kluft zu schließen und zwischen dem sich immer weiter spezifizierenden Wissen und den deswegen peripherer werdenden Subjekten eine Brücke zu schlagen, bilden sich Interdiskurse (vgl. ebd.). Mithilfe der Interdiskurse fluktuiert das Wissen zwischen den Spezialdiskursen bzw. einigen ihrer Teile, und den Elementardiskursen, d.h. dem alltäglichen Wissen (vgl. a.a.O.: 228), wodurch sich das »stark komplexitätsreduzierte historisch-spezifische Wissen [...] mit dem sogenannten anthropologischen Alltagswissen [kombiniert].« (a.a.O.: 232) Zum Bereich des Interdiskurses zählen z.B. »Populärreligion, Populärphilosophie, Populärsgeschichte, Pädagogik, Kunst und Literatur« (a.a.O.: 229) und andere globalere und auf das Massenpublikum gerichtete Populär-Wissenschaften.

Um nun einen präventiven Interdiskurs identifizieren zu können, müssen diejenigen Bereiche untersucht werden, in denen sich das formierte, spezielle Wissen um Prävention in den Alltag bzw. in die Alltagspraxis umsetzt und integriert. In diesem Fall ließe sich der Interdiskurs in Populärreligion oder -philosophie nur schwer festhalten.²⁷ Als besonders geeigneter Bereich ließe sich hingegen das Arbeitsmilieu begreifen, wo die Auswirkungen psychischer Störungen schnell signalisiert und bearbeitet werden. Deswegen wird im Folgenden der Wissensfluss und seine Verteilung bis in die kleinste und konkreteste Anwendung in der betrieblichen Prävention analysiert, wobei versucht wird, zu skizzieren, wie die Prävention durch mehrere Stufen in den Alltagsdiskurs hineindringt, und zwar je nachdem, wie laboriert bzw. elementar dieses Wissen bereitgestellt wird (vgl. a.a.O.: 232).²⁸ Um die jeweiligen Stufen plausibel darzustellen, erweist sich die Unterscheidung in drei Analyseebenen als besonders gut handhabbar:

- Als erstes wird die Art und Weise analysiert, wie sich das wissenschaftlich elaborierte Wissen um Prävention in der *Problematisierung* der Arbeitsabläufe und –prozesse widerspiegelt. Dabei werden verschiedene Erklärungsmodel-

27 Die Auswahl der Ratgeberliteratur zur gesunden Lebensweise, zu spirituellen Praktiken oder zum körperlichen Fitnesstraining zeigt in den letzten Dekaden einen exponentiellen Aufstieg. Doch eine dezidiert präventive Literatur, d.h. eine Literatur mit explizitem Rückzug auf Prävention als einer leitenden Idee, lässt sich nur fragmentarisch beobachten, was eine stringente Analyse hindern würde.

28 Die weitere Unterscheidung, die Jürgen Link vornimmt, wenn er als weitere Analysestufen die Teilung zwischen den hegemonialen elaborierten Interdiskursen, den nicht-hegemonialen diskursiven Positionen in hegemonialen elaborierten Interdiskursen, den nicht-hegemonialen elaborierten Interdiskursen (Gegendiskursen), dem hegemonialen Elementardiskurs, den nicht-hegemonialen diskursiven Positionen in hegemonialen Elementardiskursen und nicht-hegemonialen Elementardiskursen ansieht, wird hier nicht strikt verfolgt (vgl. Link 2007: 231).

le beschrieben, die das Entstehen psychischer Störungen begründen und eine Prävention in den Unternehmen und Betrieben fordern. Auf dieser Ebene wird das Wissen um die Prävention psychischer Störungen elaboriert und für breiteres Publikum, darunter vor allem für Betriebsräte und -ärzte, zugänglich gemacht.

- Zweitens wird die Analyse die eigentliche *Umsetzung* fokussieren, d.h. wie die jeweiligen Maßnahmen bei zwei konkreten Personengruppen – den Führungskräften und den Beschäftigten – angewendet werden. Dabei wird es entscheidend sein, wie und welche präventiven Strategien entwickelt und für die jeweiligen Gruppen legitimiert werden.
- Als letztes wird beschrieben, wie sich das komplexe Wissen um die Burnout-Prävention in individuelle Vorbeugungsmaßnahmen transformiert. In dieser sog. *Simplifizierung* der Präventionsrationalität wird die Ratgeber-Literatur anhand von drei Kategorien analysiert, an denen die Anwendung unterschiedlicher Maßnahmen ansetzen kann: der Körper, die Emotionen und das Denken.

Mit der Teilung des Interdiskurses in drei obengenannte Analyseebenen – Problematisierung, Umsetzung und Simplifizierung – soll allerdings nicht impliziert werden, dass sich diese nicht überlappen oder ineinandergreifen können. Diese Einteilung soll jedoch zwei spezifische Ziele verfolgen. Erstens stellt sie eine klare Analyseform dar, die sich mit aussagekräftigen Befunden sättigen lässt und an der der Wissensfluss beobachtet, beschrieben und intelligibel gemacht werden kann. Zweitens bietet sie die Möglichkeit an, den generativen Kreativzyklus, d.h. die Komplementarität der verschiedenen Ebenen des Interdiskurses, zu untersuchen. Denn zwischen diesen Ebenen entsteht laut Link ein Kreislauf, der »neues Wissen ›abwärts‹ in die Elementarkultur leitet und umgekehrt subjektive und sozial alternative Akzentuierungen und Identifizierungen ›aufwärts‹ in die elaborierten Interdiskurse projiziert, was dort womöglich zu Konflikten und weiterer Wissensproduktion führt.« (ebd. [Herv. i. O.]) Die Analyse des Interdiskurses soll demnach zeigen, inwiefern das Wissen um Prävention, das in dem Spezialdiskurs formiert wird, in die alltäglichen Diskurse hineinfließt, und umgekehrt.

1.2.1 Problematisierung des präventiven Wissens

Als eine erste Übergangsschwelle vom Spezial- zum Elementardiskurs lässt sich die Art und Weise bezeichnen, wie das Thema der Prävention psychischer Störungen auf die Tagesordnung gesetzt wird, d.h. welche Problematisierungsstrategien angewendet werden, um präventive Maßnahmen überhaupt als ein Thema zu verbreiten und zu verankern. Wie der Spezialdiskurs nahegelegt hat, bemühten sich die internationalen und regionalen Organisationen schon längst um Schutz und Sicherheit am Arbeitsplatz, da sich diese Bedingungen als grundlegend für eine

optimale und langfristige Beschäftigung erwiesen. Die aktive Vorbeugung wurde allerdings erst in den letzten Jahrzehnten und Jahren stimuliert, was sich an den erweiterten Verständnissen von Prävention festmachen lässt. Prävention wird je nachdem, wo sie zeitlich ansetzt, als primäre, sekundäre oder tertiäre bezeichnet:

»Die primäre Prävention umfasst alle Maßnahmen, die dazu dienen, die Entstehung psychischer Erkrankungen zu verhindern. Hierzu gehören sowohl Aktivitäten zur Reduzierung von individuellen und umweltbezogenen Risikofaktoren als auch solche zur Förderung von Ressourcen zur Risiko- und Problembewältigung. Die sekundäre Prävention umfasst Maßnahmen, die dazu dienen, psychische Erkrankungen in einem möglichst frühen Stadium zu entdecken, um durch eine frühzeitige Behandlung Schwere und Verlauf der Erkrankung günstig zu beeinflussen. Die tertiäre Prävention umfasst alle Maßnahmen, die dazu beitragen, den von einer psychischen Erkrankung betroffenen Menschen das Leben mit der Krankheit zu erleichtern, ihre Fähigkeit zu einer eigenverantwortlichen und selbst bestimmten Lebensführung möglichst lange aufrecht zu erhalten und ihnen eine weit reichende Teilhabe am sozialen und beruflichen Leben zu ermöglichen.« (Kilian & Becker 2006: 446)

Außerdem werden je nach der Form und dem Einfluss der präventiven Maßnahmen drei verschiedene Zugänge differenziert, und zwar ein universeller, selektiver und indikativer Zugang:

- Der universelle Zugang richtet sich auf »die Gesamtbevölkerung oder auf einen nur durch allgemeine Merkmale wie z.B. Alter, Geschlecht, ethnische Zugehörigkeit definierten Teil der Gesamtbevölkerung [...], ohne dabei spezielle, als Risikofaktoren identifizierte Merkmale im Blick zu haben.« (Ebd.)
- Der selektive Zugang zielt auf bestimmte Bevölkerungsgruppen ab, »die gegenüber der Gesamtbevölkerung ein erhöhtes Krankheitsrisiko aufweisen, ohne jedoch bereits Krankheitssymptome zu zeigen.« (Ebd.)
- Schließlich umfasst der indikative Zugang solche Personen, »die bereits so genannte Prodromalsymptome späterer psychischer Erkrankungen aufweisen, ohne aber bereits die diagnostischen Kriterien für spezifische Erkrankungen zu erfüllen.« (a.a.O.: 447)

All diese zeitlichen Formen der Prävention und ihre unterschiedlichen Zugänge werden in der Debatte um Prävention des Burnout-Syndroms bei den Beschäftigten thematisiert. Die folgenden Analysen werden sich allerdings vornehmlich auf die Entwicklung primärer und teilweise auch sekundärer Burnout-Prävention richten. Die tertiäre Prävention wird ansatzweise in dem letzten Teil zur Simplifizierung präventiver Maßnahmen behandelt. In Bezug auf die präventiven Zugänge werden vor allem der indikative und der selektive Zugang näher betrachtet, um zu

beleuchten, wie sich die Praktiken und Diskurse um Festlegung der Prodromalsymptome, d.h. »um frühzeitige Identifikation von subklinischen Anzeichen psychischer Störungen« (a.a.O.: 460) abspielen, und wie sich die »Durchführung von Interventionsmaßnahmen zur Verhinderung eines späteren Krankheitsausbruchs (Durlak & Wells 1998)« (ebd.) vollzieht.

Wird nun der Blick auf die Burnout-Prävention gerichtet, so wird zuerst deutlich, dass Burnout mittlerweile als eine Störung dargestellt wird, deren Prävention »einen Arbeitsplatzbezug [braucht].« (Schulz 2017: 67) Deswegen richtet sich die voraussetzende Beeinflussung seiner Risikofaktoren vor allem auf die Verhältnisse und Bedingungen, unter denen die moderne Arbeit gestaltet wird. In dem innerbetrieblichen Diskurs hat sich inzwischen eine breite Palette an Forschungs- und Empfehlungsliteratur entwickelt, die den Präventionsgedanken problematisiert und für praktische Bearbeitung zugänglich macht. Dabei werden unterschiedliche Präventionsstrategien gesucht, die sich mit den Ursachen des Burnouts beschäftigen, um festzustellen, wo passende Ansatzstellen einer primären Prävention zu finden sind. Innerhalb dieser Forschungsliteratur konnten vier Burnout-Ursachen herausgearbeitet werden, die im Kern der betrieblichen Burnout-Prävention liegen sollen und im Folgenden näher betrachtet werden.

Ursache: Mangelndes Sozialkapital und Ego-Depletion

In der Suche nach den Burnout-Ursachen und ihrer wirksamen Prävention wurde als ein mögliches Problem das sog. *Sozialkapital* thematisiert (vgl. Badura 2017). Dieses versteht sich als

»ein umfassendes Konstrukt aus der Trias Führungsqualität (Verhalten direkter Vorgesetzter), Beziehungsklima (horizontale, kollegiale Netzwerke) und Organisationskultur (gemeinsame Überzeugungen, Werte und Regeln) (Badura et al. 2010: 5; Badura et al. 2013). Hohes Sozialkapital bildet mit der hohen Sinnhaftigkeit einer Arbeit nach Badura und Walter (2014) die Bindungsfaktoren einer Organisation. Burnout wird als Folge einer fehlenden emotionalen Bindung an Vorgesetzte, an Kollegen und die Arbeit insgesamt erachtet.« (Ehresmann/Kokert/Schott 2015: 72)

Laut diesem Erklärungsmodell, das auf dem Gebiet der Pflegedienste entstanden ist, spielt das Sozialkapital eine entscheidende Rolle bei der Prävention psychischer Störungen, darunter vor allem des Burnout-Syndroms. Das Sozialkapital und die empfundene Sinnhaftigkeit der Arbeit treten als zwei Korrelate zum Burnout-Ausmaß auf: »Je höher das Sozialkapital und die Sinnhaftigkeit ausgeprägt sind, desto geringer ist das Burnout-Ausmaß der Pflegekräfte.« (a.a.O.: 81) Dementsprechend werden die Vorbeugung des Burnouts und ihre innerbetriebliche Plausibilisierung an die emotionalen Bindungen an Kollegen, Vorgesetzten und Arbeit gekoppelt. In das Sozialkapital muss im Weiteren investiert werden, denn es bildet

den »zentralen Treiber von Gesundheit, weil es nicht nur direkt, sondern auch indirekt über die Arbeitsbedingungen mit Burnout in einem negativen Zusammenhang steht.« (a.a.O.: 82) Daher gilt es »das gesamte soziale System – die Kultur der Organisation, die Qualität der Menschenführung und die kollegialen Beziehungen – in den Blick zu nehmen und positiv zu verändern: durch einen strategisch verankerten Organisationsentwicklungsprozess, der auf die Überbrückung von Diversität, von unvermeidbaren Subkulturen und auf Sinnstiftung ausgerichtet ist.« (Ebd.) Neben der Sinnstiftung soll also auch die Überbrückung von Diversität und von unvermeidbaren Subkulturen eine Burnout-Prävention fördern. Damit wird gleichzeitig nahegelegt, dass das Unangenehme, Ungerechte oder Widrige, das die Betroffenen in ihren Arbeitsbeziehungen in Bezug auf ihre Arbeit, ihre Kollegen oder Vorgesetzten erfahren, um der Gesundheit willen überwunden werden muss. Mithin entsteht nicht nur eine Naturalisation der Prävention in den Arbeitsbeziehungen, sondern auch eine bestimmte Anleitung zur Selbstüberprüfung. Auf dieser individuellen Ebene spielt das Selbst der Beschäftigten eine zentrale Rolle: »[d]as Selbst ist derjenige Bereich der Persönlichkeit, der die Steuerung und Lenkung der verschiedenen Anteile übernimmt. Dieser Prozess benötigt Energie. Wenn das Selbst angegriffen oder erschöpft ist – der Selbstwert gering – dann hat das fatale Auswirkungen nicht nur auf die Persönlichkeit, sondern auf den gesamten Menschen« (Hahnzog 2014: 225), und mithin auf alle sozialen Beziehungen im Unternehmen. Das Individuum wird durch diese Strategie in eine Spannung zwischen seinen (auch negativen) Arbeitserfahrungen und seinen eigenen Lebenseinstellungen, die auf ihren Energiehaushalt überprüft werden müssen, gestellt. Dies könnte sodann zu einer *Selbst-Erschöpfung* bzw. *Ego-Depletion* führen, die »die Folge von mehrfachen Belastungen der Selbstregulation [beschreibt], also der zentralen Steuerung des eigenen Willens. Da die hierfür zur Verfügung stehende ›Handlungsenergie‹ begrenzt ist, kann es bei übermäßiger Anstrengung zu einem Zustand des Kontrollverlusts kommen, in dessen Folge das eigene Handeln nicht mehr zielgesteuert reguliert werden kann (Baumeister et al. 1998). Ego-Depletion gilt inzwischen in manchen klinischen Modellen als ein zentrales Symptom des Burnout-Syndroms.« (ebd. [Herv. i. O.]

Ursache: Fehlende Prognosen

Die Vorbereitung präventiver Maßnahmen basiert nicht nur auf dem, was wissenschaftlich als Belastung nachweisbar ist, sondern auch auf dem, was für die Zukunft als Gefährdung prognostiziert wird. Mit Ulrich Bröckling gesprochen versucht die Prävention »die Kontingenz der Zukunft zu bändigen.« (Bröckling 2008: 39) Die Zukunftsszenarien haben für das betriebliche Gesundheitsmanagement insofern eine wichtige Bedeutung, als sie die »Legitimation und Rechtfertigung für heutige politische Entscheidungen und für die Verteilung verfügbarer Ressourcen

[liefern, J. Z.]: Wohin soll Geld fließen, welche Maßnahmen sollen ausgebaut, welche sollen eingestellt werden? Prognosen sind damit Instrumente zur Verbesserung kollektiver Handlungsfähigkeit, die ›Bedürfnisse nach Legitimität und nach Sinngebung‹ bedienen.« (Ducki 2014: 2 [Herv. i. O.]) Wie gezeigt wird, erfüllen die Zukunftsprognosen im Betriebsmanagement die Funktion einer Dauerorientierung. Indem sie die zukünftigen Maßnahmen vorhersehen und strukturieren, legitimieren sie die gegenwärtigen Entscheidungen und tragen zur Akzeptanz der innerbetrieblichen Politik bei. Schließlich können sie die »Verstehbarkeit/Vorhersagbarkeit (*comprehensibility*), die Handhabbarkeit/Beeinflussbarkeit (*manageability*) und die Sinnhaftigkeit (*meaningfulness*) des Hier und Jetzt positiv beeinflussen« (ebd.), was bei dem Individuum das Kohärenzgefühl stärken soll, d.h. eine Art Widerstandsquelle, die ihn befähigt, den Belastungen und Gefährdungen ausgeglichen entgegenzutreten. Deswegen dienen »Prognosen und Zukunftsszenarien [...] nicht nur der Gestaltung der Zukunft, der Vermeidung von Unsicherheit sowie der Legitimation jetziger Entscheidungen, sondern auch wesentlich der Stabilisierung unserer psychischen Gesundheit.« (Ebd.) Und diese wird auf doppelte Weise stabilisiert. Erstens sollen klare Vorgaben und Entscheidungen im Unternehmen den Beschäftigten Handlungssicherheit verleihen. Zweitens geht jedoch die Berechnung und Einkalkulierung möglicher Maßnahmen in das heutige Gesundheitsmanagement mit der Einschätzung des zukünftigen Risikos einher, wodurch jeder potenziell (*vor-*)*betroffen* werden kann. Was als risikoreich eingestuft und prognostiziert wird, muss schon jetzt präventiv behandelt und ggf. beseitigt werden, was sich auf alle Arbeitsbereiche und -prozesse erstrecken und alle Beschäftigten miteinbeziehen kann.

Ursache: Unterschätzte Gesundheit

Die Bedeutung der Mitarbeiter für den Unternehmenserfolg wird immer stärker betont. Die zunehmende Digitalisierung und neue Organisationsmethoden tragen zu flexibler Arbeit und Kommunikation bei, können jedoch den Menschen als die wesentliche Ressource moderner Industrieländer nicht ersetzen. Das unterstützt die Debatte um die Prävention psychischer Störungen, die die Vitalität und die Gesundheit der Mitarbeiter erhalten will: »Eine gelingende Prävention am Arbeitsplatz wird sich demzufolge vermehrt am Menschen und seiner Erlebniswelt orientieren müssen. Unternehmen sollten den Begriff ›Erfolg‹ zukünftig im Sinne eines Gesundheitserfolgs sehen, denn marktwirtschaftlicher Erfolg folgt auf ein ressourcenorientiertes Arbeiten hin.« (Pirker-Binder 2016a: 9 [Herv. i. O.]) Diese kleine Verschiebung des Akzents auf die Gesundheit des Menschen und auf seine Bedeutung für den Erfolg des Unternehmens wurde bereits in dem Spezialdiskurs festgehalten (vgl. EU-OSHA 2010a; ENWHP 2013: 8; Hesapro 2013). Mit ihr richtet sich auch die Prävention nicht mehr auf die Arbeitsorganisation, sondern

vielmehr auf die Gesundheit der Arbeitenden und auf die Art und Weise, wie diese optimiert und gefördert werden kann: »[u]m Burnoutprävention und Gesundheitsförderung in der Gesamtorganisation zu befördern, ist es notwendig, ›Gesundheit als Wert in der Unternehmenskultur zu verankern und eine ›Kultur der Achtsamkeit für Gesundheit‹ zu fördern.« (Badura & Steinke 2011: 13 zit.n. Spreiter 2014: 305 [Herv. i. O.]) Aus dieser Perspektive erscheint Unternehmenserfolg als eine kollektive Sorge um die Gesundheit der Einzelnen. Wenn es dann um die Einführung präventiver Maßnahmen geht, so sollen sich diese auf den Bereich des Unternehmens, der Arbeit und des Menschen ausrichten (vgl. Pirker-Binder 2016a: 10). Bei dem letztgenannten Bereich, dem des arbeitenden Menschen, soll sich die Prävention vor allem auf »seine psychische Leistungsfähigkeit, sein Arbeitserleben, sein Lebenskript, seine Sinn- und Werteausrichtung« konzentrieren (ebd.) Leistungsfähig zu sein heißt dann, die eigene Verantwortung für die erfolgreiche Unternehmensentwicklung anzuerkennen und den eigenen Beitrag dazu zu leisten. Für eine ganzheitliche Unternehmenskultur bleibt es jedoch viel wichtiger, »dass eine solche Gesundheitsorientierung im Alltag, im Umgang unter den Mitarbeitern und zwischen den Führungskräften und Mitarbeitern stattfindet und die Führungsphilosophie einschließlich der Firmengrundsätze danach ausgerichtet wird. Bekommt die Mitarbeiterschaft auf Dauer den Eindruck, dass ihre persönliche Leistungsfähigkeit dem Unternehmen sehr wichtig ist, hingegen nicht die dauerhafte Gesundheitserhaltung des Mitarbeiters, ist Demotivation zwangsläufig eine Folge.« (Spreiter 2014: 310) Daher ist es im Interesse der Unternehmen selbst, die Kultur der Gesundheit zu pflegen und im Alltag zu praktizieren. Veranschaulichen ließe sich diese Sorge an Fragen, die an die Verantwortlichen für das betriebliche Gesundheitsmanagement gerichtet werden könnten:

- »Inwieweit wird im Unternehmen auf die Gesundheit von Führungskräften und Mitarbeitern geachtet?
- Inwieweit wird Gesundheitsförderung vorbeugend betrieben?
- Inwieweit wird systematisch eine Burnoutprävention betrieben?
- Ist es in Ordnung, wenn man als Mitarbeiter oder Führungskraft eigene Erschöpfung und Überlastungssignale mit anderen bespricht?
- Oder besteht dann die Gefahr, dass man negativ sanktioniert wird?
- Wie wird mit Schwächen und Unzulänglichkeiten umgegangen?
- Wird im Unternehmen auf die Gesundheit der Mitarbeiter und Führungskräfte geachtet oder in allererster Linie und nahezu ausschließlich auf ökonomische Kennzahlen?« (ebd.)

Zwei von den genannten Fragen lassen sich für eine kurze Feinanalyse herausziehen, und zwar die Fragen, ob es in Ordnung sei, als Mitarbeiter oder Führungskraft die eigene Erschöpfung und Überlastungssignale mit anderen zu besprechen

und ob dabei nicht die Gefahr besteht, negativ sanktioniert zu werden. Diese Art geschlossener, auf positive oder negative Antwort ausgerichteter Fragestellungen zeigt, dass Ermüdung und Überbelastung durchaus thematisiert und genannt werden könnten. Mehr noch, sie dürfen als Anlass zur Diskussion dienen, sie dürfen öffentlich bekannt und manifestiert werden, was schließlich zu ihrer Entstigmatisierung – und daher auch Prävention – führen soll. Den beiden wichtigsten Akteuren, den Führungskräften und den Mitarbeitenden, wird dank der öffentlichen Problematisierung der Ermüdung ermöglicht, die eigene (Un-)Fähigkeit, den geforderten Leistungsansprüchen zu entsprechen, selbst zu reflektieren. Wenn das Burnout als Diskussionsgegenstand auftritt, so können beide Akteursgruppen einen Bezug zu ihm nehmen, sich gegen ihn positionieren oder ihn ablehnen. Auf jeden Fall werden sie aber mit der Tatsache konfrontiert, die eigenen Kräfte einzuschätzen und einzusehen, wo es noch Potentiale gibt und auf welcher persönlichen *Burnout-Stufe* sie sich befinden. Nicht zuletzt reihen solche Fragen das Burnout als Normalität in den (betrieblichen) Alltag ein. Wenn gefragt wird, ob es in Ordnung sei, seine Überlastungssignale – also nicht Auswirkungen oder Effekte, sondern was bereits vor dem Burnout beobachtet wird – mit anderen zu diskutieren und ob dabei nicht Sanktionen drohen, so wird das Risiko des möglichen Ausbrennens als Problem aufgeworfen, und dieses Problem bedarf einer Lösung. Egal wie die Lösung am Ende aussieht, wurde das Problem des Ausbrennens und der Erschöpfung auf die Tagesordnung gestellt und in den betrieblichen Diskurs integriert. Daher stellt es sich als Objekt dar, über das nachgedacht und das weiter instrumentalisiert werden kann, zumal seine Problematisierung immanent mit der Logik des Gesundheits-, und mithin des Unternehmenserfolgs verbunden ist.

Ursache: Interessierte Selbstgefährdung

Eine weitere Erklärung des psychischen Unbehagens in den Unternehmen geht von der Beobachtung heraus, dass das arbeitende Individuum ein Verhalten aufweist, »bei dem man sich selbst dabei zusieht, wie das persönliche Arbeitshandeln die eigene Gesundheit gefährdet – aus einem Interesse am beruflichen Erfolg heraus.« (Krause et al. 2012: 192) Die hiermit antizipierte »interessierte Selbstgefährdung« (ebd.) zeichnet ein Bild, in dem die präventive Sorge darin bestehen soll, die Beschäftigten oder aber Gefährdeten zu gesünderem Umgang mit sich selbst zu führen. Mehr noch, im Licht der Burnout-Gefährdung müssen vor allem die Arbeitgeber besonders sensibel sein. Sie sollen sich nämlich »im Rahmen ihrer Fürsorgepflicht einschalten, wenn sie beobachten, dass sich Beschäftigte zu viel Arbeit zumuten und damit ihrer Gesundheit und letztlich auch dem Betrieb schaden. Hier gilt es besonders viel Feingefühl zu beweisen, denn gerade der/die Überforderte tut es ja aus Loyalität zur Firma.« (Wendt & Ensle 2009: 66f) Deswegen muss die Prävention dort ansetzen, wo sie diese Selbstgefährdung vermeiden

kann. Zu solchen Instrumenten eines an die interessierte Selbstgefährdung reagierenden betrieblichen Gesundheitsmanagements zählen, unter anderem, folgende vier Bausteine:

- In der sog. *Denkwerkstatt Gesundheitskompetenzen* sollen die Beschäftigten ihre eigene gesundheitliche Situation selbst reflektieren lernen können. Das Ziel dieser Werkstatt sei »das selbstständige Nachdenken über die Veränderungen in der Organisation von Unternehmen und daraus resultierende Konsequenzen für die eigene Arbeitssituation zu fördern« (Krause et al. 2012: 200), womit die Verbindung zwischen dem Unternehmenserfolg und der eigenen Arbeitsleistung vertieft wird. Und vertieft in dem Maße, wie der Arbeitsorganisation Priorität vor der eignen Arbeitssituation eingeräumt wird. Die Beschäftigten reflektieren sich selbst vor dem Hintergrund des Unternehmens, dessen Ziele und Verläufe im direkten Zusammenhang zu ihren Leistungen stehen. Außerdem werden sie zum Nachdenken eingeladen, in dem sie ihren Gesundheitsstand und ihre Beziehung zu ihrer eigenen Gesundheit zusammen mit den marktwirtschaftlichen Veränderungen und den Wandlungen ihres Unternehmens in Verbindung setzen. Sie werden dadurch zu Ko-Autoren der Unternehmens- und Lebensstrategie zugleich.
- Als ein weiterer Baustein wird die *Wenn-schon-denn-schon-Option: Erfolgsorientierung ohne hinderliche Gängelung* empfohlen. Diese Option zielt darauf ab, den Beschäftigten beizubringen, wie sie auf angemessene Weise ihr gewünschtes Ergebnis bzw. Erfolg erreichen können, denn »[w]enn Beschäftigte an Ergebnissen gemessen werden, muss man es – soweit von der Sache und der Person her möglich – ihnen selbst überlassen, auf welchen Wegen und mit welchen Mitteln sie zu den Ergebnissen kommen. Erst wenn unternehmerische Verantwortung mit unternehmerischen Spielräumen gekoppelt wird, werden die Folgen der indirekten Steuerung für den Einzelnen bearbeitbar.« (Ebd.) Die Idee richtet sich hier auf die Erweiterung von Spielräumen für Beschäftigte mit der Hoffnung, dass sie ihnen bei der Selbststeuerung behilflich sein werden. Anders gesagt, wenn sich die Beschäftigten schon selbstgefährden wollen, dann sollen ihnen Freiräume garantiert werden, auch mit dem Risiko, dass sich Selbstgefährdung dadurch »von Fesseln befreit. [...] Die Präventionschance liegt an dieser Stelle darin, eine größtmögliche Erweiterung von Entscheidungsspielräumen mit einer zunehmenden Befähigung der Beschäftigten zu verknüpfen.« (a. a. O.: 200f) So soll das Risiko psychischer Gefährdungen durch bessere Kompetenzen und Entscheidungsmöglichkeiten minimiert werden. Wer Lust zum Arbeiten hat darf sie gern ausleben, muss jedoch die Konsequenzen kennen und lernen, wie die Work-Life-Balance aufrechterhalten werden kann.
- Als nächstes könnten die Verantwortlichen für den Präventionsprozess *Gesundheit im System der Leistungssteuerung berücksichtigen* sensibilisiert werden. Denn,

»[i]n hoher Ziel- und Ergebnisorientierung von Beschäftigten liegen sowohl wesentliche salutogene, also gesundheitsförderliche Potenziale wie auch zentrale Erfolgsressourcen für Unternehmen.« (a.a.O.: 201) Die Gesundheit der Beschäftigten und ihre Bereitschaft zum Selbstopfern sind ein kostbares Gut, das es zu wahren und weiter zu optimieren gilt. Daher lohnt sich die Investition in eine bessere Ausgestaltung des Ziel- und Ertragssteuerungssystems und eine Evaluierung von Nebenwirkungen der Selbstgefährdung, da darin »eine zentrale Chance [liegt], die Gesundheits- und Belastungssituation und damit indirekt die Bedingungen für eine nachhaltige Unternehmensentwicklung zu verbessern.« (Ebd.) Können die Ziele des Unternehmens, seine Prozessvorgaben, Abläufe und allgemeine Arbeitsbedingungen flexibilisiert werden, so eröffnet sich auch die Perspektive für seine nachhaltige und konkurrenzfähige Entwicklung. Eine flexible und präventiv vorgenommene Arbeitsorganisation kann daher mit Blick auf die Gesundheit von Beschäftigten langfristige Unternehmensziele erreichen, seine Existenz sichern und die kontingente Zukunft zähmen.

- Schließlich sollen die Unternehmen ein *Frühwarnsystem für Nebenwirkungen aufbauen und Umgang mit Druck als gemeinsame Herausforderung etablieren*, »[u]m dem Realitätsverlust in der Organisation hinsichtlich auftretender Überforderungssituationen und einem Ohnmachtsgefühl bei Mitarbeitenden hinsichtlich der Beeinflussbarkeit der Belastungssituation zu begegnen.« (Ebd.) Damit kann ein innerbetrieblicher Belastungsdiskurs entstehen, in dem sich Menschen aus verschiedenen Ebenen miteinander offen über Druck, Gefährdungen, Ermüdung, Depression oder Burnout-Symptome austauschen können, bis der »gemeinsame Umgang mit der Drucksituation [...] zum normalen Bestandteil von Teamsitzungen [wird].« (Ebd.) In das Frühwarnsystem werden somit Kenntnisse aufgenommen, die die Anzeichen von Druck- und Gefährdungssituationen beschreiben und daraus weiterführende Konsequenzen für das Unternehmen und für die Einzelnen ableiten können. Anhand dieser präventiven Maßnahme soll sich außerdem widerspiegeln, inwiefern die Gefährdungen wahr- und ernstgenommen werden und »ob Gesundheit im Betrieb Priorität hat.« (Ebd.) Dass Gesundheit im Betrieb Priorität haben muss, steht fest. Ob jedoch die an der Selbstgefährdung der eigenen Gesundheit interessierten Beschäftigten ihrer Gesundheit eine Priorität einräumen oder nicht, das müssen sie selbst entscheiden. Was ihnen angeboten werden kann ist ein Frühwarnsystem, der die ersten Erschöpfungssignale identifiziert, bekannt macht und normalisiert.

Die Problematisierung der Prävention psychischer Störungen wie des Burnout-Syndroms hat erfolgreich Eingang in das betriebliche Gesundheitsmanagement gefunden und sich in die Entwicklungsstrategien der Unternehmen fest eingeschrieben. Damit geht auch das wandelnde Verständnis der Arbeit einher, die nicht nur zum Erwerb notwendiger Mittel dient, sondern das ganze Leben des Individuums

allmählich vereinnahmt hat. Die enge Verbindung des *Arbeits-Lebens* führt durch die Problematisierung der Prävention und ihrer Bedeutung für den Unternehmenserfolg zur Suche nach den Optimierungsmöglichkeiten bei dem Individuum selbst. Denn, erst eine »Analyse der individuellen Lebensprägung, des eigenen Lebensskripts, das Muster, nachdem der Mensch denkt, fühlt und handelt, erlaubt ein Verstehen der Zusammenhänge und eine Selbsterkenntnis.« (Pirker-Binder 2016b: 91) Im Fall der von psychischen Störungen betroffenen Individuen ermöglicht die Analyse ihrer inneren Spannungen und negativen Überzeugungen die Brücke »zum inneren Freiraum und Tor der Veränderungsmöglichkeiten« zu bauen (ebd.). Ihm, dem Betroffenen, ist nämlich nicht bewusst, wie er von seiner Innenwelt geprägt ist:

»Erst wenn die individuelle Lebenslandschaft aufgebretet vor ihm liegt, können angepasste neue Handlungsmechanismen erlernt werden. Sie entstehen dann aus dem inneren Verständnis des betroffenen Menschen heraus, anderenfalls wären sie ihm »aufgefropft«. Daraus lässt sich ableiten, dass vor jeder Präventionsmaßnahme eine Aufklärung und eine Erkenntnis stattfinden muss und zwar insofern, als die das Leben und speziell das Arbeitserleben negativ beeinflussenden Glaubensmuster, seelischen Hindernisse, Denkansätze, Emotionen, Spannungen und Beziehungsmuster sichtbar, spürbar und erfahrbar gemacht werden müssen.« (a.a.O.: 90 [Herv. i. O.]

Was dem Individuum mithilfe der psychologischen Seelsorge obliegt, ist die Erkenntnis der eigenen Biografie, eigener negativer Überzeugungen und Weltanschauungen, eigener Emotionen, Handlungs-codes usw. Es wird von ihm eine Neuausrichtung gefordert, die es selbst initiieren muss und die seine Arbeit integrieren soll: »Arbeit ist Teil des Lebens, sie soll nicht als dezentral zum Leben gesehen werden, im Sinne von »schnell arbeiten, damit dann Zeit für das Leben ist«. Man darf auch während der Arbeit leben!« (a.a.O.: 95 [Herv. i. O.]) Hierdurch ändert sich das Verständnis, dass das Leben rund um die Arbeit organisiert werden muss, wenn es gelingen soll, und nicht umgekehrt. Deswegen, so die Ratgeber, verbringen immer mehr Menschen »die besten Jahre ihres Lebens mit einem Job, den sie nicht mögen, um immer mehr Dinge zu kaufen, die sie nicht brauchen, um einen Lebensstil zu führen, den sie nicht genießen.« (Schnetzer 2014: 1; vgl. auch Tröster 2013) So hat es die Problematisierung des psychischen Leidens, besonders im Fall des Burnouts, geschafft, das Leben in Abhängigkeit zur Arbeit zu stellen. Sie hat die Individuen gelehrt, in der sorgfältigen Beobachtung und dem Erkennen seiner selbst die Vorstufen dieser Störung zu erschließen, »die Abweichung von der Normalität zu messen und durch Selbst-Regulation einzugreifen, bevor der Umkipppunkt erreicht

ist.« (Kreft 2011: 51)²⁹ Was damit einhergeht, ist die »wachsende gesellschaftliche Akzeptanz psychischer Erkrankungen, die sich in der Veröffentlichung von Statistiken und in der Burnout-Debatte ausdrückt« (ebd.), und die den Betroffenen »die Wahrnehmung und Reflexion der eigenen Befindlichkeit« ermöglicht (ebd.). Mit der alltagssprachlichen und betrieblichen Naturalisierung und Problematisierung des Burnouts steigt dann auch die Chance »psychische Belastungen im Betrieb zu thematisieren und Präventionsstrategien akzeptabel zu machen« (ebd.), was die obengenannten Beispiele illustriert haben.

Im Weiteren wird die Umsetzung der problematisierten präventiven Maßnahmen verfolgt und an den Empfehlungen für Führungskräfte und für Beschäftigte analysiert.

1.2.2 Umsetzung der Prävention: Führungskräfte

Den Führungskräften wird bei der Prävention psychischer Belastungen in den Betrieben und in den Unternehmen ein immenser Einfluss zugeschrieben. In Bezug auf das gesunde Arbeitsmilieu wird von ihnen erwartet, dass sie das Ziel verfolgen, »Arbeitsplätze und die Arbeitsbedingungen gesund zu gestalten, um genau so eine hohe Akzeptanz, ein positives Engagement sowie hohes Maß an Identifikation jedes Einzelnen mit den Zielen des Unternehmens zu erreichen.« (Siegemund 2018: 101f) So wächst heutzutage einerseits »die Bedeutung ›führungsbedingter‹ Stressoren. Zum anderen spielt das Vorgesetztenverhalten eine wichtige Rolle bei der Bewältigung psychischer Belastungen.« (Orthmann et al. 2010: 227 [Herv. i. O.]) In der Figur der Führungskraft kristallisieren sich zum einen die Anforderungen an sich selbst, zum anderen aber auch die Anforderungen, die an die Führungsposition von außen gestellt werden. Führungskräfte sind somit den Anforderungen an ihre Position unterworfen, deren Bewältigung gleichzeitig zum Erfolg oder Misserfolg des Unternehmens führen kann. Außerdem wird ihr Verhalten als das Spiegelbild ihres Unternehmens dargestellt, womit sie unter mehrfachem Druck stehen: »Die ›Führungskraft kann sich ihrer Vorbildfunktion nicht entledigen«. So wie man nicht nicht kommunizieren kann (Watzlawick), so kann eine Führungskraft nicht nicht als Vorbild wirken. Dies gilt unter anderem für den Umgang mit der eigenen Gesundheit und Belastungen als auch für den Problembewältigungsstil und das Konfliktverhalten.« (Spreiter 2014: 159 [Herv. i. O.]) Demnach richten sich präventive Maßnahmen an die Forderung einer sog. *gesunden Führung*, denn »Gesundheit ist Chefsache.« (Rehmer & Becker o.J.) Erst diese kann dazu beitragen, »dass Arbeit nicht als Belastung wahrgenommen wird, sondern Spaß und Freude macht« (Siegemund 2018: 102). Mit der Forderung einer gesunden Führung geht

29 In ihrer Analyse hat sich Ursula Kreft auf die Verschränkung der zwei Diskurse konzentriert, die die Präventionsdebatte psychischer Störungen begleiten, nämlich des Leistungs- und des Gesundheitsdiskurses (vgl. Kreft 2011: 49).

unausweichlich eine Umstellung bzw. Anpassung der bisherigen Lebensweise einher. Und umgekehrt ist die »Wahrnehmung von Anforderungen, die sich für Vorgesetzte durch die Führungsaufgaben und die betrieblichen Rahmenbedingungen für das Führungshandeln ergeben, [...] entscheidend für den Umgang mit den eigenen psychischen Belastungen.« (Orthmann et al. 2010: 239) Anhand dessen also, wie erfolgreich oder nicht erfolgreich die Führungskraft ihre eigenen Aufgaben meistern und steuern kann, wird auch die Intensität der Belastung in dem ganzen Unternehmen absehbar. Dabei werden Konzepte zur Hilfe genommen, die versuchen, die Mehrebenenstruktur des Unternehmens unter die Lupe zu nehmen, um herauszufinden, in welchen Wechselbeziehungen sich die Führungskräfte befinden und wo Ansatzmöglichkeiten zu vorbeugenden Maßnahmen zu lokalisieren sind:

»In der systemischen Beratung werden Situationen, Individuen und Gruppen in Unternehmen zirkulär und in Wechselwirkung zueinander betrachtet. Es geht dabei nicht um die Suche nach einem linearen kausalen Ursache-Wirkungs-Prinzip. Die individuelle und die Gruppenebene werden im Kontext der Organisation und auf ihre jeweilige Wechselwirkung hin betrachtet. Das System der Organisation steht zudem ebenfalls in einer Wechselbeziehung zu seiner Umwelt (Marktlage, politische Entwicklung oder soziodemografischer Wandel). Daraus ergeben sich drei systemische Perspektiven der Führung: die zunehmende Bedeutung von Gesundheit für die Führungskraft selbst in ihrer Funktion und Rolle (individuelle Ebene), für ihre Mitarbeitenden (Gruppenebene) und für ihre Organisation und ihre Kunden (organisationale Ebene).« (Kauke/Bußhoff/Regenbogen 2016: 239)

Die Führungskraft wird auf ihrer Position mit mehrfachen Belastungen konfrontiert, die sie einsehen und bearbeiten muss. Außerdem bildet sie einen Referenz- und Testpunkt, an dem die Belastbarkeit des Unternehmens und die ankommenden Aufforderungen überprüft werden und wo sich nicht selten Widerstand formiert: »Das Thema Führungsverhalten ist noch ein dickes Brett, insbesondere mit Blick auf die Belastungen der Führungskräfte selbst. Das gilt auch für Unternehmensleitungen. Nicht alle sind in der Lage, komplexe Prozesse zu steuern, Ambivalenzen auszuhalten, die Geduld für längerfristige Prozesse aufzubringen.« (Gümbel & Becker o.J.) Dieser Widerstand ließe sich anhand konkreter Aussagen anonymen Gesundheitsmanager »aus drei großen deutschen Konzernen mit Milliardenumsatz« beobachten, die »um ihre Einschätzung hinsichtlich eines Burnout- und Depressionsscreenings gebeten« wurden (Hollmann & Hanebuth 2011: 83). Mit den im Jahr 2010 durchgeführten Gesprächen soll nicht eine allgemeine Lage in dem höheren Management abgebildet werden, sondern vielmehr ein Sondierungssample der diskursiven Praxis in den Spitzenunternehmen angeboten werden. Auf die Thematisierung des Burnouts im Unternehmen und seines möglichen Screenings folgten folgende Aussagen:

- »Gesundheitsmanager 1: Ihr Tool gefällt mir. Habe ich verstanden. Wir haben aber ein Problem. In Ihrem Tool kommt das Wort ›Burnout‹ vor. Das dürfen wir hier auf keinen Fall sagen, weil wir es sonst durch kein Gremium bekommen. Können Sie das nicht einfach anders nennen?
- Gesundheitsmanager 2: Unsere Topmanager definieren sich hier selbst als die ›besten Pferde im Stall‹. Die akzeptieren bei sich keine Schwächen. Was glauben Sie, was die mir erzählen, wenn ich sage, wir wollen eine Burnout- und Depressions-Früherkennung implementieren? Die erwarten von ihren Teams bedingungslosen Einsatz.
- Gesundheitsmanager 3: Der Betriebsrat ist dafür. Jetzt hat plötzlich der Vorstand kalte Füße bekommen. Die haben Sorge, dass was Schlechtes rauskommt.« (ebd. [Herv. i. O.]

Alle drei Aussagen formulieren auf den ersten Blick eine eher negative Stellung zur Thematisierung des Burnout-Syndroms oder der Depression in den Unternehmen, darunter vor allem bei der Unternehmensleitung. Die gewählten Argumentationsformen deuten auf ein Desinteresse der Führungskräfte an solchen Problemstellungen bzw. auf negative Folgen, die solche Themen aufdecken oder mit sich bringen können. Ein näherer Blick auf die Aussagen liefert weitere Erkenntnisse:

- Der Gesundheitsmanager 1 zeigt zuerst eine grundlegende Bereitschaft zur Mitarbeit, doch aus der eigenen Erfahrung bzw. Einschätzung weist er darauf hin, dass die Formulierung des Burnout-Screenings negativ beladen ist und deshalb wenige Erfolgchancen hat. Das Wort *Burnout* wird nicht in den oberen Führungsetagen als Diskussionsgegenstand akzeptiert. Der Gesundheitsmanager fragt jedoch, ob sich ein anderes Äquivalent dafür finden kann, das weniger störend und abwertend wirkt. Mit diesem sprachlichen Spiel wird die Bedeutung des gewählten Begriffs *Burnout* für die diskursive Produktion hervorgehoben. Dieser Begriff scheint mit dem Unternehmensdiskurs nicht konform zu sein und kollidiert womöglich mit seinen Kategorien und Begrifflichkeiten. Es lässt sich hier fragen, ob und inwiefern das Burnout als annehmbarer Begriff die Arbeitsverhältnisse (um-)strukturieren kann.
- Die Aussage des zweitgenannten Gesundheitsmanagers hebt einen weiteren Aspekt der Problematisierung von Burnout-Prävention hervor, und zwar die Verknüpfung von Leistungen der Führungskräfte und der Beschäftigten. Seiner Ansicht nach bezeichnen sich seine Vorgesetzten als die stärksten und vitalsten Mitglieder des Unternehmens, die nicht abweichen dürfen und immer die besten Leistungen abgeben. Und ein solches Verhalten erwarten sie auch von ihren Untergeordneten, weswegen ein Versuch, das Thema des Burnouts anzusprechen, die eigene Position gefährden würde. Schließlich gibt es in der Aussage eine Anmerkung zum bedingungslosen Einsatz der Mitarbeiter. Hier scheint

durch den Gesundheitsmanager die Tatsache wiedergegeben zu werden, dass die Erwähnung des Burnouts als Rechtfertigung bzw. als Entschuldigung für die eigene Schwäche dienen soll. Einen bedingungslosen Einsatz zu erwarten heißt in diesem Kontext, mit der Burnout-Thematik nicht zu kokettieren, sondern sich an die Zielrichtung des Unternehmens zu halten und profit- und leistungsorientiert zu bleiben. Wie die Topmanager keine Schwächen zulassen, so sollen auch die Mitarbeiter danach handeln und die Problematisierung eigener Schwächen meiden.

- Der letztgenannte Gesundheitsmanager beschreibt die Situation in zwei Facetten. Einerseits haben die Betriebsräte eine positive Rückmeldung zum Screening psychischer Störungen gegeben. Andererseits kommen Signale aus dem Vorstand, dass die Ergebnisse ein schlechtes Licht auf das Unternehmen werfen können. Die Reaktion des Vorstandes zeugt von der Sorge um Probleme, die das Thematisieren psychischer Störungen mit sich bringt. Die Ahnung des Vorstands beweist in dieser Hinsicht weniger die tatsächliche Lage in dem genannten Unternehmen als vielmehr das Bewusstsein, dass das Screening diese Lage durchaus beleuchten kann, womit sein Konzept, seine Funktionsweise und seine Ergebnisse in Frage gestellt werden könnten. Auf einmal müssen dann mehrere Perspektiven im Blick behalten werden, wie z. B. Unternehmensziele, Wettbewerbsfähigkeit und Gesundheitszustand der Mitarbeitenden. Gerade die letztere Perspektive erscheint somit als eine Bremse für die Unternehmensziele, die durch ihre Instabilität bedroht werden können. Ein Diskurs um Burnout, um das psychische Leiden, um die Erschöpfungszustände, Zusammenbrüche und Existenzängste eröffnet Themengebiete, die vonseiten der Führung Konzentration und Aufmerksamkeit fordern und damit zum Umdenken des bisherigen Handelns drängen.

Wie die Aussagen der drei Gesundheitsmanager verdeutlichen, wird der Burnout-Diskurs bei den Führungskräften eher abgewertet als willkommen geheißen. Eine wichtige Rolle scheint vor allem die damit einhergehende Problematisierung bestehender Unternehmensordnung zu spielen, denn Burnout schafft Unbehagen und zwingt zur internen Reorganisation und Ausweitung der Faktoren, die zum stabilen und langfristigen Unternehmenserfolg führen. Gleichzeitig wird auch eine Veränderung der eigenen Lebensweise gefordert, die die Führungskräfte vornehmen müssen: »Chefs sollten bei sich selbst beginnen und ihre eigenen Lebensbalancen verbessern, bevor sie wirksame Burnoutprävention bei den Mitarbeitern und im Unternehmen erfolgreich etablieren.« (Spreiter 2014: 25) Somit wandelt sich die Position der Führungskraft zu einer Art Schauplatz, auf dem der Umgang mit sich selbst und der Umgang mit den anderen zusammenkommt (vgl. Foucault [1984] 2005b: 883) und wo der Einsatz präventiver Maßnahmen besondere Bedeutung gewinnt. Die Verschränkung der Sorge um sich mit der Sorge um die anderen

lässt sich an drei konkreten Facetten beobachten, die im Folgenden näher beschrieben werden.

Prävention als Unternehmenskultur

Den Führungskräften wird empfohlen, den gesunden Umgang mit sich selbst und die damit verbundene innerbetriebliche Gesundheitsprävention als eine Kultur zu pflegen und in die Unternehmensstrukturen zu integrieren. Damit wird das Einverleiben eines bestimmten Handlungscode gemeint, der sich auf weitere Bereiche der Unternehmenskultur erstrecken und zum »Bestandteil von Deutungs-, Entscheidungs- und Handlungsmustern« werden kann (Cernavin & Diehl 2018: 190). Die Unternehmens- und Präventionskultur befinden sich daher im ganz engen Zusammenhang miteinander (vgl. a.a.O.: 194) und haben einen wesentlichen Einfluss auf »den Unternehmenserfolg sowie die Motivation, Identifikation und Leistungsbereitschaft der Beschäftigten.« (a.a.O.: 195) Die Kultur des Unternehmens stellt gleichzeitig den Ort dar, an dem entschieden wird, wie bedeutend die Prävention in alltäglichen Handlungen und Entscheidungen ist:

»Ist Prävention ›kein‹ Bestandteil der kulturellen Deutungsmuster, kann sie in den Alltagsentscheidungen und Handlungen der Personen keine Bedeutung haben. Beinhaltet dagegen die kulturellen Deutungsmuster im Betrieb systematisch das Thema Prävention, vermitteln sie ›kollektive Sinnkonstruktionen, die ermöglichen, zwischen gefährlich und ungefährlich zu unterscheiden‹ (vgl. Weißbach et al. 1994: 75). Eine wirkungsvolle Präventionskultur kann sich nur auf der Grundlage und als Bestandteil einer aktivierenden Unternehmenskultur entwickeln.« (a.a.O.: 195f [Herv. i. O.]

Damit werden zum einen Gefahren und ihr Abwehr in Form von präventiven Maßnahmen problematisiert, zum anderen wird eine aktivierende Unternehmenskultur als Leitmotiv gefordert. Wo und wie genau sich eine solche Unternehmenskultur in dem Alltag manifestieren kann, zeigen die folgenden Beispiele:

- »›Dinge/Artefakte‹ wie sichere, gesundheitsgerechte und barrierefreie Architektur, Raumgestaltung und Einrichtungen, sichere und ergonomisch gute Arbeitsmittel und Technik, Einsatz von persönlicher Schutzausrüstung
- ›Präventionswerte‹, wie sie gefördert werden durch Prävention als Bestandteil von Strategien, Zielen, Leitbildern, Vereinbarungen, durch wertschätzen und auch in der Prävention vorbildliches Führungsverhalten, durch sicheres und gesundheitsgerechtes Arbeiten, durch fairen und respektvollen Umgang miteinander, durch Prävention als Bestandteil von Geschichten, Feiern, der Sprache und der Corporate Identity
- ›Unausgesprochene gemeinsame Annahmen‹ zur Prävention wie gesundheitsgerechtes Verhalten, gegenseitige Unterstützung und Hilfe, routinisiertes Si-

cherheitsverhalten und Nutzung der Schutzeinrichtungen, unkollegiales und sicherheitswidriges Verhalten als Tabu, menschlich toleranter Umgangston.« (a.a.O.: 196 [Herv. i. O.]

Die hier genannten drei Beispielsbereiche einer zur Prävention aktivierenden Unternehmenskultur reproduzieren die Einteilung in drei dispositive Elemente, wie sie die vorliegende Untersuchung thematisiert – in diskursive Elemente (Präventionswerte wie Strategien, Ziele, Vereinbarungen usw.), nicht-diskursive Praktiken (unausgesprochene gemeinsame Annahmen wie gesundheitsgerechtes Verhalten, routinisiertes Sicherheitsverhalten, menschlich toleranter Umgangston usw.) und Objektivationen bzw. Vergegenständlichungen (Dinge/Artefakte wie sichere, gesundheitsgerechte und barrierefreie Architektur, Raumgestaltung, Arbeitsmitteln usw.) (vgl. Jäger 2015: 113). Auf dieser Etappe des Interdiskurses wird sichtbar, wie sich Prävention als Regierungsdispositiv in die Arbeitsverhältnisse integriert und in welchen Formen sie ihre Wirkung entfalten kann. Sie soll nicht nur eine kurzfristige Strategie anbieten, mit der ein harmloser Zuwachs psychischer Störungen reduziert werden soll, sondern sie soll als Führungsaufgabe in eine leitende und gelebte Unternehmens-Kultur einfließen und die jeweiligen Beteiligten zu konkreten Denk- und Verhaltensweisen aktivieren. Die präventive Sorge um sich muss also einen (innerbetrieblichen) kulturellen Code schaffen, den sich die Beschäftigten zum eigenen machen sollen.

Technologisierung präventiver Eingriffe

Die zweite Facette der Wechselbeziehungen, denen die Führungskräfte unterworfen sind, wird am Beispiel der neuen technologischen Fortschritte und Prozesse sichtbar.

Mit dem Trend zur Digitalisierung und zunehmender Technologisierung, auch als *Industrie 4.0* bezeichnet, werden die Betriebe und Unternehmen dazu geführt, die Innovationskraft neuer Instrumente und digitaler Prozesse anzuerkennen und bei der Arbeitsgestaltung auszunutzen (vgl. Baumann et al. 2018: 4).³⁰ Dabei bedingen sich die neuen Technologien und die Qualität der Unternehmenskultur ge-

30 Mit den *4.0 Prozessen* bzw. der *Industrie 4.0* soll eine »intelligente Vernetzung von Maschinen und Abläufen in der Industrie mithilfe von Informations- und Kommunikationstechnologie« (BMW 2018) bezeichnet werden. Zum Hintergrund: »Seit den 1970er Jahren zog die Informationstechnologie in die Unternehmen ein. Desktop PCs, der Einsatz von Office-IT und erste computergestützte Automatisierungen revolutionierten die Industrie. Für Industrie 4.0 ist nicht der Computer die zentrale Technologie, sondern das Internet. Mit der weltweiten Vernetzung über Unternehmens- oder Ländergrenzen hinweg gewinnt die Digitalisierung der Produktion eine neue Qualität: Das Internet der Dinge, Maschine-zu-Maschine-Kommunikation und Produktionsstätten, die immer intelligenter werden, läuten eine neue Epoche ein – die vierte industrielle Revolution, Industrie 4.0.« (Ebd.)

genseitig, denn je nachdem, wie die Technologien in den Unternehmen eingeführt werden und die Arbeitsprozesse beschleunigen und modifizieren können, werden auch die Führungskräfte gefordert, neue Arbeitsfähigkeiten zu gewinnen und den Umgang mit den cyber-physikalischen Systemen (CPS) neu zu lernen.

So umfassen die technologischen Prozesse mittlerweile auch die Entwicklung neuer Assistenz- und softwaretechnischer Systeme, die sog. *Software 4.0* (vgl. Cernavin & Lemme 2018: 24). Mithilfe der Software 4.0 können auf komplexe Weise auch die Gefährdungen und Belastungen analysiert und in die Zukunft projiziert werden: »Um die Zukunft zu gestalten, müssen wir unser arbeitspsychologisches gesundheitsschützendes Wissen in die Gestaltung von Software einfließen lassen.« (Ducki & Becker o.J.) Die Prozesse der Risikobetrachtung sollen dann letztlich dazu beitragen, »kulturelle Deutungsmuster zu entwickeln, die eine stabilere Orientierung in den 4.0-Prozessen ermöglichen, die Beschäftigten an den Betrieb binden und ihr Engagement fördern.« (Cernavin & Diehl 2018: 222) Hier spielen eine wesentliche Rolle die Führungskräfte und ihre durch die neuen Technologien unterstützte Art des Führens.

Zum einen soll eine Art agile Führung unterstützt werden, »da ein gewisser Kreis qualifizierter Beschäftigter stärker als bisher die Strategien und Innovationen im Betrieb schnell, eigenständig und flexibel vorantreiben muss; sie werden dies nur tun, wenn sie agil geführt werden« (a.a.O.: 224). Dabei sollen die Beschäftigten in die Veränderung des Führungsstils miteinbezogen werden, denn nur mit der systematischen Aktivierung ihrer »Ressourcen und Ideen« (ebd.) kann diese Veränderung erfolgreich sein und sich positiv auf das ganze Unternehmen auswirken.

Zum anderen liegen einige Gefahren in dem Umgang mit der Software 4.0, denn diese ermöglicht den Führungskräften »die totale Überwachung und Kontrolle der Beschäftigten, da sie in Echtzeit über Daten zu den Arbeitsergebnissen, der Arbeitsweise oder den Gesundheitsdaten eines jeden einzelnen Beschäftigten verfügen können.« (Ebd.) Um diese Risiken zu minimieren, wird daher empfohlen, »das Thema Vertrauen und Umgang untereinander zum Thema im Betrieb« zu machen (ebd.). Den Beschäftigten muss damit das Gefühl vermittelt werden, dass ihre Daten gesichert sind und nicht missbraucht werden können. Hiermit wird den Beschäftigten angeboten, Sicherheitsgefühl und Vertrauen in das Unternehmen zu entwickeln und sich dadurch motivierter in die Arbeitsprozesse einzubringen.

Mit den technologischen Fortschritten und den damit zusammenhängenden neuen Anforderungen an die Führungskräfte modifizieren sich auch die Verhältnisse in den Betrieben und zwischen den Führungskräften und den Beschäftigten. Und zwar auf doppelte Weise. Indem sie nämlich die Arbeitsprozesse beschleunigen können, erfordern sie auch präzisere und schnellere Handlungen, die das Risiko eines Fehlers erhöhen und damit sowohl Führungskräfte als auch Beschäftigte unter zusätzlichen Druck stellen. Gleichzeitig intensivieren sie die Spannung

zwischen diesen beiden innerbetrieblichen Akteuren, indem sie von ihnen unterschiedlich schnell erlernt und umgesetzt werden können.

Interessierte Selbstgefährdung bei den Führungskräften

Eine dritte Facette der Wechselbeziehungen zwischen der Sorge um sich und der Sorge um andere bezieht sich auf das Phänomen einer sog. *interessierten Selbstgefährdung*, das in vorherigen Abschnitten bereits angedeutet wurde.

So wie die Beschäftigten machen auch Führungskräfte »ihre Selbstbewertung, also ob sie sich selbst als wertvoll und liebenswert betrachten oder nicht, von ihrem beruflichen Erfolg abhängig.« (Spreiter 2014: 127) Wie eine solche Selbsteinschätzung und gleichzeitig Selbstgefährdung aussehen kann, illustriert das folgende Beispiel:

»Der Bereichsleiter eines Konzerns sitzt vor mir und berichtet, dass er neben seinen massiven Schlafstörungen, die ihn seit vielen Monaten begleiten, nun auch Schwindelattacken verspürt, die ihm das Leben schwermachen. Eine ärztliche Untersuchung hat ergeben, dass es keinen physiologischen Grund für diese Schwindelzustände gibt. Er berichtet, dass er oft schon morgens starke Schwindelgefühle hat und damit verbunden Ängste davor, die Kontrolle zu verlieren und zu Boden zu stürzen. Dies korrespondiert damit, dass er in seinem Beruf auch die Befürchtung hat, die Kontrolle zu verlieren. Er hatte sich auf die vakante Vorstandsposition im Hause beworben und sich berechnete Hoffnungen gemacht, als Vorstand berufen zu werden, zumal er seit vielen Jahren sehr erfolgreich im Konzern tätig ist. Mit wenig Wertschätzung, keinerlei Feedback zu seiner Bewerbung und der Antwort, dass man lediglich Externe für die Auswahl zum Vorstand zulasse, wurde er beschieden. Da die Wirtschaftslage in den letzten Monaten immer schlechter wurde, herrscht ein in seiner Wahrnehmung immer rauherer Ton unter den Kollegen und er ist nicht nur sichtlich emotional verletzt und enttäuscht, sondern fragt sich auch konkret, ob er das Unternehmen verlassen soll. Aufgrund seines Alters (über 50) und seiner familiären Situation ist ein Wechseln in ein anderes Unternehmen nicht angezeigt. Obwohl diese Führungskraft seit vielen Jahren nachweislich hervorragende Arbeit für das Unternehmen geleistet hat, sehr anerkannt ist (Beweis: Ergebnisse aus dem unternehmensintern durchgeführten 360-Grad-Feedback) und nun eine bittere Niederlage bezüglich eines möglichen hierarchischen Aufstiegs erleben musste, arbeitet die Führungskraft in einer solch verschleißenden Art und Weise weiter, dass sie im Unternehmenssinn hervorragend funktioniert und ihre persönlichen Bedürfnisse und ihr Wohlbefinden weit hintenanstellt – und damit sich gefährdet.« (a.a.O.: 127f)

Das Gespräch mit der Führungskraft beginnt mit der Beschreibung körperlicher Beschwerden, die sich seit geraumer Zeit bei ihr entwickelt haben. Es folgen der gescheiterte Bewerbungsveruch und die Erwähnung der härteren Kommunika-

tion unter den Kollegen. Schließlich ergibt sich, dass trotz dieser Widerstände die Führungskraft funktionsfähig ist, in dem Unternehmen weiterarbeitet und damit sich selbst gefährdet. Die Selbstgefährdung wird hier als ein Kompositum aus selbst beschriebenen körperlichen und psychischen Beschwerden, selbst erhofften und abgelehnten Aufstiegschancen, selbst wahrgenommenen harten kollegialen Beziehungen und selbst durchkalkulierten und ausgeschlossenen Ausstiegsoptionen dargestellt. Diese selbst beschriebenen Umstände zeigen, dass die Führungskraft ihre Situation reflektiert hat und sich in ihrer beruflichen und Lebenssituation so wiederfindet. Aus einer solch beschriebenen Lage kann es kein Entrinnen geben, sondern sie kann nur angenommen und fortgeführt werden. Einen möglichen Hinweis für einen besseren Einblick in das Denken der Führungskraft bietet die Bemerkung zum Kontrollverlust, der bei ihr auf der körperlichen und beruflichen Ebene stattfindet. Der Körper scheint die berufliche Situation widerzuspiegeln, in dem die Schwindelattacken als Bild einer Angst vor dem körperlichen Fallen und gleichzeitig vor dem beruflichen Abstieg auftreten. Das heißt, dass die Führungskraft weder die Kraft hat, die eigene Situation in irgendeiner Weise zu beeinflussen, noch eine Alternative sehen kann. Ihre Lebenslage soll dann präventiv durch Trainings zur Achtsamkeit und Selbstsorge gebessert werden. Eine solche Umsetzung der Prävention richtet sich dabei mehr auf die Annahme der eigenen Arbeits- und Lebenssituation, als auf die Möglichkeit, den breiteren Kontext der letzteren aufzudecken. Anders gesagt, mit der Burnout-Prävention sollen den Führungskräften Instrumente an die Hand gegeben werden, mit denen sie ihre aktuell belastende Situation selbst verbessern können. Was ihnen allerdings nicht ermöglicht wird, ist zu erfahren, welche strukturellen Einflüsse und bestehenden Machtbeziehungen die Entstehung und Festlegung ihrer Lebensverhältnisse ermöglicht haben. Stattdessen wird die Entstehung des Burnout-Syndroms als eine Entwicklung dargestellt, in der die Selbstgefährdung mangels der eigenen Wertschätzung vorprogrammiert ist:

»Von außen betrachtet ist es nur schwer nachvollziehbar, wie ein Mensch, der nicht unter der Bedrohung von Schusswaffen zu dieser Leistung gezwungen wird, sich freiwillig dermaßen selbst ausbeutet und erschöpft, und das auch noch trotz der Verweigerung des hierarchischen Aufstiegs durch die Unternehmensleitung und trotz seiner massiven körperlichen Beschwerden. Erklärbar ist dies unter anderem damit, dass dieser Mensch sich selbst nur o. k. findet, wenn er diese Leistung absolviert. Seine Daseinsberechtigung hängt daran, erfolgreich zu funktionieren.« (a.a.O.: 128)

Deshalb wird es sich in der Zukunft lohnen, »die Zusammenhänge zwischen psychischen Belastungen und Arbeitszufriedenheit bzw. psychischen Belastungen und Gesundheit für die Gruppe der Führungskräfte stärker ins Blickfeld zu nehmen.« (Orthmann et al. 2010: 239) Das bedeutet, dass die Führungskräfte erneut lernen

müssen, »gut zu spüren, was sie als Menschen für ihr Wohlbefinden brauchen, und sich diese Wünsche wirklich zu erfüllen.« (Spreiter 2014: 128) Sie können nämlich nicht erkennen, dass sie als »Burnout-Gefährdete gewöhnlich ›Opfer ihrer eigenen Werte und Verhaltenssysteme« sind (ebd. [Herv. i. O.]) und deswegen ihren Lebensstil dringend ändern müssen. Zumal auch deswegen, weil sie damit die gesamte Unternehmenskultur infizieren und den Beschäftigten einen bedrohlichen Umgang mit sich selbst vorleben.

In den drei kurz skizzierten Facetten einer Verbindung der Sorge um sich mit der Sorge um andere wurde ersichtlich, wie die interdiskursive Vermittlung der präventiven Rationalität durch die innerbetrieblichen Beziehungen prozessiert und wie sie die Position der Führungskraft vereinnahmt, um präventiven Umgang als eine interne Kultur zu fixieren. Im Folgenden wird die Umsetzung präventiver Maßnahmen am Beispiel der zweiten innerbetrieblichen Akteursgruppe – den Beschäftigten – diskutiert.

1.2.3 Umsetzung der Prävention: Beschäftigten

Wird auf der Führungsebene die Einführung präventiver Maßnahmen mit Mehrbelastung und zusätzlicher Verantwortung assoziiert, so wird diese bei den Beschäftigten mit anderen Herausforderungen verbunden. Dabei wird von der Beobachtung ausgegangen, dass sich die Beschäftigten stets darum bemühen, ihre Privatsphäre zu schützen (vgl. Ternès 2016: 5). Und da die Prävention, vor allem die Verhaltensprävention, auf die Umstellung der Lebensweisen zielt, erfährt die Vermittlung krankheitsvorbeugender Maßnahmen Widerstand und Unverständnis. Im Fall des Burnout-Syndroms liegen die Beweggründe für Widerstand zum einen darin, dass diese Störung nur mangelhaft definiert wird und sich nicht eindeutig auf konkrete Fälle übertragen lässt. Zum anderen wird mit Burnout eine innerbetriebliche Stigmatisierung verbunden, weshalb nicht nur die Beschäftigten, sondern auch die Unternehmen selbst wenig Interesse daran haben, sich mit dieser Thematik zu beschäftigen: »Kostendruck und Angst vor unentdeckten Problemen sind nur zwei der häufigsten und ernüchternden Antworten.« (Hollmann & Hanebuth 2011: 83)

Deswegen richtet sich die Aufmerksamkeit des betrieblichen Gesundheitsmanagements vor allem darauf, eine passende Kommunikationsstrategie zu entwickeln, die vermitteln kann, welche positive Bedeutung präventive Maßnahmen für die Beschäftigten haben: »Informationen sensibilisieren die Beteiligten, motivieren sie zu den notwendigen Maßnahmen und erreichen eine langfristige Akzeptanz des Betrieblichen Gesundheitsmanagements.« (Ternès 2016: 5) Bei der Entwicklung passender Kommunikationsstrategien wird dann ersichtlich, welches Wissen um die Beschäftigten und ihre mögliche Prävention entsteht und wie dieses Wissen in konkreten Verfahren umgesetzt wird. Daher fokussiert der folgende Teil auf drei

Aspekte der Prävention von Burnout-Syndrom bei Beschäftigten, die den Wissensfluss beschreiben können.

Beschäftigte als Experten in eigener Sache

Wie die Studien zur gesundheitlichen Prävention in den Betrieben und Unternehmen zeigen, soll eine präventive Arbeitsgestaltung Wert auf »die Berücksichtigung arbeitswissenschaftlicher Erkenntnisse, Konzepte und Regeln bereits im Stadium des Entwurfs von Arbeitssystemen und Arbeitsabläufen unter Beteiligung der Betroffenen« legen (Georg & Peter 2016: 139). Demnach spielen die wissenschaftlichen Erkenntnisse bei der Legitimierung und Umgestaltung des Arbeitsmilieus eine bedeutende Rolle, indem sie die Notwendigkeit neuer Maßnahmen begründen und informieren. Zum anderen sollen sie bereits im Stadium des Entwurfs von Arbeitsabläufen berücksichtigt und inkorporiert werden. Und schließlich werden die Beschäftigten als eine Zielgruppe dieser Maßnahmen und als (möglicherweise) Betroffene genannt. Ihre Beteiligung wird dann insofern erwünscht, als sie »als institutionalisierte Akteure und Gestalter von Arbeit« (a.a.O.: 141) wahrgenommen und so in die Präventionsstrategien des Unternehmens integriert werden. Durch diese Integration in die Arbeitsabläufe werden die Beschäftigten nicht mehr als passive Teile der Unternehmensstruktur angesehen, sondern als aktive Mitgestalter und Beteiligte, nach dem Motto: »Macht die Betroffenen zu Beteiligten.« (Werner & Becker o.J.)

Eine solche »generell veränderte Entwicklung von beteiligungsorientierten Instrumenten und Verfahren der betrieblichen Gesundheitspolitik und Arbeitsgestaltung« (Georg & Peter, 2016: 141) lässt dann im Nebeneffekt die »traditionell »getrennten« Aufgabenzuschnitte der »klassischen« Arbeits- und Gesundheitsschutzakteure (Arbeitsmediziner, Sicherheitsfachkräfte, Krankenkassen, Berufsgenossenschaften) zunehmend obsolet« werden (ebd. [Herv. i. O.]). Stattdessen fordern die Wandlungen der Arbeitsverhältnisse nicht nur das spezialisierte Wissen der Beschäftigten bzw. ihre Kompetenzen und Erfahrungen, sondern subsumieren »das Individuum »als Ganzes« unter ihre Logik« (ebd. [Herv. i. O.]), mit seinen Kenntnissen, aber auch mit seinem Potential und seiner Gesundheit, die gefährdet ist und daher geschützt werden muss.

Dank der aktiven Einbindung der Beschäftigten in die Unternehmensstruktur und dank ihrer ganzheitlichen Teilnahme an den Arbeitsprozessen kann die Prävention ihrer Gesundheit flexibler erfolgen. Durch eine vorausschauende Gefährdungsbeurteilung, die zur kontinuierlichen und langfristig angelegten Beobachtung möglicher Risikosituationen beitragen soll, werden die Beschäftigten als Betroffene wahrgenommen und entsprechend geführt. Mehr noch, die präventive Sorge um sie wird in den Betrieben nachhaltig verankert und anhand verschie-

dener Programme und Handlungsschritte in die Unternehmenspraxis eingeführt (vgl. a.a.O.: 171).

Die Einbettung der Beschäftigten in die präventiven Maßnahmen erfolgt anhand der Vorstellung, dass sie als *Experten in eigener Sache* das Wissen um ihre Zustände und um die Verbesserungsmöglichkeiten besitzen. Und dieses Wissen kann »mit den Kenntnissen und Erfahrungen der anderen Experten zusammengeführt werden, um gemeinsam Maßnahmen zu entwickeln.« (a.a.O.: 175) Was damit erreicht werden soll, sind allerdings nicht nur verbesserte Arbeitsbedingungen und –abläufe, sondern vielmehr soll mit der Kombination aus wissenschaftlichen Kenntnissen und dem Expertenwissen der Beschäftigten eine »Autonomie zum Selber tun« (a.a.O.: 15 [Herv. i. O.]) geschaffen werden, die eines der zentralen Ziele der Unternehmen sein sollte. Die Beschäftigten müssen soweit integriert und aktiv mitbeteiligt sein, dass sie sich auf dem Arbeitsplatz wohlfühlen, sich verwirklichen und salutogenetisch neu ausrichten können (vgl. ebd.). Auf diese Weise werden sie zur gleichzeitigen Arbeit an sich selbst und an dem Unternehmen aufgefordert.

Das Motivieren zur freiwilligen Veränderung

Werden die Beschäftigten als Experten in eigener Sache in die Maßnahmenerstellung miteinbezogen, so soll dadurch auch ihre Bereitschaft steigern, »ihren Teil der Verantwortung an der Umsetzung von Maßnahmen zu übernehmen.« (Wiessmann 2016: 60) Allerdings wird dabei »die Freiwilligkeit der Teilnahme« (Hauser & Pleuger 2010: 202) vorausgesetzt. Und hier müssen die meisten Hürden überwunden werden, um sie zum Engagement zu motivieren. Die Untersuchung der *Techniker Krankenkasse* hat z.B. folgende Verweigerungsgründe festgestellt:

- »Kein Interesse, keine Lust – der Sinn einzelner Maßnahmen und deren Nutzen erschließen sich nicht und werden teilweise als Bevormundung oder Eingriff in die Privatsphäre empfunden, Vorbilder aus der Führungsriege fehlen
- Angst vor Blamage – peinliches Gefühl wegen Defiziten im sportlichen Bereich oder wegen Übergewicht, Angst vor Ausgrenzung
- Bedenken wegen Überforderung – Betriebliches Gesundheitsmanagement wird als Mehrbelastung empfunden, fehlende Informationen zum tatsächlichen Aufwand.« (Meyer 2008 zit.n. Ternès 2016: 8)

Wie aus den Gründen, die die Beschäftigten angegeben haben, ersichtlich wird, machen sich die meisten von ihnen Sorgen um eine zusätzliche Gefährdung. Entweder spüren sie keine Lust zur Umsetzung von Maßnahmen und empfinden sie als einen weiteren Stressfaktor, der zum Teil in ihre Privatsphäre eingreift und zur Veränderung ihrer Lebenseinstellung herausfordert. Oder sie begreifen die Maßnahmen als ein Instrument zur Kontrolle ihrer körperlichen und sozialen Fähig-

keiten. Oder aber sie nehmen das betriebliche Gesundheitsmanagement als mehrfache Belastung wahr, die weitere Aufgaben vorgibt und zusätzliche Aufmerksamkeit fordert. Die aufgezählten Gründe zeigen, dass die Prävention in den Betrieben scheitert, weil sie vonseiten der Beschäftigten als negativ und, paradoxerweise, als belastend empfunden wird. Nun, soll das »Gesundheitsmanagement langfristig in das Bewusstsein der Belegschaft« rücken (Büsch et al. 2016: 234), bedarf es unterschiedlicher Strategien. Hierbei sollten die Beschäftigten allerdings nicht »über ein ›Nudging‹ hinausgehend komplett beeinflusst werden, z. B. was Maßgaben zur Bewegung oder Ernährung angeht.« (ebd. [Herv. i. O.]) Stattdessen können Beispiele guter Praxis und andere Anreize mehr anbieten als strenge Regeln oder Verbote:

»Das *Unfallkrankenhaus Berlin* bietet hier seinen Mitarbeitern ein umfassendes Informations-, Präventions- und Therapieprogramm. Die *Allianz* ermöglicht eine umfassende Produktinformation und Weiterbildung trotz heterogener Leistungsbilder der Beschäftigten. Bei der AOK werden seit Jahren Werte zunächst erhoben und dann weiterentwickelt und erneut gespiegelt. *BMW* rückt erfahrene Monteure ins Zentrum von Optimierungsangeboten auf seinen Fertigungsstraßen.« (Ebd.)

Die Beispiele verdeutlichen, wie die jeweiligen Unternehmen ihre Mitarbeiter zur einer *freiwilligen* Veränderung motivieren wollen, ohne dabei direkt in ihre Entscheidungs- und Handlungskompetenzen einzugreifen. Eine verbindende Taktik all solcher Programme besteht unter neoliberalen Arbeitsverhältnissen darin, die Beschäftigten für die Eigenverantwortung zu sensibilisieren.

Anleitung zur Selbstwahrnehmung und Eigenverantwortung

Die Vorstellung, dass das Arbeitsleben alle Sphären der menschlichen Existenz beeinflusst, und umgekehrt, dass die Zeit außerhalb der Arbeit Einfluss auf die zu erbrachten Leistungen nimmt, rückt in dem Präventionsdiskurs immer stärker in den Vordergrund. Daher ist einer der »bedeutsamsten Aspekte zur Prävention vor Erkrankungen [...] die Kenntnis der eigenen Persönlichkeit. Je genauer man seine eigenen Bedürfnisse, Möglichkeiten und Grenzen kennt, desto besser kann man sich einerseits vor Überforderung und übermäßiger Belastung schützen. Andererseits können durch diesen Wissensvorsprung Widerstandskräfte leichter mobilisiert werden.« (Hahnzog 2015: 14) Die Beschäftigten können auf Dauer nur dann gesund erhalten werden, wenn sie ihre eigene Persönlichkeit, Biografie und Charakterzüge kennen und mit ihnen gesund umgehen lernen. Und damit die

»Prozesse zur Förderung der Gesundheit im Betrieb auch dort ankommen, wo sie ankommen sollen, nämlich bei den Mitarbeitern, ist es also unerlässlich, jedem einzelnen eine aktive Reflexion seiner Persönlichkeit zu ermöglichen (Hahnzog 2014c). Ob dies durch eine reflektierende Arbeitskultur, konkrete Seminarangebo-

te oder ressourcenorientierte Mitarbeitergespräche im Unternehmen integriert wird, ist dabei nicht entscheidend, solange in irgendeiner Form die Individualität der Beteiligten berücksichtigt wird.« (Hahnzog 2015: 14)

Ihre persönlichen Entwicklungen müssen daher die Beschäftigten selbst erkennen, wahrnehmen und bearbeiten lernen, damit sie sich vor Überforderung und übermäßiger Belastung, die sie selbst herbeiführen, schützen können. Das heißt, dass die Aufgabe des Unternehmens nun darin besteht, die Prozesse der Förderung der Gesundheit an die persönliche Entwicklung ihrer Beschäftigten zu koppeln und sie zur verantwortlichen Sorge um sich aufzufordern.

Diese Vorstellung von Selbstsorge hat jedoch weitreichende Konsequenzen. Sie legt nämlich nahe, dass durch sie die Widerstandskräfte besser und einfacher mobilisiert werden können. Was hiermit suggeriert wird, ist die Vorstellung, dass die Selbstsorge das Individuum stärker, kohärenter und resistenter gegenüber der Arbeitsbelastung macht und »seinen eigenen Handlungsspielraum erweitern, Kompetenzen ausbauen und Belastungsrisiken minimieren« kann (Hahnzog 2014: 225). Hiermit soll nicht das Arbeitspensum problematisiert werden, sondern die eigene Fähigkeit, dieses zu bewältigen. Einen Widerstand zu leisten heißt demnach, sich selbst ausreichend psychisch wie physisch auszustatten, um die Arbeitsleistung zu bewältigen. Was jedoch im selben Atemzug verhindert wird, ist die Möglichkeit, die Arbeitsleistung als solche in Frage zu stellen, statt die eigenen Kräfte und die Arbeitsbedingungen zu problematisieren und zu hinterfragen. Dadurch schließt die innerbetriebliche Prävention bei den Beschäftigten nur einige Formen von Widerstand ein – nämlich den Widerstand als individuelle Kraft, die Arbeitsaufgaben zu bewältigen –, andere Formen schließt sie wiederum aus – wie z.B. das grundsätzliche Hinterfragen des bestehenden Arbeitsvolumens.

Von der Rationalität eines eigenverantwortlichen Aufbaus der Resilienz bei den Beschäftigten profitiert auch das Unternehmen, und zwar in mehrfacher Weise. Zum einen, indem sie seine Beschäftigten zum besseren Umgang mit sich selbst fordert, verbessert es sein Image als gesundheitsfreundliche Einrichtung. Zum anderen führt eine wohltuende Atmosphäre in dem Unternehmen zur Stärkung emotionaler Bindung der Beschäftigten an das Unternehmen, da der Zusammenhang »zwischen dem Erleben von psychischem Wohlbefinden und der Identifikation mit dem Unternehmen« besonders eng ist (Hauser & Pleuger 2010: 199). Außerdem wird die Bedeutung »des psychischen Wohlbefindens für die Leistungsfähigkeit eines Unternehmens [...] zudem ebenfalls ersichtlich, betrachtet man den Zusammenhang zwischen Krankenstand und dem Erleben, dass das Unternehmen ein gutes Umfeld für das emotionale und psychische Wohlbefinden ist.« (Ebd.) Diese Tendenz bekräftigt zusätzlich auch das Interesse der Krankenkassen, »die Arbeitsbedingungen gesundheitsförderlich zu gestalten und die Beschäftigten für einen gesundheitsbewussten Lebensstil zu befähigen und zu motivieren.« (Wanek &

Hupfeld 2018: 147) All diese Aspekte zeugen von dem Versuch, die Beschäftigten zur individuellen Verantwortung für ihren gesundheitlichen Zustand zu führen und ihnen zu helfen, ihre individuellen Stresssymptome zu bekämpfen. Dass diese Rationalität reale Anwendung in der Prävention psychischer Störungen findet, zeigt das Beispiel der Personalpolitik bei *HiPP*, dem Schweizer Hersteller von Babynahrung, der versucht, seine Mitarbeiter »dazu zu motivieren, dass sie sich »selbst aktiv und eigenverantwortlich« mit dem Thema Burnoutprävention und Gesundheitsförderung auseinandersetzen.« (Spreiter 2014: 325 [Herv. i. O.]) Und genau solche Aktivierungsstrategien und Appelle »an eine aktive Gestaltung der Lebensführung und der Gesundheit« (Abels 2015: 244) zeugen von der diskursiven wie praktischen Umsetzung des Präventionsdispositivs, hier im Fall der betrieblichen Sorge um die Beschäftigten.

1.2.4 Simplifizierung des präventiven Wissens

Um das Fließen des Wissens in die alltäglich verständlichen Diskurse weiter zu verfolgen, wird im Folgenden die Simplifizierung der Präventionsstrategien untersucht. Eine fruchtbare Quelle dafür bieten die zahlreichen Ratgeber, die versuchen, den ausgebrannten oder nahezu ausgebrannten Individuen zu verdeutlichen, wie konkrete Maßnahmen und Vorbeugungsstrategien in ihr Leben eingeführt werden können. Daher fokussiert dieser letzte Teil der Interdiskursanalyse auf die Entwicklung der verhaltensmäßigen, d.h. individuellen Präventionsrationalität.

Die zeitgenössische Ratgeberliteratur basiert auf der Tatsache, dass der »wichtigste Bestandteil der Burnout-Prävention [...] die Übernahme der »Eigenverantwortung« [ist]. Menschen verkennen oft, dass sie enorme Möglichkeiten der Mitgestaltung haben.« (Quernheim 2018: 57 [Herv. i. O.]) Das Übernehmen der Eigeninitiative und -verantwortung sind Schlüsselkategorien, durch die die verhaltensmäßige Prävention vermittelt wird. Sie, die Prävention, ist zwar »ein Gemeinschaftsakt aller am Gesundheitswesen Beteiligter« (Koyuncu 2006: 122), was für die rechtlichen und beruflichen Akteure gilt, »aber noch mehr für den einzelnen Patienten. Es ist sein Leben und seine Gesundheit, die es durch eine gezielte Prävention zu erhalten und zu fördern gilt.« (Ebd.) Und da von ihm »ein bislang ungewohntes Maß an Eigenverantwortung« (Wawrzinek & Schauer 2013: 105) gefordert wird, muss das Individuum lernen, sich neue Kompetenzen anzueignen, die »Werkzeuge und Techniken für einen selbstverantwortlichen Umgang mit den eigenen Ressourcen« (ebd.) beinhalten. Diese sollen ihm nämlich dazu verhelfen, dass es »bei der zugegenommenen Komplexität und ungefilterten Menge an Aufgaben dauerhaft gesund und leistungsfähig« bleibt (ebd.). Die unterschiedlichen Angebote an Techniken und Kompetenzen, die dem Burnout vorbeugen sollen, lassen sich am deutlichsten an drei verschiedenen Bereichen abbilden und beschreiben. Diese drei Bereiche

bzw. Zielorte der verhaltensmäßigen, individuellen Präventionsstrategien sind der Körper, die Emotionen und das Denken.

Der Körper

Bei der individuellen Burnout-Prävention geht es, unter anderem, »um die Verantwortung für den Körper und das individuelle Bewusstsein über dessen Bedürfnisse zum Erhalt der psychischen und physischen Leistungsfähigkeit.« (Pirker-Binder 2016a: 10) Das ist nicht verwunderlich, denn das Burnout geht häufig, wenn nicht grundsätzlich, mit körperlichen Veränderungen einher. Damit rekurriert der Körper ins Zentrum der Aufmerksamkeit und bildet eine erste Zielscheibe der Prävention. Und nicht umsonst, denn die ersten Anzeichen oder Signale, dass etwas im beruflichen oder privaten Leben nicht stimmig ist, können gerade an dem Körper beobachtet werden. Schließlich werden auch die meisten Burnout-Fälle erst nach dem körperlichen Zusammenbruch durch die Individuen wahrgenommen. Deswegen wird der Körper nicht nur als Objekt, an dem Signale und Symptome abgelesen werden könnten dargestellt, sondern zugleich auch als ein präventives Instrument, das jeder in *seinen Händen* hat: »Wer ist Ihr bester Freund? Wer ist Ihr wirklich allerbesten Freund und Partner? Ich meine nicht Ihren Beziehungspartner oder Lebensfreundin bzw. freund. Also wer ist es? Ich meine Ihren Körper. Er ist zusammen mit Ihrem Denken maßgeblich daran beteiligt, ob es Ihnen gut geht. Nur wenn der Körper will, können Sie (gesund) alt werden.« (Quernheim 2018: 85)

Für die Arbeit mit dem eigenen Körper bedarf es zuallererst, das Individuum für seine Spezifik und Eigenartigkeit zu sensibilisieren, denn der »Zustand der körperlichen Erschöpfung ist, ebenso wie eine Burnout-Entwicklung, ein Prozess, der sich über viele Jahre entwickeln kann. Während dieser Zeit senden uns unser Körper und unser Geist konstant Signale, die den Grad unserer körperlichen und geistigen Befindlichkeit widerspiegeln.« (Peter & Peter 2013: 59) Und deswegen wird es empfohlen, eine enge Beziehung zum eigenen Körper aufzubauen: »Entwickeln Sie eine neue Art der Kommunikation mit ihrem Körper. Akzeptieren Sie ihn. Sprechen Sie mit ihm.« (Quernheim 2018: 85) Denn erst, wenn die Prozesse im eigenen Körper verstanden werden, werden die Individuen fähig sein, ihre Krankheitssignale frühzeitig zu erkennen und ihnen zu entgegnen. Ebenfalls wie »bei ernsthaften Erkrankungen ist die Früherkennung der stressbedingten Beschwerden maßgeblich, um eine Burnout-Entwicklung durch konsequente Verhaltensreaktionen zu verhindern.« (Ebd.) Wie kann eine solche Sensibilisierung aussehen und wo ließen sich direkte Verweise auf eine Art Anleitung zur Körperwahrnehmung finden? Einen beispielhaften Einblick bietet eine sog. *Technik der Standortbestimmung der beruflichen Situation*.

Es handelt sich dabei um eine Übung, anhand welcher mögliche Lösungen einer beruflichen Krise durchdacht werden sollten. Diese Krise wird dabei als eine

Gratifikationskrise verstanden, die Burnout-Zustände auslösen und für Verwirrung und Unsicherheit sorgen kann: »Wenn Verausgabung und Gratifikationen im Ungleichgewicht sind, gibt es drei Alternativen: (1) akzeptieren (*love it*), (2) verändern (*change it*) oder (3) verlassen (*leave it*). Menschen, die unter chronischem beruflichem Stress leiden, stehen oft zunächst einmal irgendwo zwischen diesen drei Optionen.« (Hillert/Koch/Lehr 2019: 44) Deswegen soll sich die individuelle Aufmerksamkeit bei der Prävention auf die Klärung der beruflichen Orientierung konzentrieren. Im Rahmen der vorgeschlagenen Übung soll ausprobiert werden, wie der Perspektivenwechsel von der wünschenswerten auf die aktuelle Arbeitssituation den Stresslevel senken und somit die Burnout-Gefährdung minimieren kann. Die Autoren dieser Übung schlagen ein Spiel vor, in dem der Perspektivenwechsel mit dem Stuhlwechsel einhergeht und sich in ihm manifestiert. Gleichzeitig soll mit jedem Wechsel eine andere Position ausprobiert werden: erstens, entweder mit den gegebenen Bedingungen zufrieden zu sein, oder zweitens, versuchen, diese den eigenen Vorstellungen anzupassen, oder drittens, zu widerstehen bzw. zu resignieren und eine andere Beschäftigung zu suchen. Alle Positionen haben unterschiedliche Ausgänge und Konsequenzen und das gleichzeitige Versetzen in solche Situationen soll diese konstruieren. Was daraus entstehen soll, ist die Klarheit darüber, wie »aus der Sackgasse aus Ambivalenz und Unentschlossenheit« (ebd.) herausgekommen werden kann. Eine kritische und belastende berufliche Situation kann aus dieser Sicht nur durch die individuelle Einstellung und Entscheidung angenommen, verändert oder verlassen werden. Jede der drei genannten Positionen soll mit Rückblick eines Jahres betrachtet werden, wobei verschiedene Aspekte hinterfragt werden. Die meisten von ihnen sind in der Vergangenheitsform formuliert und beziehen sich auf die Erfahrungen, die mit der getroffenen Entscheidung verbunden sind, d.h. welche Vor- oder Nachteile die Entscheidung mit sich gebracht hat, wie hat das Umfeld darauf reagiert und wie haben sich die Arbeits- und Privatbeziehungen seitdem geändert, wieviel Kraft und Anstrengung ist notwendig gewesen für die Durchführung der Entscheidung usw. Nur zwei Fragen, die bei allen möglichen Ausgängen gestellt wurden, sind in der Präsensform formuliert. Die erste von ihnen hinterfragt das aktuelle Befinden, und zwar das körperliche Befinden: *Welche körperlichen Empfindungen beobachtest du auf diesem Stuhl? Wie fühlst du dich?* Die zweite Frage fordert zur Entscheidung angesichts des Stuhlwechsels: *Möchtest du dir diese Option offenhalten oder kommt sie für dich nicht weiter infrage?*

Die erste von den zwei Fragen versucht, die Wahrnehmung des eigenen Körpers mit dem Stresslevel in der jeweilig imaginierten Situation in Verbindung zu setzen. Die Autoren der Übung gehen nämlich davon aus, dass der Stress in seiner direkten Übersetzung »zunächst Anspannung [bedeutet] und die macht sich oft zuerst im Körper bemerkbar.« (a.a.O.: 23) Die Körperreaktionen können zwar bei jedem Menschen unterschiedlich aussehen, doch wichtig ist für jeden, »seine eigenen Reaktionsneigungen unter Stress zu kennen, sensibel und achtsam genug

zu sein, um sie im Alltag auch als solche registrieren zu können.« (a.a.O.: 25) In dem vorgeschlagenen Spiel sollen am Ende jeder Übung die körperlichen Signale wahrgenommen und benannt werden (vgl. a.a.O.: 24f). Die Entscheidung darüber, wie sich die berufliche Situation weiter entwickeln soll, wird durch den Körper überprüft. Durch den Blick in die unterschiedlichen Bereiche des physischen, psychischen und affektiven Erlebens soll die Grundlage geschaffen werden, auf der die Entscheidung gemessen und gerechtfertigt werden kann. Sobald die angezeigten Stresssymptome nicht bzw. nur im geringeren Maß auftreten, senkt die gewählte berufliche Option den Stresspiegel auf ein annehmbares Niveau und minimiert dadurch die Burnout-Gefährdung. Dem Körper wird hiermit eine immense Rolle zugeteilt, da an ihm die Warnsignale am besten spürbar und erkennbar sind. Dadurch rückt er ins Zentrum der öffentlichen und privaten Aufmerksamkeit als ein Instrument, das mehr Klarheit darüber verschaffen soll, wie das Arbeitsleben besser ausgerichtet werden kann. Was nun im Vordergrund steht, ist die Bereitschaft, den Leistungen körperlich, psychisch und emotional gerecht zu werden. Am Körper und seiner Resilienz soll demnächst gemessen werden, was die angebrachten Stresslevels sind, die noch nicht schädlich sind und nicht in das Burnout ausufern. Diese Rationalität der präventiven Überprüfung eigener Kräfte problematisiert nicht die gesellschaftlich produzierten Leistungsbilder und -vorgaben, sondern richtet den Blick auf die Individuen und ihre Körper, die in dem Arbeitsmarathon stark sein und durchhalten müssen. Für das Stuhlinterview wird im Weiteren ein Gegenüber notwendig, ein Partner, Freund oder Psychotherapeut, an den die Antworten adressiert werden und der ggf. weitere Fragen stellen kann. Er oder sie kann sitzen oder stehen bleiben, schweigen oder zu Antworten auffordern. Auf jeden Fall kann das Gegenüber nicht ignoriert werden, sondern ihm obliegt es, zu helfen, die Situation und den Wechsel, und mithin die Entscheidung, zu vollziehen. Mehr noch, erst durch seine Anwesenheit werden die möglichen Positionen und Ausgänge sichtbar und öffentlich gemacht. Das Gegenüber registriert die Zweifel, Unklarheiten, Sorgen und Ängste, die beim Reden herauskommen und legt von ihnen Zeugnis ab. Zeugnis davon, dass die Krise und Burnout-Gefährdung präsent ist und gelöst werden muss.

Schließlich wird mit der zweiten Frage in der Präsenzform das Individuum vor die Wahl gestellt, ob die gerade angenommene und imaginierte Position, verkörpert durch den Stuhl, abgelehnt oder offengelassen werden soll. Alle drei Stühle sind zum Ausprobieren da und können jederzeit gewechselt, verlassen oder besetzt werden, je nachdem, welche Auswirkungen der gewählte Ausgang haben kann. Gleichzeitig können auch die Stühle entfernt werden mit dem Risiko, dass am Ende keiner im Raum stehen bleibt. Die Entscheidung wird auf drei Optionen reduziert, aus denen eine gewählt werden muss, damit die Spielregeln eingehalten werden. Der Effekt des Sitzens und Aufstehens, die Wahl zwischen verschiedenen Stühlen und die Entfernung oder das Beibehalten eines von ihnen, die Präsenz des ande-

ren Menschen im Raum und schließlich die hohe Bedeutung des Spiels, das über die Gefährdungen für die eigene Gesundheit entscheidet, simulieren die Vollziehung von Regierungstechnologien, wie sie Michel Foucault in seiner Machtanalytik beschrieb (vgl. Foucault [1984] 2005b: 900). Zwischen den Spielen von Machtbeziehungen und den verankerten Herrschaftszuständen erstrecken sich Technologien, die versuchen, das Verhalten des Gegenübers zu bestimmen und zu lenken. In dem simulierten Spiel werden die Individuen mit den erzeugten Optionen konfrontiert und in einen Kontext gesetzt, in dem sie die Verantwortung für sich und für ihre Zukunft übernehmen und die Entscheidung nicht nur vor sich, sondern auch vor dem Gegenüber treffen müssen. Ihr Verhalten und ihre Möglichkeiten werden daher von vorneherein bestimmt und mithin auch ihre möglichen Ausgänge, was an dem Körper und seiner Befindlichkeit gemessen wird.

All die Warnsignale des Körpers können also rechtzeitig erkannt und interpretiert werden, damit sie der Burnout-Prävention dienlich sein können. Die Ratgeber stellen allerdings auch weitere Fragen an die Betroffenen, die sie zum Nachdenken führen sollten: »Wieso achten wir nur selten auf solche ›Warnzeichen‹ unseres Körpers, der uns signalisiert, dass wir uns zu viel abverlangen? Hoffen wir, nur urlaubsreif zu sein – denn einen Burnout, das haben nur die anderen? Gestehen wir uns die Gefährdung nicht ein, weil ein Burnout mit dem Eingeständnis von Schwäche und Versagen verbunden wäre?« (Wenninger 2015: 83 [Herv. i. O.]) Nicht nur Schwäche und Versagen, sondern auch Unfähigkeit, die Zeichen des eigenen Körpers zu dechiffrieren, werden den Betroffenen vorgeworfen. Um wieder schlau und klug zu werden und die Sorge um den Körper und seine Widerstandsfähigkeit neu zu aktivieren, muss den Individuen beigebracht werden, wie die elementarsten Aktivitäten, wie Schlafen, Essen oder Ruhen, wieder ins Gleichgewicht gebracht werden können. Dabei reicht es

»für unser Wohlbefinden beispielsweise nicht aus, uns sehr gut zu ernähren, wenn gleichzeitig ein chronisches Schlafdefizit herrscht. Wir würden nur den Mangel im Bereich Schlaf notdürftig ausgleichen. Wirkliches Wohlbefinden und Widerstandskraft können sich so aber nicht einstellen. Um nichts in Vergessenheit geraten zu lassen, ist es ratsam, die Koordinaten immer wieder zu überprüfen und ins Optimum zu bringen.« (Wawrzinek & Schauer 2013: 138)

Die Prävention vereinnahmt dadurch alle Lebensbereiche und -phasen, denn sie sind unmittelbar mit der Bereitschaft, Leistungen dauerhaft zu erbringen, verbunden. Der Körper wird als Instrument zur Selbsterhaltung und -verwirklichung vermarktet. Wer für ihn, unseren »Biocomputer« (Eichinger & Hoffmann 2016: 24) gut sorgen kann, der beugt nicht nur dem Burnout vor, sondern erhöht zugleich seine Überlebenschancen in dem Gesundheits- und Leistungswettbewerb.

Die Emotionen

Wenn es um die zentralen Aspekte der Prävention geht, spielt das affektive Leben und Erleben eine äußerst bedeutende Rolle.³¹ Gerade beim psychischen Empfinden wird die allgemeine Gemütslage auf die Probe gestellt. Lösungsansätze orientieren sich dann entweder an dem Verstärken der psychischen Resilienz, oder zeigen, wie mit den Gefühlen auf effektive Weise umgegangen werden kann. Gerade bei der Prävention psychischer Störungen im beruflichen Alltag heißt das oberste Ziel: »Entemotionalisieren.« (Wawrzinek & Schauer 2013: 127)

»Im Alltag sprechen wir Probleme meist emotional an. Das kommt daher, weil uns das Gefühl von Ohnmacht und Ausgeliefertsein auf längere Sicht aggressiv oder depressiv macht, uns resignieren oder aufbäumen lässt. Wenden wir uns dann aufgebracht an unseren Chef, haben wir schlechte Voraussetzungen für eine gelungene Kommunikation aufgrund unserer emotionalen Verfasstheit alles andere als sachlich, konstruktiv und professionell sein.« (a.a.O.: 112)

Um mit den Problemen angemessener umzugehen, müssen die Emotionen beseitigt werden. Sachlogik muss die Oberhand bekommen und unsere Handlungen und Lösungsstrategien strukturieren: »Statt eines Gefühlsaufbruchs liefern wir also besser Zahlen, Daten, Fakten, schätzen Risiken ab, bieten Lösungsideen an und verhandeln eine angemessene Vorgehensweise.« (a.a.O.: 113) Allerdings gelingt nicht jedem solche Umorientierung. Der Grund dafür soll die Tatsache sein, dass viele Beschäftigten nicht wahrhaben wollen, dass die zeitgenössischen Unternehmen nach einer veränderten Logik funktionieren. Die Grundregel Nr. 1 dieser Logik, »Ein Unternehmen hat kein Herz« (a.a.O.: 127), besagt, dass man das Unternehmen, und mithin jede Institution, Organisation oder Verein, nicht mit Herz, d.h. mit Gefühl, Verständnis, Nähe oder auch Freude oder Trauer assoziieren soll. Das Unternehmen, in dem die meisten Menschen den Großteil ihres Lebens verbringen, stellt dagegen ein Konglomerat aus Prozessen, Vorschriften, Organisationseinheiten, Mitarbeitern und technischen und technologischen Einrichtungen dar. Was zählt sind die Ergebnisse, die erbrachten Leistungen und gezählten Revenues, nicht die dahinterstehenden Unternehmenspraktiken. Emotionen sollen dagegen unter Kontrolle gebracht werden, damit sie nicht im Weg stehen und, mehr noch, nicht zu eigener und fremder psychischer Belastung beitragen. Ganz im Gegenteil, eine »[g]eglückte Emotionsregulation (nicht -unterdrückung!)

31 Hierbei ist auf die Trennung zwischen Emotionen und Affekten zu verweisen, die Gilles Deleuze vorgenommen hat: »Während Affekte die Passage, den Übergang von einem körperlichen Zustand zu einem anderen bezeichnen, eine Intensität, die mit mehr oder weniger (körperlicher) Macht und Mächtigkeit ausgestattet ist, beschreibt Emotion die Bedeutung, die soziale Interpretation dieser Zustände (Deleuze 1997: 181; auch Hemmings 2005: 552).« (Penz & Sauer 2016: 40)

das erfolgreiche Bewältigen negativer emotionaler Episoden oder die gezielte Beeinflussung der eigenen Emotionen, stellt hingegen eine Ressource zur Reduktion von Stress und Stressempfinden dar: Emotionsregulation steht in einem positiven Zusammenhang mit allgemeiner Arbeitszufriedenheit, Arbeitsengagement und Stolz.« (Fischbach 2010: 24)

Entemotionalisierung fördert also die psychische Stabilität und Gesundheit und trägt zum besseren Wohlfühl und entspannteren Umgang mit den Mitmenschen bei. Sie stellt ein Instrument moderner Grundkompetenzen dar, die gefordert werden und gleichzeitig zum (gefühlten) Wohlbefinden beitragen sollen. Entemotionalisieren hilft den Beschäftigten, zu positiven Emotionen, wie Zufriedenheit oder Stolz, zu kommen. Auch die weiteren Regeln lassen die Menschen glauben, dass die Unternehmenskultur keinen Organismus, keine ideelle Struktur nachahmt. Sie ist weder gerecht, noch friedlich. Womit sich die Beschäftigten auseinandersetzen müssen, ist die ständige Gewissheit, dass sie im besten Fall Fremdkörper oder Ersatzteile bilden, die, wenn sich die Wirtschaftsziele und -richtung ändern, ausgewechselt werden können. Die Regeln müssen im Weiteren vereinbart werden, damit sie uns vor emotionalen Enttäuschungen schützen können. So können wir mit der Zeit erkennen,

»dass wir nicht persönlich gemeint sind, wenn sich die Firma ändert. Wir denken dann anders über die Entwicklungen, fühlen uns dann anders und leiten andere Handlungen daraus ab. Wir verhalten uns professionell und reiben uns nicht länger persönlich an den großen Veränderungen in der Arbeitswelt, die wir nicht bremsen können, auf. Mit klugem Sachverstand realisieren wir unsere Möglichkeiten und Grenzen in dem ›Unternehmensspiel‹ und finden eine angemessene Haltung dazu.« (Wawrzinek & Schauer 2013: 127 [Herv. i. O.]

So wird den Beschäftigten vermittelt, dass die Arbeitswelt ihre eigene Geschwindigkeit hat, die sie nicht imstande sind zu beeinflussen. Was sie lediglich tun können ist, mit ihr das Tempo zu halten. Die Emotionen können dabei die Geschwindigkeit bremsen oder beschleunigen. Deswegen wird es immer wichtiger, ihre Regulation zu erlernen, d.h. »wie sich Emotionen in Interaktionen bilden, wie sich Kognitionen in diesem Prozess (positiv oder negativ) auswirken und wie – bei aller Authentizität der Person und ihrer Emotionen – diese Prinzipien genutzt werden können, um positive Gefühle als Plattform angenehmer, erfolgreicher und letztendlich gesunder Interaktion zu erzeugen.« (Fischbach 2010: 24)

Daher soll eine Prävention als Entemotionalisierung den Menschen beibringen, wie sie ihr affektives Leben in einer Weise regulieren können, die die Gefühle zu einem Verwertungsinstrument transformieren. Mit positiven Gefühlen steigen die Erfolgchancen, erweitern sich die Leistungsmöglichkeiten und minimieren die gesundheitlichen Schäden. Aus der bisherigen, miserablen Lage kann eine neue Lebensrichtung angestoßen werden. Denn, »[e]s sind unsere enttäuschten,

gekränkten Gefühle, die uns enorm viel Energie rauben, uns unseren Schwung und Elan nehmen und unsere Motivation zerstören. Und eben diese Gefühle verstellen uns den nüchternen Blick auf sich verändernde Rahmenbedingungen am Arbeitsmarkt, den wir so dringend benötigen, um uns immer wieder neu auszurichten und strategisch klug zu positionieren.« (Wawrzinek & Schauer 2013: 127) Emotionen zu verwerten ist klug und sichert Erfolg, Stabilität und vor allem Schutz vor Burnout. Dank der »Gefühlsregulierung, die gleichermaßen unternehmerischen Zwecken dient« (Penz & Sauer 2016: 218), bleiben also die Individuen im Arbeits- und Leistungsmarathon länger, fitter und motivierter.

Das Denken

Eine Burnout-Prävention kann laut der Ratgeber-Literatur an unterschiedlichen Stellen ansetzen, so auch bei dem Denken. Der Körper braucht vor allem Entspannungsübungen, die Emotionen müssen reguliert werden und das Denken braucht einen Perspektivenwechsel, der die eingelebten Gedankenmuster hinterfragt, die Erholungskultur fördert, eine Sinnstiftung aufbaut und zur höheren Selbstachtung auffordert (vgl. Hillert/Koch/Lehr 2018: 42ff). Und wenn es speziell um das Burnout geht, müssen grundsätzlich »alle Glaubenssätze auf den Prüfstand gestellt werden.« (Wawrzinek & Schauer 2013: 111) Erst dann wird es möglich, neue und heilsame Überzeugungen zu erarbeiten, »die eine Genesung und dauerhafte Gesunderhaltung gewährleisten.« (Ebd.)

Wenn nun die konkrete Anwendung in dem Alltag stattfinden soll, werden schnell mehrere Hürden erkennbar. Die Ratgeber meinen, dass die allgemeinen gesundheitsförderlichen Tricks, wie bspw. »Schreibtisch aufräumen, Zeit anders einteilen, »Mach doch mal langsamer!«, Ernährung umstellen, weniger Alkohol trinken, achtsam den Müll zur Mülltonne tragen, Körperankerpunkte drücken, öfters »Nein« sagen u.v.a.m.« (Wenninger 2015: 35 [Herv. i. O.]) zwar Wirkung haben, doch wenn man sie dauerhaft in überlastenden Situationen anwenden möchte, wird schnell klar, »dass man seine »persönlichen Denk- und Verhaltensmuster«, seine »Biographie«, von heute auf morgen nicht über Bord werfen kann. Nur selten erfolgt die Veränderung schnell und dauerhaft so, wie wir es uns wünschen, und dies selbst dann nicht, wenn damit durchaus offensichtliche Vorteile (z.B. Gesundheit) verbunden wären.« (ebd. [Herv. i. O.]) Deswegen sind Regeln und Ratschläge, »die »Soforthilfe« bei inneren und äußeren Spannungen und schnelle Erfolge – stressfrei in 10 Minuten – versprechen« (a.a.O.: 46 [Herv. i. O.]) keine annehmbaren Alternativen, um die persönlichen Denkmuster zu ändern und eine grundlegend neue Stellung zur privaten oder beruflichen belastenden Situation einzunehmen. Dagegen werden vier Varianten vorgeschlagen, die eine nachhaltige Veränderung aktivieren können:

- Eine von solchen Varianten heißt *Downshifting*, was herunterschalten bedeutet, »nicht mehr ständig ›unter Strom‹ stehen und nicht bis zum Umfallen arbeiten, sich nicht mehr länger im Hamsterrad von Karriere und Konsum eingesperrt fühlen und nicht mehr länger ein Rädchen im Getriebe sein wollen.« (a.a.O.: 48 [Herv. i. O.]) Das Aussteigen aus dem Karussell der Maximierung fordert »statt Disziplin, Fleiß und Erfolg mehr Freiheit, Individualität und Selbstverwirklichung.« (Ebd.) Dieser Wertewandel fällt nicht jedem einfach, denn er kann nur durch ein radikales Umdenken und eine gezielte Neuausrichtung des Lebens vollzogen werden. Dafür müssen allerdings Freiräume geschaffen werden, die die neuen Lebensmöglichkeiten ersichtlich werden lassen. Um dann »gravierende private und/oder berufliche Veränderungen überhaupt anzudenken, muss man außerdem seine Wahrnehmung zuerst einmal dahingehend schärfen, dass es höchste Zeit ist, seine Lebens- und Arbeitsumstände grundlegend zu verändern. ›Wenn ich nichts ändere, ruiniere ich meine Gesundheit und mein Leben‹ – erst diese Einsicht lässt zumindest einige Betroffene dann endlich entschlossen nach einer Lösung suchen.« (a.a.O.: 49 [Herv. i. O.]) Das betroffene Individuum hat es in seinen Händen, das Arbeits- und Lebenstempo zu bremsen oder zu beschleunigen und dadurch zu entscheiden, inwieweit es seine Gesundheit in das Spiel einbringen möchte. Auf Dauer lässt sich an dem gesundheitlichen Zustand messen, wie die eigenen Einstellungen einen gefährden. Die psychischen Störungen sind dann nicht Resultat prekärer Arbeits- und/oder Lebensverhältnisse, sondern Resultat der eigenen misslungenen Selbstregulierung.
- Eine zweite Variante der langfristigen Frühprävention von psychischen Gefährdungen besteht im Aneignen von »Fertigkeiten und Kompetenzen als ›Schlüsselqualifikationen‹.« (a.a.O.: 53 [Herv. i. O.]) Konkret heißt es, das Zeitmanagement zu pflegen, Delegieren zu lernen, Führungskompetenzen zu entwickeln, an Präsentations- und Moderationstrainings teilzunehmen und die eigenen »›Grenzen der Belastungsfähigkeit‹ sowie seine Bewertungs- und Beurteilungsmaßstäbe kennenzulernen.« (ebd. [Herv. i. O.]) Dazu zählen auch Stresskompetenzen, die durch mentale Techniken begünstigt werden und die helfen können, »sich von quälenden Gedanken, die einem ständig durch den Kopf gehen, abzuschotten, und [...] Wünsche in die Tat umzusetzen.« (a.a.O.: 56) Das eigene Denken zu überprüfen reicht nicht. Vielmehr wird eine kontinuierliche Einübung neuer Techniken und Kompetenzen gefordert, die gezielt an Belastungssituationen angepasst sind. Da jedoch Belastungen unterschiedlich empfunden werden und nicht vorhersehbar auftreten können, erfährt das Individuum auch seine eigenen Inkompetenzen, die nicht seinen *Grenzen der Belastungsfähigkeit* entsprechen, sondern den Horizont des *Noch-Nicht-Erlernten* darstellen. Hiermit eröffnet sich ein Raum für Steigerung und Optimierung, dessen Füllung mit Selbstverwirklichung belohnt wird.

- Die dritte Präventions-Variante setzt auf Entspannung, Erholung und mentale wie körperliche Aktivitäten, um die Dauerstress-Zustände zu minimieren. Die Voraussetzung heißt dabei: »Ich muss die eigenen Belastungen genau und frühzeitig als solche wahrnehmen, um wirksam etwas dagegen unternehmen zu können (»Ausbildung einer Bewältigungsintention«). Und ich muss aus dem Repertoire die zu mir passende Technik herausgreifen.« (a.a.O.: 58 [Herv. i. O.]) Diese Art der Umstellung muss innerlich und bewusst gewollt werden. Die Mittel zur Bewältigung eigener Belastungen sind bereits vorhanden. Was übrig bleibt ist die Motivation. Wenn wir sie darbringen, können wir lernen, »uns individuell mindestens 1x in der Woche, am besten natürlich täglich, den belastenden Situationen zu entziehen – sich durch »Achtsamkeit und Selbstpflege« vor Stress zu schützen, stressresistent zu werden und uns auf unsere eigenen Stärken zu besinnen.« (ebd. [Herv. i. O.]) Die Einführung neuer Gewohnheiten muss praktiziert und gelebt werden, muss zur Routine und Selbstverständlichkeit, d.h. zur Normalität werden. Prävention psychischer Störungen kann nicht erst dann ansetzen, wenn die Belastungen die Oberhand übernommen haben. Sie muss in den Alltag integriert werden, verinnerlicht, verkörpert und zum selbstverständlichen Denkmuster werden.
- Eine letzte mögliche Lösungsvariante interessiert sich für die Art und Weise, wie die eigenen, eingepprägten Denkmuster unsere Arbeits- und Lebenssituation entziffern und bewerten: »Wie wir die Stresssituationen einschätzen und bewerten, hängt stark mit der Persönlichkeit jedes einzelnen, mit tief verankerten »Denkmustern« und »Lebensregeln«, mit unseren »inneren Antreibern« und unseren »Zwängen« zusammen. Wir haben sie im Laufe unseres Lebens, in der Kindheit, in der Jugend, aber auch danach, gelernt und uns angeeignet. Nicht nur äußere Faktoren – »organisationsbezogene Risikofaktoren« – sind ursächlich, sondern der sog. »selbstgemachte« Stress – eine mehr oder weniger exzessive »Verausgabungsneigung«, alles mit 150 %-iger Perfektion erledigen zu wollen – spielt eine entscheidende Rolle, ob es zu einer »Verausgabungskarriere« kommt. Burnout-Prävention heißt dann: Einstellungen und Bewertungen im Sinne von »mentaler Stresskompetenz« verändern.« (a.a.O.: 65 [Herv. i. O.]) Das Lesen in der eigenen Biografie wird als Chance dargestellt, die prägenden Denkmuster zu entlarven und einzusehen, wie sie das Individuum unbewusst gesteuert und beeinflusst haben. Gerade weil das Individuum durch sein Leben viele nicht fördernde Einstellungen übernehmen kann, scheitert es in seiner privaten oder beruflichen Lebenssituation. Es kann Tendenzen und Neigungen erlernen – von der Kindheit durch die Jugend bis ins Erwachsenenalter –, die es im späteren Leben an der aktiven Arbeitsbeteiligung hindern und es nicht erlauben, eine ausbalancierte Lebensweise zu führen.

Was die Empfehlungen unterschwellig kommunizieren ist die Tatsache, dass die Einstellungen nur dem Individuum gehören und dass folglich nur dem Individuum die Möglichkeit vorbehalten ist, diese zu ändern. Die jetzige, kritische Situation hat ihren logischen Hintergrund und konnte nicht anders verlaufen, als sie verlaufen ist. Deswegen kann das Burnout als Kristallisationsmoment einer sich seit geraumer Zeit entwickelnden Neigung erscheinen, deren Signale hier und da erkennbar waren, doch nie so nachdrücklich erschienen, um eine Veränderung auslösen zu können. Es ist ein Ergebnis, ein fatales Resultat des geführten Lebens, für das jetzt der Preis gezahlt werden muss. Um dies so gut wie möglich zu verhindern, wird eine mentale Ausrüstung mit Stresskompetenzen unerlässlich.³²

Die Prävention kann jederzeit ansetzen, oder, anders ausgedrückt, es gibt keinen Moment in dem Lebensverlauf, wo Präventionsmaßnahmen ausgeschlossen wären. Da sie jedoch an das Vermögen der Individuen gebunden sind, Veränderungen in ihren Leben durchzusetzen, braucht es eine starke Willenskraft von ihrer Seite. Hiermit fängt die etwas problematische Phase an, da es vielen an Durchsetzungsvermögen und Willenskraft mangelt. Um wirksam dagegen zu agieren und Verhaltensänderung zu erzwingen, können einige Impulse hilfreich sein. Anfangs ist es besonders wichtig, »Klarheit über sich selbst zu bekommen – zum Beispiel über das eigene Stressproblem, die Auslöser des persönlichen Stressverhaltens, die Belohnungen, die es aufrechterhalten, und die grundsätzlichen Veränderungsmöglichkeiten« (a.a.O.: 100), um sich später die Fragen zu stellen, die eine Umorientierung bewirken können. Was diese Zukunftsaussichten erzeugt ist ein Vergleich der aktuellen und der möglichen oder antizipierten Lebenslage, die als Motivation bei dem Individuum auftreten soll. Erst wenn der Unterschied zwischen dem aktuellen und dem möglichen Stand thematisiert (und dramatisiert) wird, kann sich die Willenskraft aktivieren. Der Ratgeber-Autor setzt fort: »Und ich werde auch schnell einsehen, dass ›Eigeninitiative und Kreativität‹ gefordert sind, damit sich mein lästiges, ungesundes, stressverursachendes Verhalten (die alte Gewohnheit) durch ein neues Verhalten (die neue, bessere, gesunde Gewohnheit) ersetzen lässt. Sonst ist Rückfall programmiert.« (ebd. [Herv. i. O.]) Hiermit wird eine Bewegung geschildert, die zwei Richtungen einschlagen kann: vorwärts oder rückwärts. Nach diesem Modell sei eine Veränderung ein »spiralförmiges Geschehen« (a.a.O.: 121 [Herv. i. O.]), was gleichzeitig symbolisieren soll, »dass die meisten Personen auf dem Weg zu einer neuen Gewohnheit bei ›Rückfällen‹ nicht neu ›bei Null‹ beginnen müssen, sondern in einem früheren Stadium landen.« (ebd. [Herv. i. O.])

32 Und diese kann während des ganzen Lebens, und sogar vor der Geburt, vollzogen werden, wie dies die Ansatzpunkte universeller Präventionsstrategien nahelegen (vgl. Felner et al. 2000 zit.n. Kilian & Becker 2006: 453ff).

Die Individuen haben hiermit die möglichen Ausgänge ihrer Aktivität vor Augen. Zeigen sie Eigeninitiative, Durchsetzungsvermögen und starken Willen, kommen sie voran und steigen nach oben Richtung Stabilität. Bleiben sie dagegen inaktiv, ohne großes Interesse und Engagement, begeben sie sich in Richtung Absichtslosigkeit. Zwar ist zu jedem Zeitpunkt eine Umkehr möglich, doch umso schmerzhafter werden die begleitenden Erfahrungen. Andersrum werden auch die positiven Anzeichen bei der aktiven Handlung spürbar und können mehr Lust fürs Fortsetzen erwecken. So klar dargestellte Alternativen erscheinen durchaus alternativlos. Ihre Programmatik soll den Betroffenen klare Signale darüber geben, welche Auswirkungen ihre Handlungen und Denkmustellungen haben können. Sie situieret die Individuen in eine Position, die nur richtige oder falsche Entscheidungen zulässt, die aber – unter realen Umständen betrachtet, wo doch viele Betroffene dank ihrer körperlichen und mentalen Erschöpfung nicht fähig sind, klar und eigenverantwortlich zu denken und zu handeln – in der Praxis einen Willensakt fordern, der nicht erbracht werden kann. Als Konsequenz bleiben die Individuen auf andere angewiesen und ihnen völlig ausgeliefert. Werden die politischen Maßnahmen durch das Spiralmodell der Veränderung inspiriert, ermöglicht das Eingriffe in das individuelle Leben, die eine totale Kontrolle über den Erschöpften ausüben.

Mit den obengenannten Methoden wird eine individuelle, frühzeitige Verhütung des Burnout-Syndroms impliziert, die als eine Art Vorsorge oder Impfung erscheint, welche eine regelmäßig wiederkehrende Krankheit vermeiden soll, wie etwa bei einer saisonalen Grippe. Das Individuum kann sich psychisch *checken* lassen, wie das bei einer Körperuntersuchung üblich wäre, weswegen das Burnout »gute Aussichten [hat], zu einer Art *body mass index* der Psyche zu werden.« (Kreft 2011: 51) Beim solchen Burnout-Check können anschließend Empfehlungen formuliert werden, die zum gesundheitsfördernden Verhalten führen. Wichtig wird dabei die Verschränkung neurowissenschaftlicher Kenntnisse mit der Burnout-Prävention. Nach diesen Kenntnissen kann nämlich das Gehirn des Individuums nicht über lange Zeit hohe Leistungen erbringen, weshalb es eingeübte Handlungen und Denkweisen in Automatismen transformiert, damit es Energie spart und schneller reagiert. Und diese routinierten Denkweisen kann man »nur verändern oder eliminieren, wenn man den Auslöser kennt und eine neue (attraktive) Belohnung findet.« (Wenninger 2015: 133) Je mehr Wissen um die neuronalen Prozesse zur Verfügung steht, desto mehr Möglichkeiten zur (präventiven) Interventionen werden damit eröffnet:

»Mit der von den Neurowissenschaften anvisierten Entschlüsselung der Struktur und Funktionsweise des Gehirns soll es perspektivisch möglich sein, menschliches Handeln nicht nur neurowissenschaftlich zu erklären, sondern auch umfassend neurotechnologisch und pharmakologisch zu beeinflussen. Wenn alles Handeln Gehirn ist und das Gehirn chemisch, biologisch und elektronisch entschlüs-

selt ist, dann ließen sich gesellschaftliche Probleme durch entsprechende Gehirn-Interventionen bearbeiten.« (Schaper-Rinkel 2012: 255)

Die hier entstandene Verschränkung kann, wie oben gezeigt wurde, auf ganz simple Weise in den Alltag integriert werden und dort ihre Wirkung entfalten. Prävention von Burnout wird dann durch die Aufforderungen zum *Umdenken* und dank den neurochemischen Kenntnissen zu einer besonders kultivierten Regierungstechnologie.

1.2.5 Zwischenfazit

Wie bereits angedeutet, besteht die Aufgabe des Interdiskurses darin, dass komplexe, wissenschaftlich elabourierte Wissen in eine reduzierte, alltagssprachlich verständliche Form umzuwandeln. Die Analyse des Interdiskurses konnte diese Transformation nachweisen. Indem drei konkrete Stufen abgegrenzt und analysiert wurden, konnte der Wissensfluss beobachtet und beschrieben werden. Dabei wurden im Rahmen der jeweils analysierten Stufe Hinweise gewonnen, die die Anknüpfungspunkte zu dem Spezial- ebenso wie zu dem Elementardiskurs bilden und im Folgenden umschrieben werden:

- Einige Anknüpfungspunkte bietet die erste Stufe des Interdiskurses, die im Rahmen der Problematisierung psychischer Störungen in dem Arbeitsmilieu analysiert wurde. Während der Analyse wurde die Herausbildung verschiedener Erklärungsansätze beobachtet, welche zur Umsetzung präventiver Maßnahmen konkrete Ursachen identifiziert und darauf aufbauend entsprechende Instrumente entwickelt haben. Hierbei konnten drei Ursachen näher betrachtet werden – mangelndes Sozialkapital und Ego-Depletion, fehlende Prognosen und interessierte Selbstgefährdung. Wie die Analysen gezeigt haben, konnte sich Prävention als eine Regierungsrationalität in dem allgemeinen betrieblichen Gesundheitsmanagement integrieren, was zur Folge hat, dass die Entscheidungen und Handlungen der Verantwortlichen von der Sorge um Prävention geleitet werden. Schon die ersten beschriebenen Modelle zeigen, wie sich diese Wandlung in konkreten Instrumenten ausdrückt und das Individuum, als Eckstein des Unternehmens, in die präventive Planung und Handlungen miteinbezieht. Mit der wachsenden Bedeutung innerbetrieblicher Prävention zählt nicht nur die Arbeitszeit, sondern auch die Art und Weise, wie sorgsam und präventiv die Zeit außerhalb der Arbeit verbracht wird. Psychische Belastungen wie Burnout-Syndrom bilden im Rahmen der Präventionsrationalität einen integrativen Bestandteil jeder Diskussion um betriebliche Gesundheit, und ihre erfolgreiche Prävention wird allmählich zur Messlatte des unternehmerischen Wettbewerbs- und Nachhaltigkeitsimages.

- Weitere Anknüpfungspunkte ergeben sich aus der Analyse der Umsetzung präventiver Maßnahmen, die in zwei Schritten bzw. Säulen vollzogen wurde. Als erster Schritt wurden die präventiven Maßnahmen analysiert, die die Führungskräfte in den Unternehmen fokussieren. Hier konnten drei Beobachtungen fixiert werden. Zum einen werden die Führungskräfte dazu aufgefordert, die Präventionskultur als Unternehmenskultur zu akzeptieren und zu praktizieren. Zum anderen ermöglicht ihnen der technologische Fortschritt neue Einblicke in die Unternehmensabläufe und -strukturen, woraus sie passende Instrumente zur Organisation ihrer Arbeit ableiten können. Schließlich findet der Prozess der interessierten Selbstgefährdung auch bei den Führungskräften statt, weshalb sie besonders gefährdet und verletzlich sind und damit eine Gefahr für die gesamte Unternehmensstruktur darstellen, was die Prävention in der Führungsetage noch dringender macht. Im zweiten Schritt wurden die Entwicklung und Plausibilisierung präventiver Maßnahmen und Instrumente bei den Beschäftigten untersucht. Diese treten zum einen als Experte in eigener Sache auf, da sie ihre Gesundheit und mögliche Risiken am besten einschätzen können. Zum anderen, da sich ihre Gesundheit direkt auf die Unternehmensaktivitäten auswirkt, besteht die wichtigste Anforderung an sie darin, eine Motivation zur Veränderung bei sich selbst zu bewirken. Das heißt, dass es versucht wird, Kommunikationskanäle herzustellen, die auf einfache Art und Weise die Tatsache darstellen, dass die Sorge um sich positiv ist und für einen nachhaltigen persönlichen und unternehmerischen Erfolg sorgt. Die gesamte präventive Sorge mündet in den Aufruf zur Eigenverantwortung, denn sie stellt die Basis dar, auf der die Präventionsrationalität auf individueller Ebene weiter gedeihen kann. Beide Analysesäulen der Umsetzung präventiver Maßnahmen haben nachgewiesen, wie überlebenswichtig die Präventionsrationalität für die Unternehmen geworden ist. Sie schafft nämlich einen fruchtbaren Boden für die Identifikation mit dem Unternehmen und seiner Aufgaben. Beiderlei Beschäftigte und Führungskräfte werden umsorgt, damit sich das Unternehmen auch weiter sichern kann. Deswegen werden psychische Belastungen schon im möglichst frühen Stadium aufgefasst, problematisiert und vorgebeugt. Dies geschieht nicht nur aus wirtschaftlichen Gründen, um etwa die Krankheitstage zu senken. Viel mehr haben die Analysen verdeutlicht, welche Eingriffe in das private Leben der Individuen möglich werden, wenn die Prävention zur Leitkultur wird. Verknüpft mit der unerlässlichen Bedingung einer freiwilligen Eigenverantwortung, entstehen Instrumente, die die Beteiligten disziplinieren, ihnen gewisse Rollen und Aufgaben zuweisen, für sie *vor-sorgen* und die damit vor dem Auftreten möglicher Risiken ihre Wirkung entfalten können. Diese Instrumente besitzen eine Aktivierungsfunktion, welche die Führungskräfte wie die Beschäftigten wegen ihres Gesundheitswillens zu konkreten Handlungen veranlasst und dadurch Machteffekte zeitigt.

- Als letzte Stelle, an der sich Anknüpfungspunkte ergeben, erweist sich die Simplifizierung der präventiven Maßnahmen, die den Individuen auf konkrete Art und Weise zeigt, wie Prävention umgesetzt werden kann. Auch hier konnten die Analysen entlang dreier Aspekte durchgeführt werden. Erstens wird der Körper auf mehrfache Weise als Zielscheibe der Prävention und Selbstsorge problematisiert. Zum einen deswegen, weil an ihm die ersten Anzeichen einer psychischen Störung, hier vor allem die Erschöpfungssymptome, zu beobachten sind. Zum anderen wird er zum Objekt der primären und einfachsten Prävention, weil jeder über seinem eigenen Körper verfügen und diesen also kontrollieren und disziplinieren kann. Schließlich umfasst die Sorge um den Körper eine ganze Reihe an Praktiken, die vorgenommen werden können, um ihn leistungsfähig und anwendungsbereit zu erhalten. So erscheint er als ein Symbol des eigenen Erfolgs und der Kunst, das Arbeits- und Privatleben optimal zu meistern und in dem Arbeitsmarathon eine zuverlässige Leistung zu erbringen. Zweitens hat die Regulierung der Emotionen im Zusammenhang mit der Prävention psychischer Störungen an Bedeutung gewonnen. Die Emotionen bestimmen nämlich die allgemeine Gemütslage des Individuums und nehmen dadurch Einfluss auf seine Leistungen und Interaktionen im Arbeitsmilieu. Auch die Analysen konnten nahelegen, dass ein entsprechender stressfreier Umgang mit eigenen Emotionen gefordert wird, denn er erleichtert die Kommunikation in den Unternehmen und führt zur ausbalancierten Arbeitsweise. Und da ihre Regulierung individuelle wie gesellschaftliche Vorteile verspricht, bildet das emotionale Leben eines jeden Individuums eine hervorragende Möglichkeit zur Prävention, die allerdings von den Individuen selbst, wie übrigens auch bei sonstigen Instrumenten, eingesehen werden soll. Schließlich wird drittens ein generelles Umdenken als eine Reaktion auf die psychischen Gefährdungen empfohlen. An dieser Stelle fokussiert der Diskurs besonders auf die tertiäre, nachträgliche Prävention. Diejenigen, die das Burnout erfahren haben, sollen ihre Denkmuster überprüfen und notwendige Veränderungen vornehmen, damit sie nicht erneut einen Erschöpfungszustand erleben müssen. Der Grund dafür ist eindeutig: das Burnout kann jederzeit wiederkommen, da es sich nicht um eine Störung handelt, die ein für alle Mal bekämpft werden kann. Seine Intrige besteht in der möglichen Wiederholung, weswegen ein dauerhaftes, kontinuierliches Präventionsdenken unerlässlich wird. Andererseits wird die Prävention auch dadurch erschwert, dass die eingefahrenen Denkmuster nicht so einfach umgestellt werden können. Diese wissenschaftlich belegte Kenntnis verdeutlicht die Verschränkung des präventiven und des neurowissenschaftlichen Diskurses, die sich gegenseitig ergänzen und bedingen.

Die oben ausgeführten Anknüpfungspunkte weisen eine klare Verbindung zu den im Spezialdiskurs festgehaltenen Entwicklungen nach. Zum einen widerspiegelt sich die allgemeine Etablierung der Prävention als Regierungsrationalität in der verbreiteten Problematisierung präventiver Maßnahmen in den Unternehmen, wo sie die zukünftigen Risiken vorkalkuliert und vorbeugende Handlungen eingeleitet hat. Zum anderen hat sich die präventive Regierungsordnung in der Entwicklung zahlreicher Instrumente zur Aktivierung der Führungskräfte und der Beschäftigten manifestiert. Für beide Gruppen werden konkrete Präventionsschritte und -programme entworfen und in das Gesundheitsmanagement integriert. Schließlich baute die Ratgeber-Literatur auf einem impliziten Risikobewusstsein auf und sensibilisierte die Betroffenen für einen präventiven Umgang mit ihren Körpern, Emotionen und Denkmustern. Was damit einherging war eine Vertiefung und Reproduktion der im Spezialdiskurs umrissenen Subjektform, die auf Eigeninitiative und Selbst-Responsibilisierung beruhte. Den Beschäftigten wie den Führungskräften wurde nahegelegt, wie ihre gesundheitliche Lage direkt mit ihrem Arbeitsleben zusammenhängt, wie sie sich auch außerhalb ihrer regulären Arbeitszeiten gesund verhalten sollten und wie die präventive Rationalität zum natürlichen Bestandteil ihres Lebens werden kann. Mit diesen Verknüpfungen wird also veranschaulicht, wie der Spezialdiskurs durch den Interdiskurs, d.h. durch eine komplexitätsreduzierende diskursive Instanz fließt und sich verfestigt.

1.3 Elementardiskurs

Eine letzte Stufe, in die das diskursive Wissen einfließt und dort zirkuliert stellt nach Jürgen Link der Elementardiskurs dar (vgl. Link 2007). Er bildet zusammen mit dem Spezial- und Interdiskurs den sog. *diskursiven Kreislauf* und figuriert als derjenige Ort, wo das Wissen von den Individuen selbst (re-)produziert und subjektiviert wird (vgl. a.a.O.: 232). Für Link kombiniert sich hier »das stark komplexitätsreduzierte historisch-spezifische Wissen (seit geraumer Zeit vor allem von den naturwissenschaftlich-technischen Diskursen und Praktiken gespeist) mit dem sogenannten anthropologischen Alltagswissen (über allgemeinste Lebensstrategien, Liebe, Familie, rudimentäre as-soziative Solidaritäten bzw. Kollisionen usw.)« (Ebd.) In seiner Abbildung der Interdiskurstheorie platziert er den Elementardiskurs in den hierarchisch niedrigeren, elementarerem Bereich der vertikalen Achse (vgl. a.a.O.: 231). Die hierarchische Abfolge der jeweiligen Stufen der vertikalen Achse soll zeigen, dass die Wissenstransformation nicht nur eine Simplifizierung der Sprache in eine verständliche, alltagstaugliche Form ermöglichen soll, sondern dass sie stets mit Machteffekten einhergeht. Indem nämlich das Dispositiv einen interdiskursiven Wissenskomplex produziert, »der sich vom oberen Sektor der Achse der Stratifikation nach unten hegemonial ausbreitet« (a.a.O.: 234), schafft es gleichzeitig Machtpositionen für diejenigen,

die über das Expertenwissen verfügen, sich dieses Wissen zum Vorteil machen und es auf weitere Gruppen verbreiten. Vor diesem Hintergrund soll die Analyse des Elementardiskurses zwei Thesen überprüfen:

- Die erste These bezieht sich auf die Frage, wie der präventive Diskurs auf der elementaren Ebene wirkt und ob sich das im Spezialdiskurs formierte und durch den Interdiskurs transferierte Wissen auch in dem Elementardiskurs vorfinden lässt. Wäre dies der Fall, würde somit der Diskurs um die Prävention die Herstellung und Aufrechterhaltung einer hegemonialen Regierungsordnung, eines Präventionsdispositivs, befördern.
- Die zweite These soll in Bezug auf die analytische Differenzierung zwischen der Subjektformierung und der Subjektivierungsweise (vgl. Bührmann 2005, 2012) hinterfragen, ob die Subjekte die Präventionsrationalität auch tatsächlich übernommen und gelebt haben oder ob die präventive Subjektform bei ihnen wenig Resonanz findet. Davon wird im Weiteren auch abhängen, inwiefern der von ihnen produzierte Elementardiskurs an den Inter- und Spezialdiskurs tatsächlich anknüpft.

Das Analysematerial

Für die Analyse des Elementardiskurses wurden die Selbsterfahrungsberichte von Burnout-Betroffenen als Analysematerial herangezogen (N=29). Die Selbsterfahrungsberichte entsprechen nicht einem wissenschaftlich belegten Expertenwissen, wie dies beim Spezial- und teilweise auch beim Interdiskurs der Fall war. Hier werden die hautnahen Erfahrungen, die von den Burnout-Betroffenen selbst festgehalten, aufgeschrieben und veröffentlicht wurden, untersucht. Dabei entsteht eine besondere Situation, denn, wie das Beispiel des Burnouts und etlicher anderer psychischer Störungen zeigt, es sind die Betroffenen selbst, die das Wissen um sich erzeugen und strukturieren. Durch Geständnisse, Teilung von Erfahrungen und intimen inneren Bewegungen und Zuständen kann das Wissen über Burnout seitens der Betroffenen entstehen. Paradoxiert werden somit die Betroffenen selbst zu Diagnostikern und Patienten zugleich, wovon nicht selten die Selbsterfahrungsberichte zeugen. Die Betroffenen analysieren sich selbst, ihre Störungen, Biografien und Wirkungen, die diese auf ihr Leben hatten, und formulieren zugleich die Auswege und präventive Verhaltensweisen. Mit oder ohne eine professionelle Hilfe befinden sie sich in einer kontinuierlichen Beobachtung und ziehen aus ihren Überlegungen Schlüsse für ihre weiteren Handlungen. Um diese Prozesse möglichst nah in den Blick zu bekommen, hat sich die Wahl des Analysematerials an folgenden vier Kriterien orientiert:

- Erstens wurden selbstverfasste und schriftlich veröffentlichte, d.h. autorisierte Berichte von Menschen ausgewählt, die sich als Burnout-Leidende begreifen. Das heißt, dass sie sich durch das Geständnis ihres Burnout-Zustandes mit dieser Störung identifiziert haben.
- Zweitens hat sich die Wahl auf deutschsprachige Ausgaben reduziert, was eine kohärentere Anknüpfung an den Spezialdiskurs sichern sollte.³³ Insgesamt wurden 14 Berichte und 15 Kurzinterviews analysiert, davon drei Berichte und 15 Kurzinterviews aus Österreich, sieben Berichte aus Deutschland, drei aus der Schweiz und ein Bericht aus Schweden.³⁴
- Drittens wurde die Zeitperiode zwischen den Jahren 2005 und 2015 ausschlaggebend für die Herausgabe der Publikationen, denn während dieser Dekade hat sich der antizipierte Wandel in der Wahrnehmung der Prävention psychischer Störungen in dem Spezialdiskurs vollzogen.³⁵ Hier war es entscheidend, wann das Werk veröffentlicht und nicht tatsächlich geschrieben wurde, da diese zwei Daten nicht immer zusammenfielen.
- Viertens wurde der Wert daraufgelegt, möglichst heterogene (beruflich, geschlechtlich, altersbezogen usw.) Profile der Burnout-Betroffenen zu wählen. So wurden Berufsgruppen in die Analyse miteinbezogen, die von kaufmännischer Tätigkeit, Seelsorge, Lehre, Journalismus, über handwerkliche und Physioarbeit bis hin zu Management, Marketing und Kunst reichen. Von den 29 Betroffenen haben 12 Betroffene männliches und 17 Betroffene weibliches Geschlecht. Die Mehrzahl der Betroffenen befand sich im mittleren Alter, wobei die weiblichen Betroffenen durchschnittlich um ca. zehn Jahre jünger waren als die männlichen Betroffenen.³⁶

Was die methodologischen Herausforderungen angeht, so hat sich bei der Analyse zuerst gezeigt, dass der zeitliche Rahmen, in dem die Berichte verfasst wurden, ziemlich unterschiedlich war. Einige Betroffene haben sich auf einen Monat konzentriert, andere dagegen haben mehrere Jahre ihres Lebens reflektiert. Außerdem

33 Die Erfahrungen aus Ostasien (Japan, Südkorea), Afrika (Malawi, Nigeria) oder Lateinamerika (Brasilien) zeigen jedoch, dass das Burnout-Syndrom in durchaus allen Gesellschaften und nicht nur in dem westlichen ökonomischen und kulturellen Raum vorzufinden ist (vgl. Carod-Artal & Vázquez-Cabrera 2013).

34 Die schwedische Autorin schrieb auf Deutsch.

35 Siehe auch Abb. 2

36 Die Angaben zum Alter sind geschätzt und entsprechen nur einem gewissen Teil der Berichte (N=13). Hier lag das Durchschnittsalter bei 46,8 Jahren, was dem Zeitpunkt entspricht, wo die Berichte veröffentlicht wurden. Davon waren die weiblichen Betroffenen im Durchschnitt 41,5 Jahre und die männlichen Betroffenen 51,8 Jahre alt. Allerdings konnte das Alter bei den meisten Betroffenen nicht genau festgestellt werden, weshalb keine exakten Angaben möglich sind.

wurden einige Berichte unmittelbar während des Burnouts geschrieben, wobei andere erst nach Monaten oder gar Jahren durchdacht und aufgeschrieben wurden. Dies hat sich auch in der Struktur der Berichte widerspiegelt, die bei allen Berichten unterschiedlich war, doch allgemein drei bzw. vier Grundteile beinhaltete:

- erstens, eine Vorgeschichte, also wie es dazu kam, dass der- oder diejenige den Stand der totalen Erschöpfung erreichte;
- zweitens, den eigentlichen Verlauf, also das, wie sich die Störung entwickelt hat und mit welchen Erfahrungen sie verbunden war;
- drittens, die Genesung, d.h. wie sich das Krankheitsbild geändert und/oder verbessert hat;
- und viertens haben manche Betroffenen Tipps und Ratschläge formuliert, die entweder getrennt im Anhang aufgelistet oder in die Erzählung integriert wurden.

Diese Teile waren in allen Berichten unterschiedlich stark pointiert. Hat sich ein Bericht in zwei Dritteln auf die Vorgeschichte konzentriert und in einem Drittel auf den Verlauf des Burnouts, so haben sich andere Berichte nur in geringerem Maße mit der Vorgeschichte befasst und viel mehr mit dem Verlauf, oder, was besonders in den späteren Berichten der Fall war, mit der eigenen Genesung.

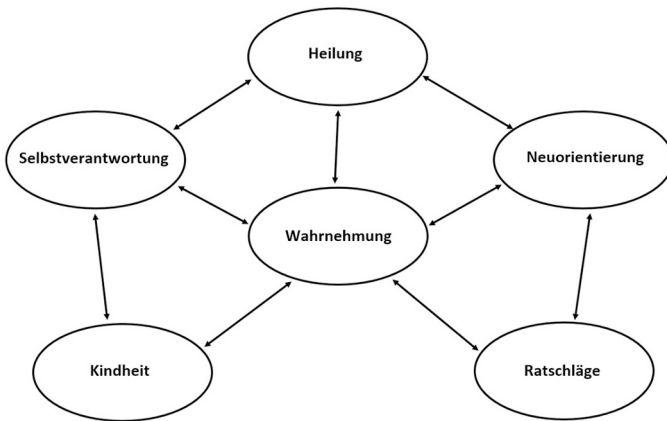
Außerdem, wie schon vorhin angedeutet, haben viele Betroffenen mit einer Art Selbstdiagnostizierung angefangen und nicht selten bei sich selbst psychische oder psychosoziale Muster beschrieben – wie etwa eine Perfektionistin, ein Helfersyndrom, eine Midlife-Crisis u.a. Mehr noch, in vielen Burnout-Berichten wurden unterschiedliche psychische Lebenszustände beschrieben. Und da die Betroffenen dem Burnout-Begriff diverse Bedeutungen zugeschrieben haben, ließen sich ihre Erlebnisse womöglich als Entwicklung einer Depression, persönlicher Krise oder sonstiger psychischer Schwierigkeit lesen. Nichtsdestotrotz bieten sie einen unschätzbaren Einblick in die Prozesse der Subjektivierung, die innerhalb der präventiven Rationalität stattfindet.

Analyseschwerpunkte

Die eigentliche Untersuchung der jeweiligen Erfahrungsberichte von Burnout-Betroffenen bestand aus einer Einzel- und einer Queranalyse. Jeder Einzelbericht wurde auf seine formelle wie inhaltliche Struktur überprüft mit dem Fokus auf die prägenden und wiederkehrenden Schwerpunkte und Themen, sowie auf die auffallenden Argumentationen und hervorgehobenen Textpassagen. Die ermittelten Informationen aus den Einzelanalysen wurden im weiteren Schritt kumuliert, so dass sich konkretere und allgemeinere Themen und Tendenzen konturieren konnten. Dadurch entstand im Endeffekt ein Cluster aus den häufigsten und

gewichtigsten Schwerpunkten. Diese Schwerpunkte wurden anschließend in Zusammenhang zueinander gebracht (s. Abb. 3). Das Schema verdeutlicht sechs zentrale Schwerpunkte, die die Selbsterfahrungsberichte von Burnout-Betroffenen beinhalten – Wahrnehmung, Selbstverantwortung, Neuorientierung, Heilung, Kindheit und Ratschläge.

Abbildung 3: Sechs leitende Schwerpunkte aus der Analyse der Selbsterfahrungsberichte von Burnout-Betroffenen



Quelle: eigene Darstellung anhand der Selbsterfahrungsberichte

In den einzelnen Berichten stehen sie in unterschiedlicher Art und Weise zueinander, doch in der Summe weisen sie die in dem Schema skizzierten Beziehungen auf. Je mehr Beziehungen ein Schwerpunkt mit dem anderen aufnimmt, desto zentraler tritt er in den Berichten auf. So steht als der wichtigste Schwerpunkt die Wahrnehmung, die mit allen anderen Schwerpunkten in einer Beziehung steht. Als zweitwichtigste Schwerpunkte figurieren die Selbstverantwortung, die Heilung und die Neuorientierung. Als weniger wichtige, doch immerhin stark präsente Schwerpunkte konnten die Kindheit und die Ratschläge identifiziert werden. Unter diesen sechs wichtigsten Schwerpunkten besteht keine Reihenordnung, da sie im Verlauf der Berichte aufgetaucht sind, sich durchkreuzten, wiederholten oder ergänzten. Auch wurde ihnen in den einzelnen Berichten unterschiedliche Bedeutung und unterschiedlicher Umfang gewidmet, so dass in einem Bericht die Wahrnehmung grundlegend war, wohingegen sie in anderen Berichten nur am Rande erschienen ist. Außerdem dienen diese Schwerpunkte nicht als leitende Analyse-kategorien, sondern eher als Achsen, entlang derer eine weitere Analyse möglich wurde. Schließlich sind in einigen Berichten auch Themen aufgetreten, die zentral für den ganzen Bericht waren, wie z.B. der Umgang der Behörden und Banken

mit dem Betroffenen (vgl. Klaus-Peter 2005).³⁷ Diese sind jedoch nur auf einzelne Fälle zu begrenzen. In der Mehrheit der Berichte konnten die obengenannten sechs Schwerpunkte deutlich erkannt werden, woran sich auch die anschließende Feinanalyse orientiert hat.

1.3.1 Wahrnehmung des Burnouts

Als eine unerlässliche Konsequenz der Erfahrung des psychischen und physischen Zusammenbruchs entsteht bei den Betroffenen die Frage, wie es dazu gekommen ist, dass seine Anzeichen nicht früh genug erkannt wurden: »Interessant, dass mein Körper mich erst soweit bringen musste, bis ich zur Einsicht kam.« (Steffi 2013: 27) Erst wenn die körperlichen Funktionen die Weiterarbeit oder die bisherige Lebensweise verhindert haben, sind die meisten Betroffenen zur Einsicht gekommen, dass sie ihr Leben nicht mehr unter Kontrolle haben können. Erst das Gefühl der Ohnmacht, der körperlichen und psychischen Erschöpfung, der allgegenwärtigen Müdigkeit und Schwäche veranlasste den Prozess der Selbstbeobachtung und –wahrnehmung. Dieser Prozess lässt sich in fünf Schritten beobachten.

Schritt 1 - Burnout definieren

Wie die Betroffenen im Nachhinein sowie auch während des Zusammenbruchs berichtet haben, konnten sie ihre Schmerzen nicht eindeutig zuordnen und erklären. Das Bewusstsein, betroffen zu sein von einer Krankheit, die keinen Namen hat und daher keinen Zeithorizont einer möglichen Heilung anbietet, macht das Empfinden dieses Zustands besonders unangenehm:

»Bisher war ich nur krank, wenn mir ganz offensichtlich etwas fehlte, wenn ich beispielsweise Fieber hatte oder eine sichtbare Verletzung. Jetzt so was. Wäre es nicht intelligenter gewesen, einfach die Zähne zusammenbeißen, durchzuatmen und dann weiterzumachen? So ganz nach dem Motto der Samurai, kämpfen bis zum letzten Atemzug und lieber in Ehren unterzugehen, als in Schande weiter zu leben. Hätte ich einen Herzinfarkt erlitten oder wäre wegen meines Rauchens ein Lungenkrebs ausgebrochen, der zum Tod führte, niemand hätte sich weiter Gedanken darüber gemacht. So aber muß nicht nur ich selbst mit meiner Person, sondern auch andere mit mir, irgendwie in der nächsten Zeit zu Rande kommen. Ich belaste mit meiner Krankheit und meinem Zustand genau die Menschen, die mir am nächsten stehen, am stärksten. Ein quälender Gedanke.« (Lois 2007: 25)

Diese Ungewissheit schafft bei den Betroffenen ein Verlangen nach Klarheit und Konkretheit. Burnout scheint ihnen zu wenig bedeutsam zu sein, um sich darüber

37 Im Folgenden werden die Betroffenen mit ihrem Namen, Erscheinungsjahr und der Seite aufgelistet. In der Bibliografie werden die entsprechenden Informationen vollzählig ergänzt.

zu beklagen. Es ist nicht sichtbar, nicht messbar und nicht fassbar. Die Betroffenen tun sich damit schwer, bei sich selbst eine Krankheit zu akzeptieren, die nicht verifizierbar ist, die also nicht wie Herzinfarkt, Lungenkrebs oder sonstige Krankheiten eindeutige Merkmale aufweist. Viel besser wäre es für sie, zu wissen, in welchem Zustand oder in welchem Stadium der Krankheit sie sich gerade befinden, als in einer permanenten Ungewissheit zu schweben, wie es Roland ausdrückt: »Das Gefühl, nicht mehr gesund werden zu können, ist phasenweise dominant. Es ermutigt mich, zu wissen, dass das normal ist. Dass es in meinem Fall Jahre dauern kann, bis nachhaltige Genesung einsetzt. Alles im grünen Bereich also, spreche ich mir selbst Mut zu.« (Roland 2012: 99) Wenn der Normal- bzw. Durchschnittsfall bekannt ist, wie z.B. die Dauer und der Schweregrad der jeweiligen Burnout-Phasen, dann entsteht bei den Betroffenen ein Gefühl der Normalität und Selbstverständlichkeit, der die empfundenen schmerzlichen Verläufe ordnet und dem aktuellen Lebensabschnitt einen Sinn verleiht. Das Burnout wird dann in die Lebensgeschichte eingeordnet und durch das Bewusstsein seiner Normalität gerechtfertigt. Der oder die Betroffene fragt dann nicht mehr, wie dieses Phänomen überhaupt gesellschaftlich zustande gekommen ist, sondern wie es sich in dem eigenen Leben entwickelt hat. Burnout wird durch die Anbindung an die individuelle Lebenserfahrung privatisiert und als individuelles Problem vermarktet.

Schritt 2 - Burnout bestätigen (lassen)

Gleichzeitig ist es für die Betroffenen wichtig, die Krankheit auch medizinisch oder professionell verifizieren zu lassen, um die Zweifel möglichst schnell zu beseitigen: »Ist es ein richtiges Burn-out, nur ein Nervenzusammenbruch oder sind es gar nur Symptome einer Midlifecrisis? Diese Entscheidung überlasse ich den Spezialisten, die Ärzte werden schon wissen, was sie tun«, schreibt Lois (Lois 2007: 36). Mit der ärztlichen Einschätzung haben viele Betroffenen eine direkte Erfahrung gemacht. In ihrem Bericht skizziert bspw. Yvette den Höhepunkt ihres Besuchs bei einer Psychotherapeutin und legt nahe, wie ihre Diagnose entstand: »Das Erzählen meiner Geschichte, das Reden über meine Gefühle, über meine Vorlieben und Hobbys machte mich müde. Du Pasquier³⁸ bemerkte diese Abgespanntheit und sagte: ›Danke, dass Sie mir einen Einblick in ihr Leben gegeben haben. Daraus lassen sich Ihr Ehrgeiz, Ihre Verausgabungsbereitschaft und Ihr Perfektionsstreben erkennen.‹ Und sie fügte hinzu: ›Hier handelt es sich um ein klassisches Burnout.‹« (Yvette 2008: 25) Die Psychotherapeutin fasste das Bild von Yvette zusammen. Sie tritt als eine Expertin für psychische Störungen hervor und erkennt bei Yvette diejenigen Eigenschaften, die sie als Ursachen des Burnouts identifiziert. Ehrgeiz, Verausgabungsbereitschaft und Perfektionsstreben stellen jedoch für die Betroffenen weder einzeln noch kombiniert an sich eine Gefahr dar, sondern ließen sich

38 Du Pasquier = Psychotherapeutin

vielmehr als ausgeprägte Charakterzüge lesen. Für die Psychotherapeutin bilden sie allerdings Grundsteine eines klassischen Burnouts, d.h. dass ihr Vorkommen in der Lebensgeschichte eines Betroffenen das Risiko einer Burnout-Erkrankung automatisch erhöht. Yvette erahnte selbst, dass dies ihr Fall war: »Oh Gott dachte ich, hatte ich also Recht mit meiner Vermutung.« (Ebd.) In ihrer Aussage äußert sich das Vorwissen, dass Yvette noch vor ihrem Besuch bei der Psychotherapeutin besaß. In diesem Fall spielt für sie die Ärztin eine Rolle der Autorität, die die einfachen Vermutungen erklärt, mit Fachwissen und Diagnostik verifiziert und die Erkrankung damit offiziell legitimiert.

Andererseits gab es auch Betroffenen, die ihre Vermutung nicht bestätigen lassen wollten, sondern eher ein Unverständnis bei den Ärzten erlebten, wie dies der Fall bei Cordula war: »Es war mir egal, wie sie meine Krankheit nannten. Ich wusste jetzt für mich, dass es doch ein Burn-out war, auch wenn die Ärzte es mir nicht glaubten.« (Cordula 2014: 189) In den zwei extremen Darstellungen werden also Ärzte als Referenzpunkt verstanden, als eine Instanz, die nicht einfach umgangen werden kann, sondern mit der man sich auseinandersetzen muss. Entweder in Form einer Behandlung und Führung um, wie Yvette es nannte, »einen möglichen Weg zurück zur Normalität zu finden« (Yvette 2008: 27) oder in Form eines reinen Pragmatismus, wie Cordula es für sich formulierte: »[zu] einer Ärztin oder einem Arzt musste ich gehen, da ich eine Krankmeldung für mein Krankengeld benötigte.« (Cordula 2014: 253) In beiden Fällen waren es die Betroffenen, die aufgrund ihrer Vermutungen eine fachliche Stellung erwarteten, wenn auch aus unterschiedlichen Gründen. Die Konfrontation mit den Ärzten entstand als eine Reaktion auf den Notstand, auf die Erfahrung des Zusammenbruchs, der nun konkrete Handlungen forderte. In der Art und Weise, wie die Betroffenen ihre eigenen Leidensgeschichten wahrnahmen, füllten die Ärzten scheinbar nur die entstandenen leeren Wissenslücken. Entscheidender hingegen war die Vorstellung, die sie sich von ihrem Zustand aus der Menge von Erfahrungen, Kenntnissen und Überlegungen selbst bildeten. Am besten äußerte sich dies in der Einstellung zur Genesung und Heilung des eigenen Zustands: »Da vermag auch kein Fachpersonal mit privilegiertem Wissen die eigene Arbeit an sich selbst zu ersetzen«, meinte Yvette (Yvette 2008: 132). Auch Cordula erfuhr in ihrem Burnout, wie sie schrieb, »dass kein Medikament, keine Ärzte und kein Naturheilverfahren meine Selbstheilungskräfte aktivieren konnten.« (Cordula 2014: 368) Der hier beschriebene Denkstrang weist auf den Versuch hin, den Umgang mit sich selbst allein definieren zu wollen. Die Ärzte und Fachleute nahmen in den Erzählungen von Betroffenen eine Position ein, in der sie ihnen den Spiegel vorhielten und Hilfe anboten. Das Burnout blieb jedoch ihre ganz persönliche Angelegenheit, die nur sie selbst im Umgang mit sich selbst zu meistern lernen mussten.

Schritt 3 – Burnout illustrieren

Bei dem ersten Versuch, die erlebten Erfahrungen zu verbalisieren, haben viele Betroffenen unterschiedliche Sinnbilder und Vergleiche formuliert. Aus diesen Bildern wird ersichtlich, wie die Betroffenen ihre eigene Lage beschreiben und wie sie den momentanen Zustand am besten definieren können. »Ich komme mir vor wie ein alter Akku, bei dem es noch den Memory-Effekt gab: nach dem Aufladen zu schnell wieder platt...«, schreibt Grit, eine langjährige Polizeibeamtin (Grit 2010: 17). Das Gefühl, wie ein Gerät zu funktionieren, impliziert eine leistungsorientierte Selbstwahrnehmung. In diesem Subjektmodus definiert sich Grit als ein Instrument, von dem Gebrauch gemacht werden kann. Sie ist da, um zu funktionieren, um zu leisten. Sobald sie dies nicht kann, müssen entweder die Akkus neu aufgeladen, das Gerät neugestartet oder aber gewechselt werden. Denn, wie Lois schreibt, unsere gesellschaftlichen Bedingungen sind gut genug, um den heutigen Leistungsanforderungen zu entsprechen:

»Ist der Mensch, sind wir selbst, durch die Wohlstandsgesellschaft verweichlichte Individuen geworden? Wie haben unsere Vorfahren, unsere Eltern und Großeltern, sowohl materialistisch, als auch moralisch am Abgrund stehend, es geschafft, nach dem Zweiten Weltkrieg wieder alles aufzubauen? Ist Armut ein besserer Nährboden für Erfolg, als Wohlstand? Viele Spitzensportler, sei es im Fußball oder sonst wo, kommen weltweit betrachtet aus den Slums. Geht es nur mir so, ist das nur meine Sichtweise? Ist es nur darauf zurückzuführen, daß meine Akkus leer sind? Kennen andere dieses Problem vielleicht gar nicht? Wenn doch, dann müßte Burn-out oder Depressionen eigentlich fast eine Volkskrankheit, eine Volksseuche, in unserer westlichen Gesellschaftsstruktur sein.« (Lois 2007: 66f)

Für Lois sind entweder seine Akkus leer oder die Gesellschaft weicher geworden. In beiden Fällen drückt sich jedoch in seiner Aussage die Sorge um die Potenz, um die Leistungsfähigkeit aus. Diese Sorge begleitet auch Thomas, einen engagierten Journalisten, der versucht, kurz nachdem ihm der Arzt ein Burnout-Syndrom diagnostiziert hat, mit dieser neuen Kenntnis zurecht zu kommen: »Ich lehnte mich im Bürostuhl zurück und schloss die Augen. Ich stellte mir vor, wie die Leute mit dem Finger auf mich zeigten: »Du bist ein Versager!« – »Du bist eine Null!«« (Thomas 2006: 59 [Herv. i. O.]) Eine Null zu sein heißt, nicht gebraucht zu werden, nutzlos zu sein. Für Thomas sind mit dieser Aussage seine Limits erkennbar. Ab jetzt kann er nicht die Leistungen erbringen, die er gerne erbracht hätte. Die Leistung definiert daher in seinen Augen den Wert, den er hat. »Ich wollte so schnell wie möglich wieder ein vollwertiges Mitglied dieser Gesellschaft sein«, schreibt er später (a.a.O.: 85). Einen vollen Wert hat er nur dann, wenn er etwas anbieten und daher verwerten kann: »Die Beschäftigungen geben mir die Gewissheit, noch gebraucht zu werden.« (a.a.O.: 92) Noch stärker hat diese Situation Cordula illustriert:

»In meinem Beruf habe ich erlebt, wie schlimm es für Turnierpferde war, wenn sie nicht mehr auf Turnieren vorgestellt wurden. Wenn sie plötzlich keine Leistung mehr bringen mussten. Man stellte sie in eine Box oder auf eine Koppel und bewegte sie kaum noch. Sie brachen daraufhin mental und körperlich völlig zusammen. Jetzt weiß ich, wie diese Pferde sich gefühlt haben: nutzlos und einsam und ohne Ziel.« (Cordula 2014: 124)

Nicht nur, dass das Burnout die Leistung reduziert, sondern auch umgekehrt, das Fehlen der Leistungsmöglichkeiten führt zum Burnout. Wer nichts mehr zu erbringen hat, verliert den eigenen Selbstwert, die Zugehörigkeit und die Orientierung. Cordula spürt, wie nah ihr diese Erfahrungen sind und wie gut sie sich mit ihnen identifizieren kann. In ihrer Aussage formuliert sie das Denken vieler Betroffener, und zwar die Sorge, nicht mehr durch die eigenen Leistungen den eigenen Wohlstand sichern zu können.

Auf der anderen Seite ließe sich noch ein weiterer Strang identifizieren. Nicht selten werden die Betroffenen das Burnout als eine positive Veränderung in ihren Leben empfinden. Wohl am klarsten bestätigt diese These Steffi, die mit ihrem Burnout einen Neuanfang gewagt hat: »Ich danke meinem Burnout von Herzen, dass es mir den Weg gezeigt hat in ein anderes Leben und nenne es deshalb heute ganz liebevoll mein ›Born in! Es war für mich wie eine Neugeburt, eine neue Chance, das Leben anders zu betrachten und zu leben« (Steffi 2013: 7 [Herv. i. O.]), oder aber, wie Lois meint, die Chance »etwas Wesentliches im Leben zu verändern.« (Lois 2007: 74) In diesem Zusammenhang tritt Burnout positiv auf und bringt neue Möglichkeiten mit sich, wie das Leben gestaltet werden kann. Seine Neustartfunktion ermutigt die Betroffenen Entscheidungen zu treffen, die sie früher nicht gewagt hätten. Dadurch aber, dass sie die Erfahrung mit völliger Ohnmacht und Hilflosigkeit gemacht haben, scheint ihnen die Angst zu fehlen, grundlegende Lebensveränderungen vorzunehmen. Das war beispielsweise der Fall bei Thomas (KI): »Mein Traum ist Tätowierer, ich zeichne jeden Tag. Ich habe schon eine Ausbildung dazu gemacht und jetzt werde ich bald mein eigenes Studio eröffnen. Wenn ich das Burnout nicht gehabt hätte, hätte ich nicht den Mut dazu gefunden. Erst später merkt man, wozu es gut war.« (Thomas (KI) 2016: 117) Burnout wird als etwas Positives ganz oft erst im Nachhinein beschrieben. Wenn die Schmerzen und das Leiden nicht mehr akut sind, ziehen die Betroffenen auch positive Schlüsse daraus: »Ich habe das Burnout damals zwar nicht verstanden, man darf sich aber nicht unterkriegen lassen. Das Leben bringt so tolle Dinge, man braucht nur zuzugreifen.« (Dominik 2016b: 82) Damit ändert sich auch die Einstellung zu psychischen Störungen. Dadurch nämlich, dass Burnout im Ganzen eine positive Veränderung bewirkt hat, ist seine gesellschaftliche Erscheinung nicht problematisch, sondern gehört vielmehr zur persönlichen Krisenerfahrung, aus der die Individuen lernen und wachsen können, wie das Angelika zusammenfasst: »Burnout ist nicht nur ei-

ne schlechte Erfahrung, man soll es als nichts Böses ansehen, denn man lernt und entdeckt viel für sich daraus.« (Angelika 2016: 148) Das Bild des Burnouts als eines Katalysators für bessere Zeiten bewirkt zugleich eine Art Anerkennung. Wer an Burnout gelitten hat, der ist an seinen Chancen gewachsen und ihm gehören also Ansehen und Respekt.

Schritt 4 - Burnout ankündigen

Des Weiteren sind die Betroffenen mit ihrem Umfeld konfrontiert, denn die psychischen und physischen Veränderungen, die sie erleben, können nicht immer vor den Verwandten, Freunden, Kollegen und vor der Öffentlichkeit verheimlicht werden. Nichtsdestotrotz quält die Betroffenen der Gedanke, wie die anderen auf ihren veränderten Zustand reagieren würden: »Ich hatte damals auch Angst davor, die Firma über mein Burnout zu informieren«, schreibt Susanne (Susanne 2016: 32). Auch Lois, dem vor Kurzem sein Burnout diagnostiziert wurde, schreibt, dass er trotzdem zur Arbeit ging: »Auch heute fahre ich kurz ins Büro, wo ich, wie es alle gewohnt sind, pünktlich erscheine. Um bei der Wahrheit zu bleiben, ich mache das, damit ja niemand etwas merkt, was los ist. Immer noch versuche ich es vor der Allgemeinheit zu verheimlichen.« (Lois 2007: 24) Nicht nur dass das Burnout für Lois eine private Angelegenheit ist, für die er sich sogar schämt, sondern er hält sie auch für ein Problem, das nicht öffentlich thematisiert werden soll. Er bezieht sich in diesem Fall auf sich als auf denjenigen, der selbst mit Burnout konfrontiert ist und daher in seiner Privatheit diesen Kampf zu führen hat. Die anderen sind aus dieser Auseinandersetzung ausgeschlossen.

Andere Betroffene hingegen ändern ihre Meinungen, nachdem sie von den anderen Menschen direkt oder indirekt dazu ermutigt werden. Michael schreibt in seinem Bericht, dass ihm das Geständnis der Nachbarin geholfen hat, mit seinem Burnout öffentlich herauszukommen:

»Anfangs traute ich mich gar nicht, mit anderen Leuten über mein Burnout zu reden. Da schämt man sich einfach, das ist so. Aber das änderte sich, als mir eine Nachbarin bei einem Begräbnis aus dem Nichts heraus erzählte, dass sie ein Burnout hat. Das wusste ich zu dieser Zeit gar nicht, obwohl wir so nahe beisammen wohnen. Das war dann ein richtiger Anstoß für mich. Ich dachte, wenn sie das kann, dann traue ich mich auch, mit anderen über meine Krankheit zu reden. Dabei habe ich festgestellt, dass mir das wirklich auch gut getan hat. Es hat mich sogar erleichtert. Ich habe dadurch einige neue Menschen kennen gelernt und auch von anderen Leuten viele interessante und spannende Geschichten erzählt bekommen. Es tut wohl, auch außerhalb der Familie drüber reden zu können.« (Michael 2016: 99)

Sobald das Burnout zu einer öffentlichen Angelegenheit wird, fühlen sich die Betroffenen viel besser. Sie berichten, wie wohltuend die Tatsache ist, dass sie sich

mit ihren Familienmitgliedern, Kollegen und Freunden frei und offen über ihre Erlebnisse austauschen können. Umgekehrt fällt es den Betroffenen schwer, das Burnout geheim zu leben: »Das Verschweigen belastet aber. Wenn die Menschen mehr über die Situation erfahren, dann hört das Getuschel und die Geheimnistuerei auf. In dem Dorf, wo mein Haus steht, wissen das alle. Auch meine Mutter sagt jedem, dass ich ein Burnout habe.« (Ferri 2016: 126) Wie Ferri nahelegt, durch das Schweigen über Burnout erfahren die Betroffenen eine doppelte Belastung. Sie sind mit ihrem Zustand der Müdigkeit und Kraftlosigkeit belastet und gleichzeitig mit der Scham, diesen Zustand öffentlich zu gestehen. Dazu kommt, dass auch das Gestehen der persönlichen Schwierigkeiten in vielen Fällen nicht leicht fällt: »Meine Kinder haben das nicht verstanden und ich habe versucht, es ihnen zu verheimlichen. Sie dachten zuerst, dass ich faul bin und nichts tun will. Ich habe mich geschämt, dass ich versagt habe und nichts auf die Reihe bringe und wollte ihnen nicht das ganze Ausmaß erzählen.« (Christina 2016: 133) Dadurch entsteht eine mehrfache Belastung, die sich in der persönlichen kritischen Lage, in der Einstellung zu einem möglichen Geständnis, das als Scham und persönliches Versagen empfunden wird, und in der Art und Weise manifestiert, wie diese Umstände öffentlich, sei es in der Familie oder unter den Kollegen, kommuniziert werden sollten. In dieser Konstellation der eigenen Ohnmacht und der zusätzlichen Belastungen sehen sich die Betroffenen in einer Situation, die ihre Belastungen und Ausweglosigkeit nur vermehrt: »Das ist eine Spirale, die geht immer tiefer. Da muss man bremsen.« (Ferri 2016: 127) Daher steht ihnen lediglich eine Möglichkeit zur Wahl, und zwar, die eigene Lage zu durchleuchten und neue Lebensstrategien zu entwickeln. Denn, wie Yvette berichtet, »[d]ie Gefahr, das Gleichgewicht zu verlieren und in die alten Gewohnheitsmuster zu rutschen, war allgegenwärtig.« (Yvette 2008: 135)

Schritt 5 - Burnout reflektieren

»Was mache ich eigentlich falsch?«, fragt sich Cathrin (Cathrin 2015: 67f). Auch andere Betroffene kommen zu der Einsicht, dass sie in ihren Leben nach falschen Mustern leben, die sie zu ihrem Zustand gebracht haben. Falsch nimmt hier die Bedeutung an, sich selbst nicht gerecht und nicht richtig zu behandeln. Es bedeutet, sich zu leugnen und nicht in Wahrheit zu leben. Die Wahrheit ist irgendwann aus ihren Leben verschwunden oder hinausgedrängt worden. Die Betroffenen weisen sich selbst die Schuld dafür zu, dass sie sich selbst nicht im richtigen Maß geführt haben und das Burnout sei dafür die entsprechende Strafe. Jetzt muss aber ein Neuanfang gewagt werden und das bedeutet in erster Linie, sich selbst zu hinterfragen: »Ich habe viel gelesen und meine Verhaltensweisen studiert. Nun wollte ich herausfinden, wie es meinem Körper geht, was im Kopf falsch läuft.« (Bernd 2010: 22) Bernd interessiert sich für seine Verhaltensweise, für die Art und Weise, wie er mit sich selbst, mit seinem Körper und seiner Psyche, umgegangen ist. Der

Körper und der Kopf – die Psyche – sind verbunden und daher entspricht der körperliche Zusammenbruch der Denkweise, die ihn veranlasst hat. Roland zieht zu seiner Reflexion auch einen weiteren Bereich hinzu: »Ich muss mich intensiv mit meiner Art zu leben und zu arbeiten auseinandersetzen. Ich will wissen, warum es so weit gekommen ist. Wenn ich weiß, was falsch gelaufen ist, kann ich etwas dagegen unternehmen.« (Roland 2012: 29) Nicht nur der Umgang mit seinem Körper und seiner Psyche, sondern auch seine Arbeitsmuster spielen eine tragende Rolle in der Entwicklung falscher Einstellungen. Der Umgang mit sich selbst und der Umgang mit den Arbeitsaufgaben bilden zwei Domänen, in denen sich Roland, ein protestantischer Pastor, beobachten und reflektieren kann. Dabei sind es vor allem die Erwartungen, die er von den anderen empfindet und die er gleichzeitig auch selber erzeugt, welche er im Kern seines Problems sieht:

»Es wird vieles von mir erwartet. Dass ich ›gute‹ Predigten halte. Lehrhaft, praktisch, anschaulich, persönlich, offen, strukturiert, spontan, einfach, gehaltvoll, ansprechend. Einige möchten mehr über die Liebe des Vaters hören, andere vermissen die Lehre über den Heiligen Geist, nochmals andere vermissen ›das Wort‹. Das kann ich schon gar nicht mehr hören. In gewissem Sinne erwarte ich alle diese Dinge selber von mir. Das macht die Sache nicht leichter.« (Roland 2012: 56 [Herv. i. O.]

Roland gesteht sich selbst, dass die Arbeitsanforderungen, die er als die Anforderungen der anderen entziffert, seine Lebenslage erschweren. Er übernimmt sie als Wegweiser für seine Arbeit und erkennt im Nachhinein, wie sehr er sich mit ihnen identifiziert hat: »Es wird erwartet, dass die Gemeinde unter meiner Leitung wächst. Geschieht das nicht, ist das Problem schnell ausgemacht. ›Ich bin das Problem.« (ebd. [Herv. i. O.]) Roland glaubt daher nicht nur daran, die Anforderungen der anderen erfüllen zu müssen, sondern auch daran, die Verantwortung für ihre Erfüllung zu übernehmen. In dieser Suche nach den Ursachen seines Burnouts und der Reflexion der eigenen Einstellungen kommt er zu dem Punkt, wo er das Burnout und seine Schuld daran nicht mehr trennen kann: »Ich muss meine falschen Denkmuster mit richtigen ersetzen.« (a.a.O.: 188) Das Gefühl, selbst für das Burnout haften zu müssen, verbindet sich mit der Verantwortung für die Lebensweise, die zu Burnout geführt hat und auch mit dem Appell an sich selbst, diese Lebensweise neu zu orientieren. Yvette schreibt dazu Folgendes:

»Das Burnout bewegte mich dazu, ein neues Ich-Empfinden und ein neues Bewusstsein zu entwickeln. Durch meine Auszeit war ich gezwungen, über mein Leben nachzudenken. Ich hatte endlich Zeit, mir meine wahren Wünsche und Bedürfnisse bewusst zu machen. Krankheit als Weg, aber welchen Weg? Was gilt es zu ändern? Vielleicht hätte es nicht so weit kommen müssen, wäre ich schon früher auf die Idee der Selbstüberprüfung gekommen. Wichtig ist jedoch, dass ich

schlussendlich die Aussage meines Burnouts verstanden hatte. Ich begriff, mein Leben neu in die Hand zu nehmen und eine Veränderung anzugehen.« (Yvette 2008: 139)

Das falsche Denken muss durch das richtige Denken ersetzt werden. Dieses neue Denken kann aber wiederum nur dann erfolgreich sein, wenn es selbst eingeleitet und anhand der begangenen Fehler korrigiert wird. In diesem Prozess spielt eine markante Rolle das Bewusstsein, selbst für den Zustand der Erschöpfung sowie für die Neuorientierung im eigenen Leben verantwortlich zu sein.

1.3.2 Das Gefühl der Selbstverantwortung

Als ein weiteres grundlegendes Thema, das die Berichte von Burnout-Betroffenen durchzieht und den Elementardiskurs bestimmt hat, lässt sich die Selbstverantwortung nennen. Bei der Wahrnehmung ihrer Probleme hat die überwiegende Mehrheit der Betroffenen die Ursachen bei sich selbst gesucht und sich für ihre Zustände verantwortlich gefühlt. Selbstverantwortung war später für sie auch der Schlüssel zur Neuorientierung ihrer Leben und daher sehr zentral in ihren Geständnissen. Was variierte, waren lediglich die Bereiche, wo die Betroffenen ihre Verantwortung sahen. Im Weiteren werden fünf solche Bereiche näher skizziert.

Erster Bereich – Mangelnde Wahrnehmung

Dass das Burnout so plötzlich entstanden ist, hat viele Betroffene zum Nachdenken geführt. Die leitende Frage war dabei, wie dies in ihren Leben geschehen konnte und warum sie das nicht früher wahrgenommen haben (vgl. Yvette 2008: 21). So haben sie Schuldgefühle entwickelt und sich für die mangelnde Selbstbeobachtung verantwortlich gefühlt. Im Rückblick auf seine gesundheitlichen Beschwerden fügen sich bei Thomas die jeweiligen Aspekte seines Leidens zusammen: »Heute weiss ich: Die einzelnen Puzzleteile wie Schlucklauf, Erschöpfung, Nackenschmerzen und Sehprobleme hätten ein Gesamtbild ergeben. Und dieses hätte mich gewarnt. Ich habe die Signale ignoriert.« (Thomas 2006: 35) Sein Burnout liest Thomas als eine kontinuierliche Verschlechterung seines Gesundheitszustandes, die er nicht in der Lage war, zu verhindern. Er meint sogar, dass er die Signale ignoriert hat, d.h. sie zwar wahrgenommen, jedoch nicht richtig zugeordnet und auf sie reagiert hat. Bei Silvia gab es zwar das Wissen um Burnout, doch sie hatte ihn nicht für möglich gehalten: »Ich gehöre zu den Menschen, die bis zum Schluss nicht wissen, was eigentlich in ihnen vorgeht. Ich kannte zwar den Ausdruck Burnout, hätte aber niemals gedacht selbst betroffen zu sein. Ich doch nicht!« (Silvia 2009: 13) Silvia wagte es nicht, sich mit Burnout zu identifizieren. Einerseits konnte sie ihre Beschwerden nicht benennen, andererseits war sie auch nicht dazu bereit. Sie fühlt sich jedoch verantwortlich für ihre Achtlosigkeit und für die Unfähigkeit,

das Burnout bei sich zu akzeptieren. Auch Evelin hat eine vergleichbare Erfahrung gemacht:

»Das Burnout war für mich so, als hätte jemand eingeschlagen, es brach wie ein Erdbeben über mich herein. Ein Burnout zieht eine irrsinnige Konsequenz nach sich, dieses Umstellen ist nicht so leicht. Darüber nachzudenken, dass man gefährdet ist, ist vielleicht der erste Schritt zur Heilung. Ich war so ein Fall, ich habe das nie wahrgenommen, dass da Gefahr droht. Erst durch die Gynäkologin bin ich wirklich draufgekommen. Man registriert es nicht. Das große Problem ist, dass man es zu spät erkennt. Vorher habe ich alles Mögliche gemacht, es war trotzdem nicht fassbar für mich, dass der Zustand schon so intensiv war.« (Evelin 2016: 109)

Evelin hat die Gefährdungen nicht registriert, auch wenn sie sich um ihre Vorbeugung bemüht hat. Ihr ist es nicht gelungen, frühzeitig die Intensität ihres Zustands zu erkennen. Hätte sie es früher erkannt, hätte sie andere Maßnahmen einleiten und eine Umstellung bzw. Neuorientierung veranlassen können. Gleichzeitig plädiert sie damit für eine rechtzeitige Wahrnehmung seiner selbst, für die Erkennung der gesundheitlichen Gefährdungen und des eigenen Zustands, auch vor den anderen: »Meine Kinder sorgen sich natürlich, wenn ich jetzt krank bin, aber nach diesem Erlebnis ist das völlig normal.« (Ebd.) Die präventive Sorge wird durch die Burnout-Erfahrung als unerlässlicher Alltagsbegleiter akzeptiert.

Zweiter Bereich - Eigene Charakterzüge

Die Selbstverantwortung wird bei den Betroffenen auch dadurch angeregt, dass sie bei sich selbst Charakterzüge identifizieren, die für den späteren Verlauf ihrer Karriere oder die Entwicklung ihres Zustandes verantwortlich waren. Der Bericht von Bernd zeigt sein Nachdenken: »Welche Menschen trifft es und wer erkrankt? Allgemein ist bekannt und überall steht es, die meisten Menschen sind Macher und Perfektionisten. Auch ich bin solch ein Typ, und deswegen hat es mich sicher erwischt.« (Bernd 2010: 20) Den Hang zu Perfektionismus und Leistung haben viele Betroffene bei sich selbst festgestellt (vgl. auch Lydia 2004: 67; Yvette 2008: 94; Dominik 2016a: 15; Ferri 2016: 121f) und sich dafür verantwortlich gefühlt. Erich schreibt beispielsweise, dass er in den Symptomen des Burnouts sein Verhaltensmuster erkennt: »Ich bin hyperaktiv, arbeite pausenlos, mein Beruf ist mir zum hauptsächlichen Lebensinhalt geworden, ich falle in Erschöpfung, bin müde und kann trotzdem nie durchschlafen.« (Erich 2011: 14) Der Leistungsdrang scheint den Betroffenen eigen zu sein, auch wenn sie, wie Silvia in ihrem Bericht, sehen, dass er gesellschaftlich bedingt und gewollt ist:

»Ich war enorm motiviert und ich fühlte mich einfach gut und bin in meiner Arbeit total aufgegangen. Anfangs war die Situation für mich positiv, es ging mir ja gut, aber Schritt für Schritt schlich sich der Zwang ein, erfolgreich zu sein. Mein Perfek-

tionismus ging mit mir durch. In allen Bereichen wollte ich die absolute Kontrolle haben. Job, Familie, Haushalt, es sollte alles perfekt sein! Ich wollte es mir und allen anderen beweisen, dass auch ich alles zur selben Zeit schaffen konnte. Mir wurde oft von älteren Bekannten gesagt, sie hätten früher auch alles geschafft. Haushalt, Kinder und die Arbeit auf dem Feld. Es ist ihnen nichts geschenkt worden, wir haben es heute ja so viel besser. Wir wissen ja gar nicht, wie gut's uns geht, früher waren die Zeiten viel härter. Diese Worte sind tief in mein Unterbewusstsein eingedrungen und haben mich noch mehr angespornt.« (Silvia 2009: 14f)

Das Geständnis von Silvia offenbart, wie sie die Verantwortung für ihr Burnout selbst rekonstruiert. Mit dem Abstand und nach ihrem Tiefpunkt sieht sie den Grund für die entstandene Situation darin, dass ihr Perfektionismus und ihre Kontrollsucht zum Erfolgszwang geführt haben. Sie hält sich verantwortlich dafür, diese Eigenschaften zu haben und den Erwartungen an sich selbst entsprechen zu wollen. Auch wenn sie einsieht, dass diese Eigenschaften und Erwartungen zum Teil übernommen wurden, bleibt sie bei ihrer Überzeugung, selbst die Schuld tragen zu müssen. Eine solche Einstellung erfüllt bei ihr und vielen anderen Betroffenen die Funktion der Motivation zur Veränderung. Paradoxerweise bleibt es für die Betroffenen wichtig, die Schuldgefühle zu spüren, um sich an die neue Arbeit an sich selbst zu begeben. In der Reflexion seiner Verantwortung – hier in Bezug auf seine Arbeit – stellt Lois folgende Zusammenhänge fest: »Alle meine erfolgreichen Projekte sprechen eine deutliche Sprache für sich, sie haben es schon längst geschafft, nur ich selbst nicht. Dann bedeutet dies aber auch in weiterer Folge, daß ich nichts an meinem beruflichen Umfeld zu verändern habe, sondern allein an meiner ganz persönlichen Einstellung dazu.« (Lois 2007: 58) Als Manager besaß er die wichtigen Eigenschaften, die zum Erfolg seiner beruflichen Projekte führten. Sein Lebensprojekt brachten sie jedoch zum Ausbrennen. Die Arbeitssphäre und die Leistungsorientierung seien aber nicht schuld an dem Burnout, sondern die Einstellung, die er ihnen gegenüber hat. Was jetzt also erfolgen muss, ist die Arbeit an sich selbst: »Alles habe ich gecoacht, nur nicht mich selbst.« (Ebd.) Diese Arbeit an sich selbst muss er selbst leisten. Das heißt, dass die Leistungsbereitschaft eine neue Nische findet, in der sie als positiv empfunden wird. Vor dem Burnout waren Perfektionismus und erhöhte Leistungsbereitschaft dafür verantwortlich, dass die Erschöpfung entstand. Nun sind genau diese Eigenschaften die besten Instrumente bei der Arbeit an sich selbst.

Dritter Bereich – Umgang mit sich selbst

Zusätzlich zu der fehlenden Wahrnehmung und den eigenen Charakterzügen sehen die Betroffenen die Ursprünge ihres Krankheitszustands in der Art und Weise, wie sie mit sich selbst umgegangen sind und welchen Lebensstil sie geführt haben:

»Ich hätte mich irgendwann zurück nehmen müssen, aber ich habe oft von Abenteuer zu Abenteuer gelebt«, beschreibt Finn seinen Lebensstil (Finn 2016: 35). Auch Herbert sieht in seinen Einstellungen und Handlungen den Grund dafür, warum bei ihm das Burnout ausgebrochen ist: »Ich hab immer Anerkennung aufgesaugt, weil ich Probleme mit Autoritäten hatte und schaute dauernd, dass ich bei den Besten war, damit ich mit den Chefs nichts zu tun hatte. Diesen immensen Druck habe ich mir selber auferlegt.« (Herbert 2016: 57) Herbert meint, er habe sich selbst unter Druck gesetzt und dadurch die Erschöpfung beschleunigt. Beide Betroffenen sahen das Burnout als Ergebnis ihrer Lebensstile, d.h. der Art und Weise, wie sie ihre Leben führten und mit sich selbst umgegangen sind. Damit wird gleichzeitig mitgeteilt, dass Burnout eigentlich nicht zu vermeiden war, aber eher vorzusehen. Auch Cathrin wurde sich dieser Tatsache bewusst: »Ich konnte nicht mehr so weiterleben, wie ich es früher getan hatte, da ich viele meiner Fähigkeiten und viel von meiner Kraft verloren hatte. Darüber hinaus war es wahrscheinlich genau dieses Leben, das mich in den Zustand versetzt hatte, in dem ich mich gerade befand. Ich musste einfach meinen Lebensstil ändern.« (Cathrin 2015: 46) Der eingeschlagene Lebensstil muss daher korrigiert werden, wenn das Burnout in Zukunft vermieden werden soll. Mit anderen Worten heißt es, dass es Lebensstile gibt, die die Gefährdung für ein Burnout begünstigen und solche, die sein Risiko minimieren.

Vierter Bereich - Hohe Erwartungen

Als nächsten Bereich, in dem die Selbstverantwortung als Ursache des Burnout-Zustands bei den Betroffenen figuriert, sind die Erwartungen und Anforderungen zu nennen, die sie sich selbst auferlegt haben. Dem liegen unterschiedliche Motive zugrunde.

Dominik z.B. führt seine erhöhten Erwartungen und Bedürfnisse auf seine familiären Verhältnisse zurück: »Ich weiß nicht genau, warum ich so bin. Vielleicht wollte ich immer meinem Vater beweisen, dass ich in allem gut bin. Mein Vater hat meine Familie verlassen, als ich zwölf Jahre alt war und auch damals wollte ich schon immer mit guten Leistungen punkten, im Sport genauso wie in der Schule.« (Dominik 2016a: 14) Bei anderen Betroffenen, wie Thomas (KI), hat ihr Ansporn die Arbeitsverhältnisse komplizierter gestaltet, was schließlich zur Überarbeitung und Erschöpfung führte:

»Meine erste Arbeitsstelle hat mir Freude gemacht. Ich habe aber doch bald gemerkt, dass meine Ausbildung eine andere ist. Die älteren Kollegen wollten einfach nichts Neues umsetzen. Das habe ich erkannt. Ich blieb offen für andere Meinungen, versuchte aber mein Ding zu machen, um dadurch das Bestmögliche für die Bewohner zu erreichen. Das war die Schiene, die mich ins Burnout gefahren hat, weil ich immer schon hohe Erwartungen an mich selbst hatte – immer schon!

Ich wollte übertrieben gesagt, einen Rollstuhlfahrer zum Gehen bringen und das verstanden viele Kollegen nicht.« (Thomas (KI) 2016: 112)

Des Weiteren fühlen sich die Betroffenen für ihre Erwartungen und die daraus resultierenden Konsequenzen auch deshalb verantwortlich, weil sie sie selbst gesetzt und permanent gesteigert hatten. Auch Cathrin schreibt darüber, dass ein hohes Maß an Aktivität schon immer zu ihrem Leben gehörte und von ihr als normal empfunden wurde.

»Aber langsam hob sich die Querlatte für das, was eine ›normale‹ Aktivität ist. Bei jeder Gelegenheit, bei der sich die Latte erhöhte, dachte ich, dass es nur vorübergehend sei. Das Problem wurde dann, dass das erhöhte Aktivitätsniveau jetzt wieder ›normal‹ wurde und dass ich meine Aktivitäten weiter erhöhte. So fuhr ich fort, bis ich eines Tages praktisch erlebte und die Erfahrung machte, was ›durch die Wand gehen‹ bedeutet und was als Ermüdungssyndrom (Burnout) diagnostiziert wird.« (Cathrin 2015: 21f [Herv. i. O.])

Genau diese Erfahrung beobachtete auch Thomas bei sich und bemerkte durchaus, dass er die Messlatte, die er selbst aufgestellt hatte, nicht länger aufrechterhalten konnte: »Spätestens zu diesem Zeitpunkt hätte ich meine eigenen Erwartungen nach unten schrauben müssen. Ich tat es nicht. Ich wollte nicht schwächeln, auch wenn über mir immer diese bleierne Müdigkeit schwebte.« (Thomas 2006: 41f) Seiner Auffassung nach war dies der Moment, in dem seine Erwartungen und seine Unfähigkeit, diese herunterzuschrauben, den Höhepunkt erreichten. Ab dann verlor er kontinuierlich die Kontrolle über seine Gesundheit und »die Kluft zwischen dem eigenen Anspruch und der Wirklichkeit wurde immer grösser.« (a.a.O.: 52) Thomas und weitere Betroffene empfinden daher Verantwortung dafür, nicht rechtzeitig agiert zu haben und den Veränderungen freien Lauf gelassen zu haben. Und deswegen nehmen sie auch das Burnout als das Ergebnis ihrer Inaktivität und Nachlässigkeit wahr.

Fünfter Bereich - Gesellschaftliche Umstände

Schließlich sahen einige Betroffene die Verantwortung nicht nur bei sich selbst. Zwar handelt es sich um klare Ausnahmen, doch immerhin präsentieren diese Stimmen den Versuch, Burnout nicht als rein persönliche Angelegenheit aufzufassen: »Wichtig ist auch, das Burnout nicht als persönliches Versagen zu sehen, denn es ist ja immer ein Umfeld daran beteiligt« (Dominik 2016a: 15), womit Dominik vorerst auf die Familie und das Bildungs- und Arbeitsumfeld abzielte. Thomas (KI) hat allerdings einen allgemeineren Blick gewagt:

»Ein Burnout kann jeden treffen. Man kann auf keinen Fall von einer Modeerscheinung reden. Es ist das Resultat eines ganzen Systems. Der Mensch arbeitet gern, der Druck wird immer mehr, aber ihn auszupressen wie eine Zitrone ist un-

menschlich. Körperliche oder psychische Probleme sind dann die Folge. Es ist eine Krankheit unserer Zeit.« (Thomas (KI) 2016: 119)

Er erblickt darin einen kumulierenden Prozess, in dem auf den Menschen ein Druck ausgeübt wird, dem er nicht gerecht werden kann. Allerdings ist es immerhin der Mensch selbst, der gerne arbeitet und sich daher diesen Prozessen aussetzt. In dem kurzen Fazit am Ende seines Interviews hat er dieser Perspektive nur wenig Raum und Aufmerksamkeit geschenkt. Burnout als ein gesellschaftliches Anliegen wird kaum in den Berichten von Betroffenen thematisiert. Stattdessen, auch wenn äußere Umstände die Entwicklung des Burnouts begünstigt haben, fühlen sich die allermeisten Betroffenen selbst für ihre Lage zuständig. Wie bspw. auch Silvia:

»Ich habe nicht verstanden, dass ich selbst für mein Leben und meine Lebensqualität verantwortlich bin. Ich sah mich jahrelang als Opfer dieser kalten, trostlosen und gemeinen Welt (Eltern, Lehrer, Arbeitgeber, das Wetter usw.). So zog sich mein Leben dahin in Frust, Angst, Mutlosigkeit und Trauer. Mein körperlicher und seelischer Zusammenbruch hat mir verständlich gemacht, dass das wirkliche Problem eigentlich ich selber bin. Statt selbst die Initiative zu ergreifen und das Leben selbst in die Hand zu nehmen, habe ich mich nur beklagt und die Schuld wo anders gesucht.« (Silvia 2009: 50f)

Hier beklagt sich Silvia, dass sie ihr Leben verleugnet hat und immer versucht hat, den Bedürfnissen und Anforderungen ihrer Umgebung zu entsprechen. Diese Umgebung war jedoch nicht daran schuld. Es war rein ihre Verantwortung und ihre Unfähigkeit, die vorgestreckten Forderungen zurückzuweisen. Sie fühlt sich verantwortlich dafür, dass sie nicht selbst die Verantwortung übernommen hat. Sie hat die Schuld nicht bei sich selbst gesucht, was sie jetzt nachholen muss – sie ist das Problem.

1.3.3 Burnout und Kindheit

Etwa eine Hälfte der Berichte (16 von 29) enthält einen expliziten Verweis auf die Kindheit als eine Periode, in der die Bedingungen für eine spätere Entwicklung, die im Endeffekt zum Burnout führte, angelegt wurden. Die Kindheit spielt bei den Betroffenen insofern eine wichtige Rolle, als sie die darin gewonnenen Erlebnisse für ihre Neuorientierung bearbeiten müssen. Viele dieser Beschreibungen können entlang dreier Kategorien beschrieben und näher betrachtet werden.

Erste Kategorie - Verhaltensmuster

Durch die Verhaltensweisen, die in der Familie üblich waren, haben viele Betroffene ihre eigenen Gewohnheiten entwickelt. In der frühen Kindheit wurden sie von Mustern geprägt, die sie dann später in ihren Leben selbst, oft unbewusst, reproduziert haben. Erich wurde z.B. in seiner Familie zum Perfektionisten erzogen.

Daraus schließt er, dass seine Angst zu versagen und den Erwartungen anderer entsprechen zu müssen in diesem Verhaltensmuster wurzelt:

»Als Kind durfte ich mir keine Fehler erlauben, denn Fehler führten zu Bestrafung, und die Bestrafung war die Konsequenz meiner Fehler. Kann ich dieses System einigermaßen durchschauen, weiß ich aber noch immer nicht, wie ich aus diesem komplizierten System wieder herauskommen könnte. Ich weiß, dass ich zur Perfektion neige, doch wie kann man diesen Unsinn wieder abstellen, den man mir aufgedrängt hat?« (Erich 2011: 19)

Erich kämpft mit den eigenen Mustern, die er unfreiwillig in der Kindheit übernommen hat. Er zeigt, dass er um sie weiß und dass er ihre Wurzeln erkannt hat. Doch er ist nicht in der Lage, sie ein für alle Mal abzustellen. Diese tief eingepprägten Muster sehen einige Betroffene, wie Roland, noch breiter und noch intensiver: »In meiner Familie gibt es eine starke und weit zurückreichende Leistungsbereitschaft. Diese habe ich übernommen. Sie steckt in unseren Genen und in unseren Köpfen.« (Roland 2012: 109f) Für Roland gehören diese Muster zu seinem eigenen Wesen, sie sind nicht nur als psychische Veranlagung aktiv, sondern erfüllen den ganzen Menschen auch körperlich und bestimmen dadurch seine Verhaltensweise. Damit legt er nahe, dass er seine Leistungsbereitschaft als generationsübergreifend sieht und sich daher als ein Glied einer langen Kette wahrnimmt, durch die diese Strukturen weitergeleitet wurden. Leistung als prägendes Verhaltensmuster durchzieht auch viele weiteren Berichte. Anna berichtet, dass ihr schon in der Kindheit immer gesagt wurde, dass sie Anerkennung nur über Leistung bekomme (vgl. Anna 2016: 24). Auch Martina erinnert sich beim Gespräch, dass dieses Verhaltensmuster zu ihrer Familie gehörte:

»Ein Lebensmotto meiner Familie war stets: ›Erst die Arbeit, dann das Spiel‹, besonders das von meiner Mutter. Anerkennung kriegt man nur, wenn man etwas leistet. Das habe ich mitbekommen und verinnerlicht. Als mein Vater mit einem Schlaganfall im Spital lag, sagte er: ›Tut's euch mit mir nicht so viel an, ich kann ja eh' nichts mehr arbeiten‹. Das ist massiv meine Familie; Lob und Anerkennung bekommt man nur über Leistung. Wenn ich in der Schule lauter Einser gehabt habe, dann habe ich etwas geschenkt bekommen. Es war ein total langsamer Prozess bis zum Burnout und hat sicher schon lange davor begonnen.« (Martina 2016: 70f [Herv. i. O.]

Hier beschreibt Martina die herrschende Einstellung, die sie erkannt hat. Diese entfaltet sich zwischen der Aufforderung produktiv zu sein und der dadurch erfüllten Sehnsucht nach Anerkennung. Beide Eltern haben nach diesen Mustern gelebt und Martina beschreibt, wie sie ihnen in ihrer Kindheit nachgefolgt ist. Ihr Burnout bildet nur die Spitze, den sichtbaren Punkt dieser inneren Spannung, die sie durch ihr Leben begleitet hat. Ihr Interviewgespräch führt Martina in dem Kontext

ihrer Kündigung bei einem Unternehmen, wo sie gemobbt wurde. Sie hat dort viel für ein Projekt geleistet und Anerkennung dafür erwartet, doch stattdessen wurde sie versetzt. Damit fing auch ihre Burnout-Erfahrung an. Später schreibt sie: »Ich hab diese Grenzerfahrung und den Leidensdruck gebraucht, um den Schritt in die Selbstständigkeit umzusetzen. Die Arbeit in einer Organisation ist vielleicht doch nicht so meines.« (a.a.O.: 71) Zwar erkennt sie an, dass ihr ihre Familie ein Leistungsmuster eingeprägt hat, doch die daraus resultierenden Folgen – das Burnout – sieht sie als einen Wendepunkt. Das bedeutet im Weiteren, dass sie ihre Leistungsbereitschaft eher umorientieren, als auf sie verzichten möchte, denn sie gehört konstitutiv zu ihrem Leben.

Zweite Kategorie – Familienkonstellation

Ein weiteres häufig auftretendes Moment in den Berichten war die Familienkonstellation, die die frühen Lebensjahre bestimmt hat. Finn erinnert sich bspw. daran, dass er als Kind schon sehr früh die Verantwortung übernehmen musste:

»Meine Mutter hat mir die Zuständigkeit für ihr Glück übertragen. Ich war der älteste Sohn und es war klar, dass ich für ihr Glück verantwortlich war. Ich sollte irgendwie auch meinen Vater als Partner ersetzen und alles mit ihr teilen. Das ist aber eine leichte Überforderung für einen sechs-, siebenjährigen Buben. Man bekommt Dinge mit, die man nicht verstehen kann und will.« (Finn 2016: 39)

Die familiären Umstände haben Finn in eine Situation versetzt, wo er Funktionen erfüllen sollte, denen er sich nicht gewachsen fühlte. Auf ihn wurden Hoffnungen gesetzt und von ihm wurde Verantwortung erwartet, doch weder das eine noch das andere konnte er einlösen. Ähnlich erlebte ihre Kindheit Evelin, die den Erwartungen ihrer Eltern nicht entsprechen konnte: »Ich denke, für meinen Vater war alles nie gut genug und für meine Mutter war das Leben nie sicher genug. Das kann Burnout schon ankurbeln.« (Evelin 2016: 108) Beide Betroffene erzählen von dem Entstehen ihrer Gefühle, der Unzulänglichkeit und der Unsicherheit. Sie sehen sich als Opfer dieser Familienkonstellation, die über sie bestimmt hat und der sie nicht entrinnen konnten. Diese Einstellungen, so glauben sie, führten bei ihnen zur Überforderung und zum Zusammenbruch: »Ich denke schon, dass es von der Familie herkommt. Meine Eltern hatten vier Kinder. Sie schauten nur auf die Kinder, damit aus ihnen etwas wird; sie selber haben nichts geleistet. Sie haben ein Haus gebaut, hatten also auch nicht so viel Geld zur Verfügung. Da wurde schon was davon übermittelt.« (Angelika 2016: 147) Obwohl es sich um Vermutungen und Hypothesen handelt, zeugen sie von der Bereitschaft der Betroffenen, ihren Zusammenbruch bis ins kleinste Detail zu verfolgen, einschließlich der familiären Konstellation. Der Weg heraus zeigt sich für Evelin in der Versöhnung mit ihren Eltern, die schließlich auch den gesellschaftlichen Mustern unterlagen: »Am besten ist, man verzeiht den Eltern. Und wenn man in die Zeitungen schaut, wird einem

stets die perfekte Frau verkauft, die Beruf, Familie und Haushalt super schaukelt und dabei auch noch gut aussieht. Auch das trägt dazu bei.« (Evelin 2016: 108) Evelins Überlegungen, wie auch die vieler anderer Betroffener, skizzieren das Burnout als Teil ihres Lebens, als eine Erscheinung, die sich aus den Umständen ergeben hat. Daraus schließen sie, dass die beste Option für den zukünftigen Umgang mit sich selbst diejenige ist, die Gegebenheiten, mithin auch das Burnout, zu akzeptieren.

Dritte Kategorie - Emotionalität

Ein letzter Bereich, den die Betroffenen bei ihren Überlegungen zur Kindheit besonders betont haben, waren ihre emotionalen Erlebnisse und Erfahrungen. So hat die fehlende Liebe in der Kindheit bei Herbert einen direkten Einfluss auf sein Burnout genommen: »Erst jetzt habe ich begriffen, dass in meiner Kindheit wenig Liebe da war. Ich habe fast zwanzig Jahre nach dem Sinn gesucht, als ich am Finden war, bin ich zusammengebrochen.« (Herbert 2016: 62) Diese Assoziation einer fehlenden Liebe empfinden die Betroffenen als eine tiefe Wunde und Verletzung, auf die sie durch ihr erhöhtes Engagement und persönlichen Rückzug bzw. emotionale Abkapselung reagiert haben. Karina wurde dieser Zusammenhang in dem Gespräch mit ihrer Therapeutin deutlich, die sie danach gefragt hat, was sie so tief verletzt hatte, dass sie eine Mauer um sich aufrichten musste: »Ich überlege, denke weit zurück und sage ihr, dass ich nie ein Familienleben gehabt hatte, immer auf mich allein gestellt war und keine Mutter, die Zeit für mich aufbrachte, der ich meine Probleme erzählen konnte und die mir einfach nur zuhörte, hatte.« (Karina 2011: 138) Damit pointiert sie ein Problem, das in der Thematisierung der Kindheit als einer einflussreichen Lebensperiode auch häufig vorgekommen ist. Einige Betroffene haben in der Suche nach den Ursprüngen ihrer inneren Verwirrung und Anspannung eine Aufstellung (vgl. Evelin 2016: 108) bzw. eine Rückführung gemacht: »Ich bin drauf gekommen, dass bei mir auch viel aus der Kindheit kommt. Ich hatte eine sogenannte Rückführung und dabei meine Geburt wieder miterlebt. Da waren Ängste ohne Ende vorhanden.« (Maria 2016: 87) Am weitesten hat Yvette ihre Introspektion vollzogen, die sie in ihrem Bericht bis in kleinste Bemerkungen beschreibt. Bei ihren Meditationsübungen konnte sie nicht nur ihre Geburt beschreiben, sondern selbst das Erlebnis des Kindes in dem Mutterleib. Sie fragt sich selbst, inwiefern die Erlebnisse bei ihrer Geburt ihre Lebenslage geprägt haben:

»Es ist unglaublich und kaum beschreibbar, doch ich spürte mich im Mutterleib. Noch sehe ich dieses Bild vor mir. Da ich dieses Plätzchen als sehr einengend und bedrückend empfand, schlug ich mit meinen kleinen Fäusten gegen den Bauch. Leider wusste ich dessen Vorzüge nicht zu schätzen. Im Gegenteil, ich fühlte mich gefangen und mein Verlangen galt dem Licht der Welt. Es dauerte eine ganze Weile, bis meine Zeit in der ›Gefangenschaft‹ abgelaufen war. Doch auch dieses War-

ten hatte ein Ende und ich wurde geboren. Ich war in meinen Bildern der Meditation ein zuckersüßes Baby. Die Krankenschwestern hatten sich gleich in meine Haarpracht verliebt. So sehr, dass sie mich klein Beatle nannten. Obwohl mir dies ein tolles Gefühl vermittelte, nahm ich vor allem die Kälte dieses Globus wahr. Eine fürchterliche Kälte umgab mich. Bei dieser frostigen Atmosphäre weilte ich und mein kleiner Körper zitterte. Wahrhaftig führten diese Begebenheiten nicht auf eine warmherzige Begrüßung zurück. Ich lag auf der Brust einer Frau. Es war mir nicht möglich, diese Frau als meine Mutter Muriel zu definieren. Zwanghaft probierte ich das Gesicht zu erkennen, doch es war einfach ein weiblicher Mensch ohne Bedeutung. Wie es aussah, war ich ab der ersten Sekunde meines Lebens auf mich selbst gestellt. Ich hatte keine andere Wahl, als mich mit dem Fehlen der so bedeutungsvollen mütterlichen Wärme abzugehen. Auch wenn ich noch so klein und zierlich war, schmerzte es mich, keine innige Umarmung zu spüren. Keine Hand, die mir behutsam über Körper und Gesicht streichelte. Kein Ansatz von Geborgenheit und Zuwendung. Ich hatte das Fehlen all dieser Berührungen zu akzeptieren. Entsprachen diese Bilder der Realität? Durfte ich tatsächlich diese Emotionen als Neugeborene nicht erleben? Keinen liebevollen Kuss oder In-den-Arm-genommen-Werden? Das Gefühl, alleingelassen zu sein, war für mich eine immens traurige Sinnesempfindung. Diese Meditation bewegt mich noch heute. Ein Erlebnis, das ganz tief ging. War es der Schlüsselmoment für mein Thema des ›Nicht-Ernst-Genommen-Werdens?‹ War es der Beginn meines Wunsches nach Freiheit? Frei wie ein Stern am Sternenhimmel? Fragestellungen, auf die es zurzeit keine Antworten gibt. Sie ruhen bei den Betroffenen und in meinem Unterbewusstsein.« (Yvette 2008: 75f [Herv. i. O.]

Yvette betrachtet ihre inneren Spannungen und das Gefühl des Allein-Gelassen-Seins als womöglich das Ergebnis eines Prozesses, der schon bei ihrer Geburt angefangen hat. Sie benutzt das Bild eines kleinen neugeborenen Kindes, dem die Wärme und Zuneigung seiner Mutter entzogen wurde. Dieses Kind stellt gleichzeitig eine Subjektform dar, mit der sich Yvette identifizieren kann. Sie kann sich dadurch beobachten, berühren, sich in das Kind hinein fühlen und aus dieser Perspektive ihr Leben betrachten. Durch diese vollgezogene Wende bekommt ihre Lebens- und Leidensgeschichte eine neue Facette. Ab nun kann sie mehrere (Subjekt-)Formen übernehmen, die sie in ihrem Leben erkennen und definieren kann.

Durch diese mit einem Abstand gewonnene Perspektive auf die Kindheit konnten die Betroffenen sich selbst in ihren wandelnden Subjektformen betrachten und sich auf sie beziehen. Die Strukturierung des eigenen Lebenslaufs in Abschnitten und Perioden, die durch ein leitendes Muster oder durch eine bestimmende Konstellation in den Familien- oder Arbeitsbeziehungen durchwirkt waren, eröffnet den Raum für die bewusste Rekonstruktion eigener Subjektivierungsformen und ihrer Entstehung, Wandlung und Fortsetzung bis zum heutigen Tag. Die Betrof-

fenen können in ihren Überlegungen durch die unterschiedlichen Lebensphasen *blättern* und sich auf neue Weise erleben, sich als Subjekte ihres Lebens fühlen, sich soz. *selbst subjektivieren*, indem sie ihre jetzigen Zustände bzw. Subjektmodi aus eigenen Lebensabschnitten zuschneiden.

1.3.4 Heilung

In ihren Berichten haben die Burnout-Betroffenen ihre Genesung und den Prozess ihrer Heilung besonders zentral verortet. Sie waren für sie Wegbegleiter durch den Bericht und Erfahrungen, wegen denen sie ihre Berichte eigentlich geschrieben und veröffentlicht haben. Bei den Motiven und Erklärungsversuchen erscheinen zwei Themen besonders häufig.

Selbstheilungskräfte

Zwar sind sich die meisten Betroffenen dessen bewusst, dass sie eine Therapie, Kur oder Rehabilitation, und damit Hilfe in Anspruch nehmen müssen, doch ein verbreitetes Thema unter den Berichten ist der Glaube an Selbstheilung bzw. auf das Vorhandensein der Selbstheilungskräfte, die der Körper besitzt und die den Betroffenen zur Genesung verhelfen. Als Cathrin z.B. erkennt, dass sie von den vorgeschriebenen Medikamenten Nebenwirkungen bekommt, trifft sie eine wichtige Entscheidung über die weitere Verhaltensweise ihres Körpers, die sie durch den Burnout-Zustand begleiten wird: »Mein Körper ist selbstheilend und er soll die erforderliche Zeit bekommen, um in Ruhe heilen zu können. Ich werde alles tun, um diesen Selbstheilungsprozess zu unterstützen. Dies bedeutet auch, dass ich die körperlichen Signale nicht unterdrücken werde – auch nicht durch Medikamente. Es tut weh, da ich ruhig sein muss, um den Heilprozess nicht zu stören. Es darf die Zeit dauern, die erforderlich ist.« (Cathrin 2015: 30f) Cathrin, wie auch weitere andere Betroffene, betrachtet ihren Körper als einen Selbstheilungsmechanismus, der die richtige Balance bei entsprechenden Bedingungen wiederherstellen kann. Das Einzige, was ihr obliegt, ist diesen Prozess nicht zu stören und ihm freien Lauf zu lassen: »Meine größte Hoffnung hatte ich in meine natürlichen Selbstheilungskräfte. Wenn mich irgendetwas gesund machen konnte, so waren es diese Kräfte« (Cordula 2014: 156), berichtet Cordula. Auch wenn sie weiß, dass damit eine schmerzhafteste Periode anfängt, so will sie in ihrer Überzeugung nicht schwächeln, sondern stark genug sein, um die Zeit der Selbstheilung durchzuhalten (vgl. ebd.).

Mit der Idee der Selbstheilung ist inhärent auch der eigene Anteil, d.h. die eigene Verantwortung für die Heilung verknüpft. Dies kommt auch in den Berichten deutlich vor, indem sich die Betroffenen, wenn sie ihr Gleichgewicht erreicht haben, für seine Aufrechterhaltung zuständig fühlen: »Damit dies so bleibt, ist die wichtigste Arbeit bei Anflug einer Depression mich selbst aus dieser zu befreien. Es ist nicht immer einfach, aber es gelingt mir immer öfter.« (Karina 2011: 257)

Auch die therapeutischen Ansätze gehen von dieser Vorstellung aus, worüber Maria in ihrem Bericht informiert: »Folgender Satz vom Therapeuten hat mir geholfen: ›Wenn Sie es annehmen, dann wird's leichter«. So konnte ich die Selbstheilungskräfte aktivieren, denn ich bin sicher keine einfache Patientin. Sich selbst herausziehen, kann jedes Kind. In mir war das nur lange Zeit vergraben.« (Maria 2016: 90) Die Selbstheilungskräfte können aktiviert werden, sie sind dem Individuum und seinem Organismus eigen und nur das Individuum hat den Zugang zu ihnen, womit selbstverständlich auch die eigene Verantwortung einhergeht. In der Konsequenz bedeutet dies auch, dass die Fachleute, sei es Therapeuten oder Lebensberater, nur eine begleitende Rolle spielen. Sie verfügen über die Experteninformation und können Anreize bieten, doch die Kraft, sich selbst aus der Misere zu ziehen, gehört nur den Betroffenen. Der Glaube an die Selbstheilung schafft eine Situation, in der die Mittel zur Verfügung stehen, die Anweisungen vorhanden und die Akteure bekannt sind. Paradoxerweise steht in keinem der Berichte eine Information dazu, warum diese Selbstheilungskräfte nicht vor dem Zusammenbruch funktionieren haben. Auch enthalten die Berichte wenig Information darüber, ob die Selbstheilungskräfte die psychische Gesundheit auch weiter garantieren können. Sie werden lediglich als Selbsthilfelinstrumente von den Subjekten identifiziert. Somit liegen nicht nur die Ursachen des Burnouts, sondern auch die Mittel seiner Vorbeugung und Heilung in eigener Regie.

Glaube an Gott

Schließlich, wenn auch weniger häufig, kommt in den Berichten zu dem Thema Selbstheilung auch ein Verweis auf den Glauben an Gott bzw. an die göttliche Kraft vor. Burnout als ein Wendepunkt in der Lebensorientierung stellt bei den Betroffenen auch eine Glaubensfrage dar und überprüft ihre Weltanschauung. Cordula z. B. hat der Glaube geholfen, die eigene Kraftquelle besser zu spüren: »Mein Burn-out hat mich bestärkt in meinem Glauben an die göttliche Kraft in meinem Körper.« (Cordula 2014: 338) Eine ähnliche Erfahrung hat auch Evelin gemacht, bei der Burnout eine Lebensveränderung veranlasst und damit auch ihren Glauben geweckt hat: »Ich bin seit dem Burnout gläubiger. Die Verbindung nach oben ist um einiges stärker geworden. Das innere Wissen, es gibt eine Verbindung nach oben, das ist sehr hilfreich für mich. Man kriegt dadurch eine neue Kraftquelle, die einen begleitet, denn man ist auf sich alleine gestellt und das hilft mir auch in einsamen Zeiten.« (Evelin 2016: 108) Die Hilfe eines höheren Selbst bzw. eines universellen Bewusstseins hat außerdem auch Yvette gesucht, wobei ihr die Meditationsübungen die richtige Unterstützung gegeben haben (vgl. Yvette 2008: 71). In allen drei Fällen manifestiert sich die Bedeutung einer Kraftquelle, die entweder in dem eigenen Körper, in der Einsamkeit oder in den Meditationsübungen zu spüren ist und die dazu verhilft, die Überforderung zu überwinden und eine neue Lebensrichtung

zu wagen. Sie steht weder als Mittel noch als Ziel der Heilung da, sondern tritt eher als eine Begleiterscheinung auf, die durch den Zustand der Leere und der darauffolgenden Suche nach Auswegen hervorgerufen wurde. Ganz präzise spielte sich dieser Prozess bei Roland ab, dem evangelischen Pastor, der die Umkehr in seinem Burnout auf einer Tour erlebt und wie folgt geschildert hat:

»Das Kopfweg geht nicht weg. Ist es besser, wenn ich umkehre? Es verwirrt mich, dass ich so heftig mit dieser Entscheidung ringe. So wichtig ist sie nun auch wieder nicht. Was ist los mit mir? Warum fällt es mir so schwer, umzukehren? Plötzlich ist da ein Gedanke, der wie ein Blitz aus dem heiteren blauen Herbsthimmel einschlägt. In einem Augenblick formen sich sehr klare Überlegungen in meinem Kopf: Ich kann den Weg über den Pass nicht machen. Ich muss meine körperlichen Grenzen akzeptieren und den Weg zurückgehen. Der Entscheid ist gefallen. Und dann geschieht das, was ich erhofft, erbeten und erstritten habe. In diesem Moment wird mir klar, was die Entscheidung zu bedeuten hat und warum ich so heftig damit gerungen habe. Der Entschluss ist Sinnbild für das Ringen mit meiner Berufung. Ich muss die Grenzen meiner Kräfte akzeptieren und kann den Pass nicht machen. Genauso muss ich auch meine gesundheitlichen Grenzen akzeptieren und kann nicht mehr leitender Pfarrer sein. Das ist die göttliche Antwort.«
(Roland 2012: 78f)

Roland ist in seiner Erzählung am Ende der Kräfte und kann seine Tour nicht mehr fortsetzen. Durch die Beschreibung dieser Unfähigkeit wird ihm eine Parallele mit seiner beruflichen Tätigkeit klar und er entscheidet sich, seine gesundheitlichen und beruflichen Grenzen anzunehmen. In dem er diese Entscheidung als göttliche Einwirkung entziffert, der er folgen möchte, kann der Prozess seiner Heilung beginnen. Doch nicht einer Heilung, die ihm die bisherige Lebensweise sichern wird. Roland war selbst nicht in der Lage, der eigenen Lebensweise Grenzen zu setzen, sondern musste, wie er meinte, auf die göttliche Antwort auf die Frage warten, ob er auch weiterhin leitender Pfarrer seiner Gemeinde sein sollte oder nicht (vgl. a.a.O.: 69). Da die Heilung und mit ihr neue Kräfte nicht gekommen waren, musste er umgekehrt seine Kraftlosigkeit und seine Grenzen akzeptieren. Die Heilung, wie er sie erwartet hatte, kam nicht. Sie besteht nämlich in der Begrenzung, der Enthaltsamkeit und dem geringeren Lebenstempo. Roland, und viele Betroffenen mit ihm, erwartet stattdessen die Heilung in Form einer Kraftquelle, die die eingefahrenen Lebensweisen unterstützen soll, damit das Burnout nicht entsteht und das Leben einigermaßen zu genießen ist (vgl. Lydia 2014: 71). Eine solche, von außen kommende, Heilung soll den Glauben an sich selbst stützen, nicht aber die eigenen Lebensvorstellungen in Frage stellen.

1.3.5 Neuorientierung nach dem Ausbrennen

In den allermeisten Berichten kommen die Betroffenen zu der Überzeugung, dass eine Neuorientierung in ihren Leben notwendig ist. Sie ziehen nämlich aus ihren Erfahrungen den Schluss, dass ihre bisherige Lebensweise zum Burnout geführt hat, und dies muss sich ändern, sollen das Burnout oder etliche andere Beschwerden nicht erneut antreten. Wird dann das Thema der Neuorientierung angedeutet, so lassen sich drei Themenstränge identifizieren, entlang welcher die Betroffenen ihre Lebensveränderung zu problematisieren versuchen.

Dichotomien

Die Neuorientierung findet erst dann statt, wenn sich die Betroffenen ihren eigenen Anteil und ihre Verantwortung für die entstandene Situation eingestehen. Nur dann kann sie eine Wirkung haben und dem Burnout zukünftig vorbeugen. Eine besondere Rolle bei diesen Geständnissen kommt der Dichotomie zwischen falsch und richtig, altem und neuem Leben, Krankheit und Gesundheit zu: »Meine Arbeitseinstellung führte zur Überbelastung und Überanstrengung. Diese Einstellung muss ich jetzt überdenken und umstellen, so dass ich noch weitere Jahre leben und arbeiten kann«, berichtet Bernd (Bernd 2010: 43). Er sieht ein, dass seine Einstellungen nicht richtig waren und deshalb zum Burnout geführt haben. Deswegen ist es seine Aufgabe, seine Einstellungen zu ändern. Cathrin hat, andererseits, mehrere Angebote zur medikamentösen Heilung bekommen, doch sie will sich stattdessen auf sich selbst konzentrieren und lehnt die vorgeschlagenen Antidepressiva ab. Einerseits, weil sie Angst vor Nebenwirkungen hat. Andererseits jedoch, weil sie sich selbst für ihre Krise schuldig fühlt: »Außerdem waren es mein Lebensstil und mein Gedankenmuster, die mich jetzt in diesen Zustand geführt hatten, und wichtig war jetzt, meinen Lebensstil und mein Gedankenmuster zu ändern, die mich in diese Situation geführt hatten.« (Cathrin 2015: 47) Auch sie muss sich mit ihren Einstellungen auseinandersetzen. Wie viele andere möchte sie gerne wissen, wie es so weit kommen konnte. Mit Roland könnte ihr geantwortet werden: »Wenn ich weiß, was falsch gelaufen ist, kann ich etwas dagegen unternehmen.« (Roland 2012: 29) Die bisher geführten Lebensweisen sind *per se* schräg, falsch und krank. Sie müssen daher analysiert und durchleuchtet werden, damit die Umstellung stattfinden kann. Denn dort, in der persönlichen Lebensgeschichte, entstehen Irrtümer, die das Burnout vorprogrammiert haben: »Krankheit bedeutet für mich eine Veränderung, da ich mich verirrt habe. Sie soll mich wieder zurückbringen. Wenn ich meine Krankheit akzeptiere, so akzeptiere ich auch meinen verirrten Weg. Wenn ich die Veränderung verstehe, die in meinem Leben geschieht, so werde ich wieder gesund.« (Cordula 2014: 197) Krankheit als eine Metapher für Veränderung gibt die Bedeutung wieder, welche ihr von Cordula zugeschrieben wurde. Sie weist auf den Irrweg hin, den Cordula eingeschlagen hat und sie soll

ihr dabei helfen, wieder ein normales, gesundes Leben zu führen. Irrung und Normalität, falsche Muster und richtige Einstellungen, selbstverschuldete Krankheit und selbst-zu-verantwortende Gesundheit. In der Dichotomie dieser Polaritäten, zwischen denen sich die Betroffenen bewegen, spielt sich der Kampf ab um Wiedereingliederung in die Gesellschaft, um die Kraft, den neuen Lebensherausforderungen zu begegnen, vor allem jedoch, um die Fähigkeit, ohne Krankheit zu leben und nicht wieder dasselbe erleiden zu müssen.

Selbsterkenntnis

Selbstveränderung setzt Selbsterkenntnis voraus. Die Betroffenen sind sich dessen gut bewusst und nehmen eine gründliche Introspektion ihres Lebens vor. Diese umfasst nicht nur ihre unterschiedlichen Lebensabschnitte, wie Kindheit oder Berufsleben, sondern auch ganz konkrete Charaktereigenschaften und Einstellungen. Angelika, beispielsweise, ist sich selbst in ihrer Burnout-Phase wertlos vorgekommen und möchte nun daran verstärkt arbeiten: »Mit dem Burnout merkt man auch, dass man keinen Selbstwert hat, weil man sich unnütz vorkommt, da muss man versuchen, den Selbstwert wieder aufzubauen.« (Angelika 2016: 147) Karina schaltet dagegen eine Sofort-Kontrolle an, wenn sie sich unstimmig und bedroht fühlt: »Ich versuche bei jeglicher Art von Angriffen auf meine Person mein Bewusstsein einzuschalten, indem ich in mich höre, was gerade mit mir geschieht.« (Karina 2011: 175) Doch die Psychoanalyse des eigenen Selbst bezieht sich auf die ganze Person, auf ihre Erfahrungen, Züge, Stimmungen und Schwankungen und liefert kostbare Erkenntnisse zur Umstellung und zum Neubeginn. Yvette hat ihre Wirkungen am deutlichsten geschildert:

»Sie [die Psychoanalyse, J. Z.] zeigte mir klar auf: ich hatte verstanden, ohne eine ehrliche Auseinandersetzung mit mir und meinem wahren Ich würde mir ein langfristiger Heilungsprozess nicht gelingen. Doch ich wollte unbedingt gesund werden. Demzufolge war ich bereit, den Kern meiner Lebensgeschichte näher zu betrachten, zu analysieren und wenn nötig, den Fluss meines Energiehaushaltes neu zu definieren. Dabei war es das Natürlichste, einen Blick auf meine Erlebnisse aus dem Säuglingsalter, Kindheit, Jugend und aus meinem Erwachsenensein zu werfen. Aus dieser Summe aus Erfahrung würde es mir möglich sein, meinen Entwicklungsweg in Bezug auf Zuwendung, Ehrgeiz, Perfektionismus und den Verlauf meines Erfolgstrebens aufzuzeichnen.« (Yvette 2008: 91)

In dem Bild, das am Ende ihrer Analyse entsteht, bleibt kein Platz für eine, von außen kommende, Einwirkung, die ihr Leben beeinträchtigt hat. Dieses Bild bleibt blind für die bestimmenden Diskurse, die Yvettes Leben durchkreuzt haben, weshalb sie auch nicht hinterfragt werden können. In sich selbst hineinzuschauen, die eigenen Erfahrungen selbst zu formulieren, die Erlebnisse aufzufrischen und

die Erfahrungen zu verbinden, dient der Selbsterkenntnis, welche wiederum zur Selbstverwandlung verhilft.

Herausforderung

»Sich nach so vielen Jahren selbst verändern zu wollen, ist wohl die größte Herausforderung, der man sich stellen kann.« (Lois 2007: 86) Zu diesem Schluss kommt Lois am Ende seines Tagebuches, das er während des Burnouts geschrieben hat. Eine Lebensumstellung solcher Art fordert viele Kräfte, aber auch einen starken Willen. Und da die Weichen von den Betroffenen selbst umgestellt werden müssen (vgl. a.a.O.: 85), benötigen die kleinen Gewohnheiten des Alltags viel Aufmerksamkeit und Konzentration beim Erlernen neuer, gesunder Gewohnheiten:

»Ich möchte lernen gelassener zu sein. Ich möchte geregeltere Essenszeiten, vor allem Frühstück, was ich so gut wie nie gemacht habe. Ich möchte regelmäßig mit Stöcken, die ich mir vor ein paar Tagen auf Empfehlung von Herrn Fisch³⁹ gekauft habe, walken. Ich möchte weniger Alkohol und dafür am Abend Tee trinken. Ich möchte Freundschaften pflegen und ich möchte Kampfsport oder Tai-Chi betreiben. Es sind viele kleine banale Dinge, die mich eine immense Umstellung kosten werden. Aber: ›Ich will!‹« (Karina 2011: 159 [Herv. i. O.]

Karina zeigt Bescheidenheit und einen starken Willen. Sie ist entschieden, sich selbst eine zweite Chance zu geben und ihr Leben komplett umzustellen. Andere, wie Roland, begeben sich auf die Suche nach neuen Bewältigungsstrategien, die ihnen in ihren Lebenssituationen behilflich sein können: »Ich will nicht nur deshalb mehr Bewegung in meinen Alltag einbauen und mich in Zukunft bewusster entspannen, weil die Ärzte und Therapeuten es gesagt haben. Ich muss die Sache begreifen, sonst hat es keinen nachhaltigen Effekt.« (Roland 2012: 162) Damit sich die Veränderung einprägt, muss sie von Roland selbst verstanden, gewollt und verinnerlicht werden. Sie muss nämlich nachhaltig wirken, d.h. nicht nur kurzfristige Lebenskrisen lösen, sondern zur Lebenseinstellung selbst werden. Dies ist auch der Überzeugung geschuldet, dass sich das Burnout jahrelang entwickelt und in die Denkmuster eingepägt hat, wie es z.B. Silvia behauptet: »Mir ist natürlich bewusst, dass ich noch einen sehr steinigen Weg vor mir habe. Mein Zusammenbruch ist nicht von heute auf morgen gekommen, sondern hat sich jahrelang aufgebaut.« (Silvia 2009: 83) Die Betroffenen nehmen die Neuorientierung als eine Herausforderung an, als ein Experiment, das man an sich selbst vornehmen kann. Andersrum kann Burnout auch nicht vorgebeugt werden. Erst das Vorprogrammieren einer neuen Lebensweise, die Burnout nicht im Programm hat, kann Erfolge bringen und zu einem sicheren Leben ohne Rückfälle führen.

39 Herr Fisch = Psychotherapeut

Ratschläge

Am Ende und teilweise auch während der Berichte, haben die Betroffenen ihre Empfehlungen und Ratschläge für die anderen formuliert. In vielen Fällen haben sie dies explizit gemacht, in manchen allerdings eher indirekt, d.h. als Vorschläge für den besseren Umgang mit sich selbst. Dabei lassen sich zahlreiche Kategorien dieser Ratschläge fixieren, die im Folgenden unter drei Themen analysiert werden.

Ratschlag Nr. 1 Körperkontrolle und Achten auf Warnzeichen

Die aktive Suche nach einer neuen Lebensweise wurde bei den Betroffenen durch ein Selbst-Screening und eine kontinuierliche Wahrnehmung unterschiedlicher psychischer und körperlicher Anzeichen begleitet. Dadurch soll nämlich ein Ausgleich erreicht werden, der den Absturz in die Leere verhindern soll: »Für mich bedeutet gesünder werden und gesund zu bleiben, dass ich ständig nach einer guten Balance zwischen Körper, Gefühlen, Geist und Seele suche – die zu meinen eigenen Voraussetzungen passen.« (Cathrin 2015: 85) Um eine solche Balance herzustellen, wird es notwendig, einen Indikator zu finden, der rechtzeitig über die Überforderung informiert und dabei auch noch verlässlich ist. Diese Funktion erfüllt am besten der Körper, wovon auch Roland überzeugt ist: »Je besser ich verstehe, was sich in meinem Körper abspielt, desto bessere Bewältigungsstrategien werde ich nach der Rehabilitation finden können.« (Roland 2012: 162) Auch Martina hat ihren Körper neu entdeckt und achtet darauf, wie ihr Körper auf unterschiedliche Anreize reagiert: »Ich habe gelernt, bewusster Pausen zu machen und auf den Körper zu hören. Mein Körper ist ein wunderbarer Parameter.« (Martina 2016: 71) Schließlich ging es bei der Körperkontrolle nicht nur um das physische Befinden, sondern um den ganzheitlichen, darunter auch psychischen und emotionalen, Zustand. Yvettes Arbeit an sich selbst sah in der Praxis folgenderweise aus:

»Zuerst achtete ich sehr genau darauf, was mein Körper zu berichten hatte. Dazu nahm ich Fragestellungen, wie: ›Ist alles im Einklang? Sind meine Bedürfnisse und Wünsche abgedeckt? Was macht mich glücklich? Wer tut mir gut? Was bringt mir Kraft? Verbringe ich genügend Zeit für meine stabilen Interessen?‹ zu Hilfe.« (Yvette 2008: 133)

In dieser Funktion tritt der Körper nicht als Organismus auf, sondern als ein Messinstrument, das die Bestandaufnahme vornehmen und sich immer wieder aktualisieren soll. Wie dies in praktischen Übungen aussehen kann, schildert in ihrem Bericht Steffi:

»Setz dich an einem ruhigen Ort hin, schließe deine Augen und denke den Satz: ›Ich bin ein Versager‹, fühle, wie sich dein Körper anfühlt, wird er eng oder weit, ist da Druck oder Enge...? Gut gemacht, Augen auf...

Und jetzt schließ wieder die Augen und denke den Satz: »Ich bin einfach wundervoll« und fühle wieder, wie es sich anfühlt.

Gut, dank dir, Augen auf...« (Steffi 2013: 47)

Hiermit wird der Körper nicht nur als Parameter möglicher Ereignisse eingesetzt, sondern vielmehr als eine Trainingsplattform, an der die Beziehung zu sich selbst, d.h. die gewählte Subjektivierungsform, eingeübt und praktiziert werden kann. Dies ist auch deshalb wichtig, weil die Zukunft unberechenbar erscheint. Für Yvette dauerte der Übergang zu einer besseren Lebensweise sehr lange und das Burnout begleitete sie durch die ganze Phase des Neubeginns: »Trotz der gesunden Aspekte waren die neuen Gewohnheiten vorerst sehr anstrengend. Ein ständiges Auf-sich-Achten, Warnsignale-Wahrnehmen und Reagieren. Denn das Burnout-Syndrom, die Erschöpfung, verfolgte mich weiterhin ununterbrochen wie eine ständige uneingeladene Begleiterin, mit einer Anhänglichkeit, die nicht angenehm war.« (Yvette 2008: 35) Ist sodann der Übergang geschaffen, so tauchen bei den Betroffenen die Ängste auf, einen erneuten Rückfall zu bekommen: »Dass das Burnout wiederkommt, davor habe ich Angst. Darum bin ich aufmerksamer geworden und passe besser auf mich auf.« (Angelika 2016: 148) Und deswegen bestehen die Ratschläge darin, die möglichen Warnzeichen frühzeitig zu erkennen und dagegen zu steuern:

»Ich würde jedem raten auf keinen Fall wegzuschauen, wenn man Burnout-gefährdet ist. Warum ist das so gekommen, warum hat sich alles so entwickelt, das sind die Fragen, womit man sich beschäftigen soll. Erst wenn man zu verstehen beginnt, kann man etwas verändern. Auch dort hinzuschauen, wo es verdammt weh tut, ist notwendig!« (Herbert 2016: 61)

Herbert geht davon aus, dass die Burnout-Gefährdung irgendwie spürbar und daher vorzubeugen ist. Ihr muss man ins Auge schauen und sie hinterfragen, bevor sie ihre Wirkung völlig entfaltet. Diese Feststellung führt zu einer permanenten Selbstbeobachtung, die die körperlichen Warnzeichen registriert.

Ratschlag Nr. 2 Entspannungsübungen und Präventionstechniken

Schon während, vor allem aber nach den ersten Therapien, versuchen die Betroffenen verschiedene neue Methoden und Techniken in ihre Leben zu integrieren, was sie später in Form einer Empfehlung oder eines Ratschlags weitergeben. Dabei kommen in den Berichten vor allem Meditationsübungen (vgl. Yvette 2008: 135), Entspannungsübungen, autogenes Training, Tai Chi oder Qi Gong (vgl. Ferri 2016: 127; Irmgard 2016: 50), aber auch Familienaufstellung oder Ayurveda (vgl. Maria 2016: 85) sehr häufig vor. Andere Betroffene widmen dagegen ganze Teile ihrer Berichte den Empfehlungen (vgl. Silvia 2009: 43ff). Diese Art der Prävention bleibt notwendig, damit die allgegenwärtige Gefahr, »das Gleichgewicht zu verlieren und in die alten Gewohnheitsmuster zu rutschen« (Yvette 2008: 135) gemildert werden

kann. Die Betroffenen leben durchaus mit der Vorstellung, dass die psychischen Störungen, darunter auch Burnout, aufs Neue einsetzen können. So bemerkt Ferri das in seinem Bericht: »Im Laufe des Jahres haben Depressionen eingesetzt. Das ist eine Begleiterscheinung. Ich musste aufpassen, dass ich nicht hineinsacke. Das ist eine Spirale, die geht immer tiefer. Da muss man bremsen.« (Ferri 2016: 127; vgl. auch Martina 2016: 71; Angelika 2016: 146)

Eine weitere Art, dem Burnout vorzubeugen, besteht in dem geänderten Umgang mit sich selbst. Die erlebte Leere und das Gefühl der Unzulänglichkeit haben nämlich bei den Betroffenen einen Selbstwertverlust verursacht, worauf sie mit ihren Ratschlägen hinweisen möchten: »[J]emanden, der oder die Burnout-gefährdet ist, würde ich folgende Frage stellen: Wer ist dir der liebste Mensch in deinem Leben, bis er oder sie sagt: Ich bin mir selber die Liebste. Dann sollte eine Liste aufgeschrieben werden, was dazu beiträgt, sich selber gern zu haben.« (Anna 2016: 25) Schließlich, eine Prävention vor Burnout ist bei den Betroffenen selbst auch das Aufschreiben ihrer Erfahrungen, wie das Erich zusammenfasst: »Mit meinem Buch möchte ich gesunde sowie kranke Menschen ansprechen: die gesunden, um sie zur Vorsorge zu animieren, die kranken, um ihnen viel Kraft zum Kämpfen zu geben, einem Kämpfen, das sich lohnt.« (Erich 2011: 5)

Der Schreibprozess als Therapie wird zwar nie direkt empfohlen, doch die Betroffenen bestehen darauf, dass sie sich durch diese Erfahrung besser kennengelernt und akzeptiert haben. Mit dem Erzählen und dem darauffolgenden Veröffentlichlichen ihrer Erlebnisse gestehen sie sich und anderen Menschen den Verlauf ihres Burnouts ein. Erst in dem Schreibprozess erkennen sie die Zusammenhänge und Umstände, die zum Burnout geführt haben. Ihre logische Argumentation und das Ursache-Wirkung-Schema legen Zeugnis davon ab, dass das Burnout keine zufällige Erscheinung ist, sondern vielmehr zu erwarten war. Es ist in ihre Leben integriert und war vorgeplant. Andererseits eröffnet sich damit die Frage, ob bei den anderen Menschen auch ein Burnout vorgeplant ist, das unter günstigen Umständen ausbrechen kann. Damit dies nicht geschieht, sind Präventionstechniken notwendig, die die burnout-gefährdeten Menschen zum normalen, gesunden Leben verhelfen.

Ratschlag Nr. 3 Professionelle Hilfe und Offenheit

»Könnte ich das Rad zurückdrehen, hätte ich früher reagiert und mich fachlich behandeln lassen, um nicht so weit zu kommen, wie ich es jetzt bin«, schreibt Karina (Karina 2011: 87). Tatsächlich behaupten viele Betroffene, dass die professionelle Hilfe einen besonderen Beitrag zu ihrer Genesung geleistet hat (vgl. Erich 2011: 116f; Bernd 2010: 29). Damit hängen jedoch auch die Arbeitsverpflichtungen zusammen, die rechtzeitig mit den Vorgesetzten kommuniziert werden müssen: »Anderen Menschen würde ich raten, mit dem Chef frühzeitig von der Überforderung zu reden, damit Hilfen und Maßnahmen gesetzt werden können, bevor es zu

spät ist. Das gleiche gilt aber auch für Familie und Freunde, damit sie die Situation verstehen können.« (Dominik 2016a: 15) Damit ist gleichzeitig eine grundsätzliche Offenheit gefordert, die die anderen aufklärt und durch die die Betroffenen wiederum Verständnis und Trost erhalten können: »Reden lernen und ausdrücken, das Herz auf der Zunge tragen, die Dinge formulieren, wie sie einem wichtig sind, das sind meine Ratschläge für andere Menschen.« (Irmgard 2016: 53) Die Offenheit und Transparenz sind notwendig geworden, damit Maßnahmen ansetzen und Hilfe wirken kann. Diejenigen, die sich gegen die Offenheit wehren, können die Hilfe nicht bzw. nicht im vollen Maß bekommen, wodurch ihre Genesung gefährdet ist. Sie schließen sich aus, bleiben unverstanden und auf sich selbst überlassen. Diese Offenheit muss allerdings in beide Richtungen gehen und nicht nur eine private Sache bleiben. Das Private muss öffentlich werden, wenn es geheilt werden soll. Je mehr Transparenz, desto mehr Chancen auf ein erneutes Leben. Schließlich verhilft die Offenheit dazu, das Burnout als ein positives Ereignis denken zu können:

»Mein Burn-out hat mich zur Veränderung und zu tiefem Wachstum aufgerufen. Die Maske fällt, mein wahres Ich darf sich nun entfalten. In unserem Burn-out erkennen wir unseren eigenen Seelenweg und verwirklichen ihn. Dazu ist es notwendig, zu fallen. ›Habe keine Angst vor deinem Burn-out!« (Cordula 2014: 367 [Herv. i. O.]

Offen sein klärt die betäubten Sinne und zeigt das Burnout in völlig anderem Licht. Cordula sieht darin ein Ereignis, dass ihr ihr wahres Ich zum Entfalten gebracht hat. Hätte sie das Burnout nicht zugelassen und nicht offen und ehrlich vor sich eingestanden, so würde sie, wie bisher, ihr trügerisches Leben fortsetzen. Ihr Aufruf zum Mut, das Burnout zu durchleben, symbolisiert den intrinsischen Gedanken, der sich durch die Berichte von Burnout-Betroffenen zieht, nämlich, das Burnout zu akzeptieren und statt es zum gesellschaftlichen Problem zu machen, darin die positive Kraft der Verwandlung zu entdecken. Dass das Burnout als eine positive Erfahrung empfunden werden kann, heißt im Weiteren, es zu einer Lebensepisode zu erklären, zu einer Art Gewöhnungssache, zu einem Normalfall.

1.3.6 Zwischenfazit

Die inhaltliche Analyse des Elementardiskurses eröffnete ein heterogenes Spektrum an Aspekten, die die Betroffenen in ihren Aussagen formulierten. Aus den gewonnenen Erkenntnissen ließen sich dann einige diskursive Stränge beschreiben, die den Elementardiskurs ausmachen und bestimmen. Diese diskursiven Stränge entfalten sich entlang von vier Begriffspaaren, die im Folgenden näher erläutert werden.

Leistung und Gefährdung

Aus den Berichten von Burnout-Betroffenen geht hervor, dass die Bereitschaft Leistungen zu erbringen – ob in der Kindheit oder während des gesamten Lebens erworben – konstitutiv zu ihren Leben gehört. Sie führte die Betroffenen zwar zum Burnout, doch gleichzeitig verhilft sie ihnen, aus dem Burnout wieder herauszukommen. Die Leistung verschafft daher eine innere Sicherheit, ein Gefühl, sich den eigenen Wohlstand, Anerkennung und Vollwertigkeit zu sichern. Sie kann steigen und sinken, variieren und von den Umständen abhängig sein, doch sie bleibt immerhin das einzige Mittel, das die gesellschaftliche Teilhabe garantieren kann.

Parallel zur Leistungsbereitschaft wird das Subjekt durch die immerwährende Gefährdung wie durch einen Schatten begleitet. Die Leistung schafft ein Sicherheitsgefühl, die Gefährdung bedroht es wiederum. Aus ihren Erfahrungen lernen die Betroffenen, dass Burnout unter Umständen wiederkommen kann, dass sie also rückfällig werden können und damit permanent gefährdet sind. Sie müssen um sich sorgen, sich präventiv untersuchen lassen, auf ihre Lebensweisen achten und ihre Körper und Gefühle überwachen. Sie werden zu Akteuren und Beobachtern zugleich.

Beide Aspekte – die eigene Leistungsbereitschaft und die omnipräsente Gefährdung – werden zum selbstverständlichen Teil des Lebens. Sie werden in die alltäglichen Entscheidungen und Handlungen inkorporiert und mit dieser Verselbstständigung ändert sich auch die Einstellung zum Burnout und etlichen weiteren psychischen Störungen. Wie der Elementardiskurs zeigt, fluktuieren die Begriffe wie Burnout und Depression mittlerweile als Ankerbegriffe, die zu der Alltagssprache gehören und diese erweitern. Die Individuen können dann entscheiden, ob sie gefährdet oder nicht gefährdet sind, ob sie schon Burnout erlebt haben und wer es möglicherweise jetzt hat. Sie können sich einstufen, Tests machen, kontrollieren, ihre Warnzeichen lernen und sich in jeglicher Weise darauf beziehen. Burnout kann weiterhin als Modebegriff oder Messlatte eigener Leistungsoptimierung verwendet werden. Mit seiner Anerkennung können Kliniken, Therapiezentren, Kurorte oder Rehabilitationseinrichtungen ihre Angebote den Burnout-Betroffenen anpassen und bei den Krankenkassen ihre Ansprüche einfordern. Es kann schließlich in den Präventionsprogrammen thematisiert und problematisiert werden, wodurch seine Irritation neutralisiert wird. Es wird als Problem mit parater Lösung dargestellt, nicht jedoch als ein Problem, das das neoliberale Leistungs- und Gefährdungssystem in Frage stellen kann.

Individualisierung und Selbstverantwortung

Wenn es um die möglichen Ursachen geht, so wird Burnout als rein individuell verursachte Störung wahrgenommen. Nur sehr selten beziehen sich die Betroffenen auf die gesellschaftliche Konstellation oder auf von außen kommende Einflüsse.

Vielmehr gehört das Burnout zur persönlichen Krisenerfahrung, die im Verlauf des Lebens aufgetreten ist und die nur dem Individuum gehört. Die Individuen halten sich für ihr Burnout verantwortlich und suchen in ihren Lebensgeschichten den Moment, an dem sie einen Fehler gemacht haben, an dem sie nicht aufgepasst, nicht richtig gehandelt oder wenig auf sich geachtet haben. Aus diesem persönlichen Versagen erwuchs die Gefährdung und mit ihr zog das Burnout in ihr Leben ein. Es war ihre Inaktivität und Hartnäckigkeit, die am Ursprung des Übels, das später auf sie zukam, stand.

Außerdem, aus der Perspektive der Genesung, müssen die Betroffenen diese Schuld anerkennen und ihre Verantwortung übernehmen, damit sie positive Veränderungen in Gang setzen können. Sie sind es, die das falsche Denken, Fühlen und Handeln durch das richtige ersetzen müssen. Das Richtige muss allerdings nicht nur die alten Fehler korrigieren, es muss auch dafür sorgen, dass keine neuen Fehler auftreten und das Burnout nicht erneut verursacht wird. Damit gehört nicht nur das Burnout, sondern auch die Genesung in die eigene Regie und muss von den Betroffenen selbst initiiert, vollzogen und geprüft werden.

Mit der Individualisierung des Burnouts durch die Übernahme der eigenen Verantwortung werden nicht nur individuelle Heilungsmaßnahmen eingeleitet, sondern auch die gesellschaftliche Verantwortung für Burnout ausgeschlossen. Mehr noch, als rein private Angelegenheit, die von der Umgebung höchstens bedauert werden kann, gelingt es dem Burnout, die Aufmerksamkeit auf sich selbst zu richten, anstatt auf die Wirkung des neoliberalen Regimes zu zeigen. Fehlerhaft sind die Individuen selbst, nicht das Regime. Das Regime bietet hingegen zahlreiche präventive Möglichkeiten, wie diese individuelle Störung beseitigt werden kann, nur um die Konfrontation mit der eigenen Störung zu verhindern. Durch die selbstverständliche Übernahme von Selbstverantwortung und durch die Individualisierung gesellschaftlicher Probleme bleiben die Betroffenen, die Burnout-Betroffenen wie die alle anderen, in diesem Denkmodus verhaftet.

Normalisierung und Vorprogrammierung

Die Erfahrung des Burnouts wird bei den Betroffenen als eine Lebensepisode empfunden. Sie kann unerwartet auftreten und langjährige Konsequenzen nach sich ziehen. Sie kann durch die Betroffenen beklagt oder gelobt werden. Sie kann schließlich zum Umdenken und zur Neuorientierung führen oder zur noch stärkeren Erkrankung und zum Tod. Doch mit dem Burnout als einer Lebensepisode lernen die Betroffenen zu leben, denn sie finden keinen anderen Ausweg. Dadurch gewöhnen sie sich an es und denunzieren es zu einer Erscheinung unter vielen anderen, die sie in ihrem Leben hatten. Diese Erscheinung hat sich aus den Umständen ergeben und wird mit der Zeit zu einer Tatsache, einer Gegebenheit, einem Normalfall, mit dem man sich auseinandersetzen muss. Es wird akzeptiert,

verinnerlicht und vergessen, wie das Ticken einer Wanduhr, das mit der Zeit nicht mehr wahrgenommen wird.

Gleichzeitig jedoch hinterfragen die Betroffenen während ihrer Genesung ihre eigenen Lebensgeschichten und suchen nach dem Moment, an dem Burnout womöglich anfangen konnte. Diese Geschichte muss durchleuchtet werden, damit die Irrtümer, die das Burnout verursacht haben, offenbar werden. Das heißt allerdings, dass die bisherige irreführende Lebensweise das Burnout im Programm hatte. Das Burnout war, *soz. vorprogrammiert* und konnte nur durch das frühzeitige Erkennen von Warnzeichen verhindert werden. Diese Chance konnte nur dann genutzt werden, wenn das Leben auf eine andere, gesündere, eben präventive Weise umgestellt wird. Eine Lebensweise, die das Burnout nicht im Programm hat. Erst sie kann (nicht nur) gesundheitliche Erfolge bringen und ein sicheres Leben ohne Rückfälle bereitstellen. Für die gefährdeten Individuen heißt das im Weiteren, dass Burnout in ihren und durch ihre Leben vorgeplant ist und unter günstigen Umständen ausbrechen kann. Damit dies nicht geschieht, sind Präventionstechniken notwendig, die die burnout-gefährdeten und mithin alle Menschen zum normalen, gesunden Leben führen. Die Individuen müssen daher lernen, zwischen Lebensstilen, die die Gefährdung durch ein Burnout begünstigen und solchen, die das Risiko eines Burnouts minimieren, zu unterscheiden.

Die Normalisierung des Burnouts und die Suche nach seiner Spur in dem eigenen Leben bestärken das Bewusstsein, dass das Leben entweder richtig oder falsch geführt werden kann und dass es Anzeichen gibt, die zum Burnout führen und Praktiken, die ein gesundes und prosperierendes Leben versprechen. Das Individuum muss aus diesen beiden Angeboten, aus diesen zwei Lebensprogrammen wählen: einem präventiven oder einem risikoreichen. Mehr noch, indem die Betroffenen die Erfahrung mit dem Burnout, d.h. mit dem risikoreichen Programm gemacht haben, besteht ihre Überzeugung darin, dass das präventive Lebensprogramm sinnvoller, rentabler und daher erstrebenswerter ist, was auch die anderen begreifen müssen. Je früher, desto besser.

Subjektivierung und Selbstprüfung

Mit der Burnout-Erfahrung geht unweigerlich die Entwicklung einer neuen Beziehung zu sich selbst, eines neuen Subjektmodus, einher. Die Betroffenen begreifen sich als kranken, gestörten Menschen, als Versager, Außenseiter oder einfach als Menschen, die unfähig waren, ihr eigenes Leben zu meistern. Der Beginn einer Selbsthinterfragung und einer sensiblen Selbstbeobachtung und –überprüfung leitet den Prozess des Selbsterkennens ein. Mit ihm müssen die Betroffenen anfangen, sich selbst zu identifizieren, sich neu auszurichten und neu im Leben einzuordnen.

Nach den schweren Phasen der Ermüdung und der inneren Leere erfolgt bei den meisten Betroffenen eine innere Kündigung, eine Absage an den bisherigen Lebensstil und gleichzeitig ein Versuch, die momentane Situation zu verstehen und einzureihen. Bei dem Überdenken der eigenen Lebensgeschichten werden die jeweiligen Perioden, wie Kindheit, Jugend oder Ehe mit größter Sorgfalt durchleuchtet. Währenddessen beziehen sich die Betroffenen auf sich selbst in unterschiedlichen zeitlichen Abständen. Sie beobachten ihr damaliges Verhalten, ihre Denkweisen und Reaktionen wie ihre wandelnden Subjektformen, die sie selbst identifizieren und beschreiben. Bei dieser Rekonstruktion der eigenen Subjektformen werden dann logische und kausale Zusammenhänge, die das Burnout veranlassen haben, sichtbar. Seltsamerweise bleibt in diesem entfernten Blick auf sich selbst wenig Raum für Zufälligkeiten, Irritationen, Unverständlichkeiten und Brüche. Stattdessen wird der eigene Lebenslauf sortiert, begründet und entlang der begangenen Fehler markiert.

Während der Phase der Neuorientierung wird ein besonderer Wert auf den eigenen Körper und seine Befindlichkeiten gelegt. Der Körper als der bestmögliche Parameter physischer und psychischer Gesundheit muss kennengelernt werden, damit die Betroffenen die frühen Anzeichen einer Verschlechterung erkennen können. Mehr noch, er dient als ein Ort, als eine Plattform, auf der die Versuche einer besseren Lebensweise getestet und praktiziert werden können. Über ihn wird eine permanente Überwachung ausgeübt, denn bei dem Burnout und anderen psychischen Störungen ist die Zeit der entscheidende Aspekt. Auch bei dem Heilungsprozess werden große Hoffnungen auf den Körper gesetzt, denn er muss selbst den eigenen Rhythmus wiederherstellen und aufrechterhalten. Seine Selbstheilungskräfte sorgen für seine wiederbelebte Kondition und müssen nur rechtzeitig als Selbsthilfelinstrumente aktiviert werden.

Während der Arbeit an sich selbst, dem Experimentieren mit dem eigenen Körper und dem Stöbern im eigenen Lebenslauf gewinnen die Betroffenen ein Gefühl der Sicherheit. Sie haben nun die richtigen Instrumente gefunden, mit denen sie ihr Leben steuern und, falls etwas kaputtgeht, wieder neu ausrichten können. Diese Sicherheit schont sie vor den äußeren Einflüssen, denn sie sind als selbstregierende Subjekte allein dafür zuständig, die Balance in ihren Leben aufrechtzuerhalten. Beschäftigt mit sich und mit der Sorge um das eigene Leben brauchen sie nicht mehr darüber nachzudenken, welche gesellschaftlichen Prozesse und Diskurse, welche immanenten Herrschaftssysteme und Machtstrategien über sie walten. Ihre Aufgabe ist es, sich um sich selbst zu sorgen und in dieser Beschäftigung das Leben passieren zu lassen.

Der Elementardiskurs zeichnet sich dadurch aus, dass die Betroffenen das Burnout als ein persönliches Problem bzw. als eine individuelle Störung empfinden, die das neoliberale Regime nicht in Frage stellt und auch nicht stellen kann. Außerdem sind sie darin überzeugt, dass das präventive Lebensprogramm die beste

Option darstellt. Schließlich obliegt es ihnen, sich um sich selbst zu sorgen und die gesellschaftlichen Einflüsse aus der Selbstbeobachtung auszuschließen. Darin lässt sich erkennen, dass das präventive Wissen im Elementardiskurs vorhanden ist und Wirkung zeigt. Die Betroffenen begreifen sich selbst als *Betroffene* und glauben, allein für die entstandene Not verantwortlich zu sein. Auch die Übernahme von Präventionsrationalität lässt sich daran erkennen, dass die eingeleitete Selbstüberwachung und Körperkontrolle einem präventiven Muster folgen und dass der Glaube an Rückfälligkeit die permanente Beobachtung von Warnanzeichen stärkt.

2 Nicht-diskursive Praktiken

Als nächsten dispositivanalytischen Teil lassen sich die nicht-diskursiven Praktiken identifizieren. Zuerst gilt es zu klären, was unter solchen Praktiken zu verstehen ist.

Im Unterschied zur Theorie des Sprechakts, welche mit dem *Aussprechen* eines Befehls oder eines Wunsches auch das *Vollziehen* einer Handlung verbindet, z.B. *Die Sitzung ist hiermit eröffnet*, handelt es sich bei den nicht-diskursiven Praktiken aus der kritisch-theoretischen Perspektive um Handlungen, deren Vollzug keiner Anweisung folgt bzw. folgen muss. Das heißt, dass nicht-diskursive Praktiken von den Subjekten als natürliche Handlungen vollzogen werden, die nicht vorher artikuliert und bekannt gemacht werden müssen – wie etwa das Vorhalten eines eTickets beim Einsteigen in Bus oder Bahn oder das Hochheben der rechten Hand bei den Mitgliedern nazistischer Regimes beim Begrüßen. Beide Handlungen sind nur in einem bestimmten diskursiven Kontext zu verstehen und lassen sich als naturalisierte, in Handlungen eingeflossene Manifestationen gesellschaftlicher Diskurse interpretieren. Die nicht-diskursiven Praktiken stellen somit eine Erweiterung der Diskursanalyse in dem Sinne dar, als sich in ihnen das diskursiv erzeugte Wissen manifestiert.

Analytisch lassen sich zwei Zugangsweisen zur Untersuchung solcher Praktiken unterscheiden:

- Siegfried Jäger arbeitet bspw. mit dem Begriff der nicht-sprachlich-performierten Handlungs-Diskurse. Das heißt, dass er die nicht-diskursiven Praktiken immerhin als Diskurse entlarvt, da es seiner Auffassung nach hierbei auch darum geht, »Aussagen« zu ermitteln. Die Frage ist jedoch, worin das »Oberflächenmaterial« besteht, »in« dem sich die »Aussagen« auffinden lassen.« (Jäger 2015: 114 [Herv. i. O.])
- Andrea Bührmann und Werner Schneider hingegen nehmen eine analytische Differenzierung entlang des diskursiven Feldes und des Praxisfeldes vor, die in einem Verhältnis zueinander stehen. Daraus ergeben sich bei ihnen

drei Unterscheidungspaare – das Gesagte/das Ungesagte, das Sagbare/das Unsagbare, das zu Sagende/das nicht zu Sagende – die es ermöglichen, »manifeste/latente ›Praktiken des Unterscheidens« in Diskursen/Diskursformationen im Verhältnis zu nicht-diskursiven Praktiken zu beschreiben.« (Bührmann & Schneider 2012: 97 [Herv. i. O.]) Dadurch soll es im Weiteren möglich sein, das (Macht-)Verhältnis zwischen den konkurrierenden Deutungen bzw. Handlungsnormen und den unhinterfragten/unhinterfragbaren Selbstverständlichkeiten zu rekonstruieren (vgl. ebd.).

Während die erste Ansatzweise die nicht-diskursiven Praktiken gerade durch ihre Aussagekraft analytisch erfassen möchte, bspw. durch »akribische Beobachtungen von Handlungen« (Jäger 2015: 114), versucht die zweite Ansatzweise den Raum des Un-Ausgesagten als Referenzpunkt zu stilisieren und darin den Zugriff zur Differenz zwischen dem Möglichen, Normalen, Erlaubten und dem Verbotenen, Verheimlichten und Unnormalen zu finden. Dadurch sollen die bestehenden Machtverhältnisse erhellt werden, wozu als ein praktischer Wegweiser »Ansätze und Verfahren des (teilnehmenden sowie nicht-teilnehmenden) Beobachtens in Verbindung vor allem mit explorativen (Feld-)Interviews (Honer 1994)« zu bevorzugen sind (Bührmann & Schneider 2012: 98).

Die im Folgenden unternommene Analyse des Präventionsdispositivs stützt sich auf beide Verfahren, indem sie nach dem diskursiven Wissen der Praktiken fragt (Jäger) und gleichzeitig die Deutungsspiele des Diskursiven im Verhältnis zu den Praktiken auszuloten sucht (Bührmann & Schneider). Allerdings bleibt sie in ihren Möglichkeiten stark begrenzt. Eine ausreichende und analytisch gesättigte Menge solcher beobachtbaren und klar beschreibbaren Praktiken ließe sich in Bezug auf die Prävention des Burnout-Syndroms nur begrenzt erhalten. Das liegt bspw. daran, dass Orte und Räumlichkeiten, wo Präventionsmaßnahmen bei den Burnout-Betroffenen beobachtet werden können – wie therapeutische Maßnahmen in den Kliniken oder Rehabilitationszentren –, entweder privat geschützt oder sonst öffentlich nicht zugänglich sind. Außerdem können solche Praktiken mit sehr spezifischen Handlungen verbunden werden, wie z.B. mit einer Minutenübung zum Loslassen von negativen Gedanken (vgl. Flowlife o.J.), oder sind in den Alltag bereits fest integriert und mittlerweile verselbstständigt, wie z.B. verschiedene Slow-Food- und Achtsamkeitsinitiativen (vgl. Stadler 2018) oder zahlreiche sportliche Aktivitäten (vgl. Paridon 2013: 40; INQA o.J. a.), womit ihre Unterscheidung schwerfällt, da solchen Aktivitäten unterschiedliche Motivationen unterliegen können, die nicht unbedingt mit der Burnout-Prävention zusammenhängen. Aus diesem Grund werden im Folgenden diejenigen nicht-diskursiven Praktiken analysiert, die sich auf die Prävention des Burnout-Syndroms beziehen oder Hinweise auf die Vorbeugung von psychischen Gefährdungen liefern. Dazu werden fünf konkrete Praktiken näher betrachtet.

2.1 Präventive Praxis im betrieblichen Gesundheitsmanagement

Bei der Prävention psychischer Belastungen im Rahmen des betrieblichen Gesundheitsmanagements können mehrere Methoden einzeln oder in Ergänzung zueinander eingesetzt werden, wie z.B. Interview, Beobachtung oder Workshop. In einem konkreten Fall wurden die Mitarbeiter unterschiedlicher Kitaeinrichtungen, hier der Kindertagesstätten der Stadt *Einbeck*, gleichzeitig beobachtet und hinterfragt (vgl. Beck/Morschhäuser/Richter 2014: 93). Am Anfang und am Ende des Tages wurden sie aufgefordert, die Akzeptanz der Präventionsmaßnahmen zu bewerten und diese auch grafisch zu verdeutlichen. Am Anfang sollten sie einen angefangenen Satz – »Heute hier zu sein finde ich ...« – mit drei unterschiedlichen Smileys ergänzen. Am Ende des Workshops wurde der Satz vervollständigt – »Es war gut, heute hier zu sein!« – und die Mitarbeiter sollten auf einer vertikalen Skala ihre Einschätzung in Form eines Punktes dort platzieren, wo sie am stärksten zutrauf und dabei aus drei Möglichkeiten wählen: stimmt, na ja, stimmt nicht. Die Darstellung der Ergebnisse zeigt, dass die überwiegende Mehrheit der Teilnehmenden ihre Einstellung nach dem Ablauf des Workshops geändert hat. Waren die Teilnehmenden am Anfang eher gleichgültig bis skeptisch eingestellt, so hatten sie den Workshop am Ende durchaus positiv bewertet. Die Darstellung wurde durch ihre offene Fragestellung am Anfang und geschlossene Fragestellung am Ende umrahmt. Stand am Anfang ein offener Satz mit drei Piktogrammen, die die Stimmung festhalten bzw. widerspiegeln sollten, so stand am Ende eine positiv konnotierte Feststellung mit einem Ausrufezeichen. Damit entsteht eine Konstellation, wo die Betroffenen am Anfang ihre Gemütslage bewerten, am Ende jedoch den Ablauf des Workshops beurteilen, woraus die Schlussfolgerung gezogen werden konnte, dass sich die Akzeptanz des Workshops, und damit der präventiven Maßnahmen, allgemein verbessert hat. Außerdem hat die positive Aussage des Satzes am Ende des Workshops – »Es war *gut*, heute hier zu sein!« [Herv. J. Z.] – die Auswahlmöglichkeiten dahingehend beeinflusst, dass die Teilnehmenden nicht über die Bedeutung der Maßnahmen nachdenken mussten, sondern nur ihre Einstellung zum Tagesablauf wiedergeben sollten.

Doch abgesehen von diesen Methoden führte der Workshop dazu, die Praxis der Selbst- und Fremdbeobachtung und, im besonderen Maße, die Praxis der Prävention einzuleiten. Die Teilnehmenden wurden ganztägig beobachtet, interviewt und im Rundgespräch darüber informiert, wie sich die Gefährdungsbeurteilung auf ihre Arbeit auswirkt und welche positiven Ergebnisse sie daraus ziehen können. Solche Verfahren und Handlungen verselbstständigen die präventive Rationalität und setzen verschiedene Praktiken in Umlauf, unter anderem:

»Maßnahmen zur Entwicklung von mehr Solidarität und einem stärkeren Wir-Gefühl der Kita-Beschäftigten, Maßnahmen zur Verbesserung der Kommunika-

tion und Kritikkultur, die Einführung von Hospitationen und externer Supervision sowie Maßnahmen der Personalentwicklung, zum Beispiel Freistellungen für bestimmte Aufgaben oder Fortbildungen zur Spezialisierung von Fachkräften.« (Ebd.)

Die Mitarbeit der Teilnehmenden bei der Entwicklung ihrer Akzeptanz für das Vorhaben ließe sich in diesem Fall als die erste praktische Darstellung der präventiven Rationalität lesen. Dadurch, dass die Teilnehmenden eine Bewertung vorgenommen haben, haben sie sich einerseits aktiv an der Gefährdungsbeurteilung beteiligt und andererseits die eigenen psychischen Belastungen problematisiert. Außerdem wurden ihre bis dato *übliche* Handlungen durch die Gefährdungsbeurteilung zu *präventiven* Handlungen umgedeutet. Jede ausgeübte Tätigkeit kann ab dann auf ihr präventives Ausmaß beurteilt werden, was in den kontinuierlichen Hospitationen und Supervisionen weiter vertieft werden kann.

Wie die präventive Rationalität in nicht-diskursive Praktiken weiter umgesetzt werden kann, zeigt die Entwicklung konkreter Maßnahmen, die aus den Ergebnissen einer Gefährdungsbeurteilung bei der *Amadeus Germany GmbH* entstanden sind. Aus den Ergebnissen wurden folgende Maßnahmen abgeleitet:

- »Klares Vorgehen bei der Auftragsklärung mit eindeutiger Definition der gewünschten Qualität,
- Vereinbarung von »Regeln zum Verhandeln beim Nein-Sagen« mit der Führungskraft,
- Beschluss eines meetingfreien Tages zum konzentrierten Abarbeiten von Aufgaben,
- Angebot von kleinen Modulen für alle Mitarbeiter mit Tipps und Tricks zur Stressbewältigung (z. B. »Die eigenen Stressverstärker erkennen«),
- Etablieren von Plattformen für den Austausch (auch) über positive Erfahrungen. Das heißt Führungskräfte und Mitarbeiter berichten sich gegenseitig über neue Verhaltensweisen, die sie im Rahmen des zunehmenden Drucks erprobt haben.« (a. a. O.: 74f [Herv. i. O.]

Die aufgeführten Maßnahmen zeigen, wie die präventiven Praktiken in die Alltagsstruktur des Unternehmens integriert wurden. Das bezieht sich auf die Besprechungen mit dem Personal, auf die Einführung neuer Regeln oder auf die Einrichtung geeigneter Module und Plattformen, wo psychische Gesundheit und Belastung thematisiert werden können und wo der Austausch über optimale Verhaltensweisen stattfinden kann. Damit können sich die Beschäftigten wie die Führungskräfte gegenseitig austauschen, stimulieren und ermutigen. Prävention wird daher als Teil der Unternehmenskultur praktiziert und verifiziert, denn sie trägt zum besseren Image, zur Nachhaltigkeit und Wettbewerbsfähigkeit des Unterneh-

mens bei. Sie steigert zudem seine Leistung und optimiert den Umgang mit den knappen Ressourcen: »Keep the Balance« ist heute fester Bestandteil bei der *Amadeus Germany GmbH*.« (a.a.O.: 75 [Herv. i. O.]⁴⁰)

Viel Wert wird weiterhin auch auf die Einführung flexibler Arbeitszeiten, regelmäßiger Sprechstunden oder planmäßiger Gespräche mit der Führungskraft gelegt. Bei den letzteren geht es vor allem darum, Prioritäten zu setzen und Verantwortung für die jeweiligen Aufgaben zu übernehmen. Dazu das Geständnis einer Mitarbeiterin:

»Beim ersten Mal war das schon komisch. Man muss ja erst mal sich selbst und dann noch der Vorgesetzten eingestehen, dass man nicht alles schafft. Und wenn man selbst das Bild von sich hat stark zu sein und alles zu schaffen, ist das ein schwieriger Schritt. Wenn man das aber ein paar Mal gemacht hat und sieht, dass die Vorgesetzte bemüht ist Lösungen zu finden, ist das wirklich hilfreich. Man lernt sich auch besser kennen und weiß dann eher, was dem anderen wichtig ist.« (Paridon 2013: 40)

In ihrem Geständnis zeigt die Mitarbeiterin, dass sie um ihre Leistungsgrenzen weiß. Sie pointiert auch, wie unangenehm sich dieses Geständnis vor sich selbst und vor der Vorgesetzten anfühlt. Jedoch erst das mehrfache Praktizieren und Einüben neuer, präventiver Handlungen hat sie zum positiven Ergebnis gebracht. Bei anderen Mitarbeitenden war dagegen eine persönliche Umstellung der Tagesorganisation notwendig, damit sie ihre Leistungspotentiale verbessern und ihre Arbeit konzentrierter erledigen können (vgl. a.a.O.: 41). Durch den Fokus auf die Verbesserung und Optimierung der Arbeitsabläufe wird die präventive Praxis immanent in die Alltagsroutine integriert. Sie schützt einerseits vor Überforderung, stellt aber andererseits eine Aufforderung dar, denn sie stilisiert sich als ein notwendiger Bestandteil modernder Arbeitsverhältnisse, die die Gesundheit der Beschäftigten als eine wichtige Priorität sehen. Diese Priorisierung kann geringere Formen annehmen, wie z.B. das Bereitstellen von Obst oder Wasserfilter und -sprudler (vgl. a.a.O.: 40f), sie kann aber auch umfassendere Konturen annehmen, wie dies das Beispiel des Bauunternehmens *Hering* verdeutlicht, das seinen Mitarbeitern Bonusangebote bietet. Mit ihnen können sie »auf Zeitwertkonten freiwillig Stunden »ansparen« oder Entgelte umwandeln« (INQA o.J. b [Herv. i. O.]) und so durch Leistungs- und Treueprämien zu höherer Motivation geführt werden.

40 Außer der von GDA inspirierten Gefährdungsbeurteilung, die beispielsweise die *Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin* (BAuA) empfiehlt, haben sich in der Unternehmenspraxis auch weitere Modelle zur Erweiterung der Belastungsanalyse etabliert, bspw. *PREVA-Modell*, *COPSOQ* oder *SALSA* (vgl. Treier 2015: 53), wodurch die präventive Rationalität in zahlreichen innerbetrieblichen Diskursen präsent ist.

Das betriebliche Gesundheitsmanagement bedient sich daher unterschiedlicher Anreize und Stimuli, um die Mitarbeiter und Führungskräfte zu einer präventiven Arbeit an sich selbst zu motivieren. Indem sie die Kultur der Prävention in die Tagesabläufe fest integriert, entstehen zahlreiche Praktiken eines vorsorgenden Umgangs mit sich selbst und mit den anderen.⁴¹

2.2 Gamification

Eine frustrierende und belastende Arbeit wirkt sich sehr negativ auf die Einsatzbereitschaft der Beschäftigten aus. Was vor allem bemängelt wird, ist hoher Druck und hierarchische, unüberwindbare Strukturen und Befehle. Um ihnen zu entkommen und nicht mehr »übermäßig zu reglementieren und zu kontrollieren, sollten Spielräume angeboten werden, die eigenständiges Denken, Planen und Entscheiden ermöglichen. Das erhöht die Arbeitszufriedenheit und mindert das Risiko von Stress und Burn-out.« (Wendt & Ensle 2009: 68) Und gerade *Gamification*, oder *spielerisch Verhalten ändern*, »ist ein neuer Ansatz, um über hierarchiefreie Kommunikation, über Spaß und spielerische Anreize eine dauerhafte Verhaltensveränderung bei Menschen herbeizuführen.« (Pfaff & Lenge 2018: 235)

Dieser Führungsstil ergibt sich aus der Beobachtung, dass »Verbote und ihre engen Verwandten, die Gebote, [...] eine äußerst hierarchische Art miteinander zu kommunizieren [sind].« (a.a.O.: 236) Viel einfacher, hierarchiefreier und gewinnbringender ist daher die Sache mit Spaß zu begehen: »Arbeiten ist das neue Spielen: Gamification für alle.« (Ebd.) Die Vorteile dieser Führungsweise wurden längst entdeckt und erfolgreich umgesetzt, wie etwa bei der *AMEOS Klinik Aschersleben*, die ihre Mitarbeiter durch Gamification zu einer Investition in die eigene Gesundheit motiviert, indem sie ihnen eine »Gewährung von drei Gesundheitsurlaubstagen bei Nachweis von Präventionsmaßnahmen« sichert (INQA o.J. c).⁴²

41 Dabei erstreckt sich die Prävention auf vielfältige Weise auf alle Prozesse und Aufgaben, die während der Arbeit zu erfüllen sind. Ein konkretes Beispiel bietet der Umgang mit den Dateien. Die mittlerweile übliche Frage beim Löschen einer Datei – »Möchten Sie diese Datei wirklich in den Papierkorb verschieben?« – weist darauf hin, wie die präventive Rationalität in die Software hineinprogrammiert ist. Mehr bewusste Entscheidung betrifft z.B. die Einführung einer sog. *EdN-Mails* Maßnahme, die für kurze Nachrichten dienen soll: »Hierbei schreibt man die kurze Information direkt in die Betreffzeile und endet mit EdN für »Ende der Nachricht«. Eine Ansprache sowie eine Grußformel sind nicht erforderlich und der Empfänger bzw. die Empfängerin kann den Inhalt sofort erfassen und muss die Mail nicht erst öffnen.« (Paridon 2013: 39 [Herv. i. O.]) Mit einer solchen Maßnahme sollen Druck, Überforderung und Zeitverschwendung reduziert werden und damit soll sie präventiv in die Zukunft wirken.

42 Es lassen sich auch weitere Bereiche identifizieren, wo Gamification als Motivation figuriert: »Verkehrssicherheit, Einhalten von Tempolimits, Benutzung von Mülleimern im städtischen Bereich, bei der Gesundheitsprävention, Bewegungsanreize für die sitzende Gesellschaft,

Was jedoch zur hilfreichen Prävention in den Arbeitsverhältnissen wichtiger zu sein scheint, ist die langfristige Etablierung geänderter Verhaltensweisen, die durch eine intrinsische Motivation entsteht: »Am besten über ein gutes Narrativ und ein überzeugendes Ziel. Intrinsisch heißt, dass ich mein Verhalten aus eigener Überzeugung heraus verändern möchte, und Gamification mir dazu die beste Möglichkeit bietet. Ich bin also vom Ziel, das ich erreichen möchte, oder das mir angeboten wird, überzeugt und bin bereit, mich dafür einzusetzen.« (Pfaff & Lenge 2018: 238) Und genau daran muss auch die betriebliche Prävention anknüpfen. Sie soll nicht lediglich zum geänderten Verhalten motivieren, sondern sie muss diese Motivation bei den Beschäftigten selbst wecken. Sie muss darauf abzielen, die Zielsetzung des Unternehmens, die vorgegeben wird, als die eigene Zielsetzung anzuerkennen und sie innerlich, d.h. überzeugt und mit voller Bereitschaft, zu verfolgen: »ich verstehe warum und wozu ich mein Verhalten ändern soll und tue es freiwillig.« (Ebd.)

Ein möglicher Bereich, wo Gamification schnell ansetzen kann, ist die physische Bewegung: »die einfachste, billigste und effizienteste Methode, um etwas für seine Gesundheit zu tun.« (a.a.O.: 239) Und um die Beschäftigten zur Bewegung langfristig zu motivieren, werden verschiedene Anreize angegeben:

- »Suche die Menschen da auf und bewege sie da, wo sie die meiste Lebenszeit verbringen: Bei der Arbeit.
- Binde die Mitarbeiter von Anfang in dein Projekt mit ein, lasse sie über Ziele, für die sie sich bewegen wollen, mitentscheiden.
- Das Ziel ist umso attraktiver, desto mehr es einer guten Sache dient (CSR-Ziele⁴³ des Unternehmens).
- Finde ein gutes Narrativ für deine Aktion.
- Wähle einen niederschweligen Bewegungsansatz, bei dem alle mitmachen können.
- Motiviere über Kommunikation.
- Beginne mit einer zeitbeschränkten Aktion (ein Tag oder vier Wochen, nicht gleich ein Jahr). Diese Aktion ist der Anstoß, der erste Schritt.
- Begleite die gesamte Aktion mit Kommunikation.
- Die Aktion soll Spaß machen.
- Bilde Teams – Gemeinsamkeit stärkt.« (a.a.O.: 239f)

Waldsäuberungen, Stadtplanungen, Sauberkeit auf öffentlichen Toiletten, Energiesparen und vieles, vieles mehr.« (Pfaff & Lenge 2018: 238)

43 Die Abkürzung CSR steht für *Corporate Social Responsibility* (Deutsch: Unternehmerische Gesellschaftsverantwortung)

In den obigen Empfehlungen schmilzt die Bewegung als eine gesunde Aktivität mit den Zielen des Unternehmens zusammen. Spaß macht nicht nur die Bewegung bei der Arbeit, sondern auch die damit einhergehende Motivation für das Projekt. Die Motivation zur Bewegung erfordert Kommunikation und Gruppenarbeit, gleichwie die Motivation zum Mitmachen. Wer sich mitbewegt, stärkt das Team und trägt zu einem Wohlgefühl bei sich und bei den anderen bei. Wer im Projekt mitarbeitet, erlebt genau dieselben Gefühle wie bei der Bewegung – Teamzugehörigkeit, Einschätzung der eigenen Kräfte, Erkennen der Grenzen, Bedeutung und Wertschätzung der Kommunikation usw. Überdies kann aber diese spielerische Art dazu führen, dass das Projekt, so wie der Sport, nach dem Spaß bzw. Lustniveau gemessen wird. Beide Tätigkeiten haben ihre Regeln, Ziele und Zwecke. Und je besser die Sinnhaftigkeit der beiden Aktivitäten kommuniziert wird, desto bedeutungsvoller werden sie von den Beschäftigten empfunden und können mehr Beteiligte ins Boot holen. Die Sinnhaftigkeit erklärt sich bei der Bewegung ganz einfach durch die Verbesserung der eigenen Gesundheit und durch die Optimierung der eigenen Leistungsfähigkeit. Die Sinnhaftigkeit des Projekts kann ebenfalls mit verschiedenen Akzenten konstruiert werden, wobei es wichtig bleibt, die Beschäftigten in die Entscheidung über die Unternehmensziele und -zwecke miteinzubeziehen – ebenfalls wie in die Entscheidung über die Ziele, für die sie sich bewegen wollen. Diese verschmelzende Strategie schafft einen Quasiraum, in dem freie Entscheidungen getroffen werden können. Mit ihrem Narrativ, besser gesagt, ihrem Gamification-Diskurs, entzieht sie den Beschäftigten die Möglichkeit zur Absage und zum Widerstand. Und dies tut sie dadurch, dass sie die Nicht-Teilnahme, am Sport sowie am Projekt, erschwert. In dem parallelen Vergleich haben beide Aktivitäten positive Auswirkungen. Die Verweigerung der Teilnahme muss daher mit neuen Argumenten begründet werden, womit der Gamification-Diskurs an diejenigen Stellen ansetzt, die mit allen Kräften und aller Kreativität geschützt werden müssen. Vor allem dann, wenn die Beteiligten in den Erhalt ihrer physischen und psychischen Gesundheit nicht bzw. nicht auf diese Art und Weise investieren wollen. Die Gamification führt außerdem einen gemeinschaftlichen Druck in die Arbeitsverhältnisse ein, da sich ihrer Idee entziehen zu wollen gleichzeitig heißen würde, sich für die Ziele des Unternehmens nicht bzw. nicht stark genug interessieren zu wollen und sich selbst aus der Unternehmensstruktur herauszunehmen. Wer nicht mitmacht, gefährdet das Ziel des Teams und entschleunigt den Fortschritt. Solchen Beschäftigten müssen die Aufgaben anders beigebracht werden, was Zeit, Bemühen und Kräfte kostet. Wer so handelt, gefährdet das Unternehmen und sich selbst.

Die Gamification kann durch spielerisches Verhalten die Beschäftigten zum überzeugten Arbeiten motivieren, Arbeiten an sich selbst und Arbeiten an dem Unternehmen. Als eine nicht-diskursive Praktik provoziert sie die menschlichen Triebe, die Lust und Glücksgefühle bereiten, um bei den Beschäftigten Spaß und Freude zu wecken, die sich mit der Arbeit verbinden und die sich wiederum positiv

auf ihr Leben auswirken. Was zählt, sind nicht die Arbeitsumstände, die Ausrichtung des Unternehmens oder sogar, im Extremfall, die Arbeit selbst, sondern die Lust, welche sich in dem Spiel entwickelt und für Spannung, Fortsetzung und Sinnhaftigkeit sorgt. Eine Lust, die Belohnung sichert, welche sich stets steigern kann und welche nur durch eine noch höhere Lust gesättigt werden kann. Bei solchen Aktivitäten entstehen also Anregungen, die nicht einfach ignoriert werden können: »Viele Anregungen können die Menschen auch daheim umsetzen und feststellen: Das bringt mir mehr Lebensqualität. So erzielen wir nachweisbare Erfolge ohne erhobenen Zeigefinger. Das ist eine hohe Kunst, die unser werksärztlicher Dienst und das Gesundheitsmanagement beherrscht.« (Presser & Becker o.J.)

2.3 ErgoScouts

Das Konzept *ErgoScouts* dient zur Ausbildung von Personen, »die freiwillig, aus den Reihen der Mitarbeiter kommend, Verantwortung für ihre eigene Gesunderhaltung und die ihrer Kollegen übernehmen wollen.« (Herzog-Schüler 2010: 44) Sie sollen bewusst Techniken üben, wie sie sich um ihren Körper sorgen und Entspannungsübungen in den Alltag integrieren können. Dieses Konzept hat auch das *IKEA-Haus* bei der Ausbildung seiner Multiplikatoren, d.h. ausgewählter Mitarbeiter genutzt, die ihre Kollegen zu praktischen Übungen zum besseren Gesundheitsbewusstsein motivieren sollten. Die praktischen Übungen können unterschiedliche Formen annehmen, je nachdem, welche Übung zu welcher Position am besten passt.

»Weil die Tätigkeiten in einem *IKEA-Haus* sehr unterschiedlich sind, gibt es keine universelle Übung, die Entlastung verspricht. Deshalb bekamen alle Beschäftigten alle Übungen gezeigt und konnten so die für sie passende Übung zur individuellen körperlichen Entlastung herausfinden. Zum Ende des Jahres konnten alle Beschäftigten aus 24 Übungen wählen und erhielten ein Handout mit Bildern und einer Kurzbeschreibung zu jeder Übung.« (INQA o.J. d)

ErgoScouts werden so eingesetzt, dass sie ihre Mitarbeiter bei ihren täglichen Aufgaben begleiten können. Somit lernen und üben die Beschäftigten einen präventiven Umgang mit sich selbst, den sie jederzeit während ihrer Arbeit anwenden können. Diese Übungen gehören daher nicht nur zum festen Bestandteil des Alltags, sondern zu der Arbeit selbst. Dadurch wird die nicht-diskursive Praxis der Prävention in den Arbeitsalltag integriert und als Schutz vor Überforderung vollzogen.

Mehr noch, da das *IKEA-Haus* künftig den neuen Beschäftigten »bereits unmittelbar nach der Einstellung Informationen und Übungen zum Konzept ErgoScouts« zu vermitteln plant (ebd.), werden die Übungen direkt an die Neueingestellten weitergeleitet, womit die Prävention ihrer Überbelastung schon eher beginnt als die eigentliche Arbeit, die dazu eventuell führen könnte. Das

Konzept wird zusätzlich durch institutionalisierte Formen der Ausbildung zum ErgoScout, welche durch Schulungen und Seminare zur Weiterentwicklung und Stärkung des Gesundheitsschutzes und der präventiven Rationalität beitragen (vgl. herzog-Arbeits- und Gesundheitsschutz o.J.), unterstützt und gewinnt damit die Aufmerksamkeit eines noch breiteren Publikums.

2.4 Indirekte Steuerung und Interessierte Selbstgefährdung

In der Suche nach den Ursachen des Burnout-Syndroms und der Zunahme psychischer Störungen haben die Arbeitsorganisationsforscher eine Hypothese entworfen, dass in den Unternehmen »ein Paradigmenwechsel bei der Organisation von Arbeit stattfindet« (Peters 2011: 108), den sie »als Übergang von einer ›direkten‹ Steuerung zu einer ›indirekten‹ Steuerung [fassen], durch die die Leistungsdynamik von selbstständigen Unternehmern (z.B. Freiberuflern, Existenzgründern u. ä.) reproduziert werden bei Menschen, die keine selbstständigen Unternehmer sind, sondern abhängig Beschäftigte.« (ebd. [Herv. i. O.]) Dadurch entsteht eine eigentümliche Dynamik, in der bei den Beschäftigten nicht mehr ihre Leistung, sondern ihr Erfolg zählt, für den sie auch ihre Gesundheit einsetzen und riskieren würden, weswegen auch der Begriff *interessierte Selbstgefährdung* als Beschreibung dieser Selbstpraxis eingeführt werden sollte (vgl. a.a.O.: 109). Dass sich die Beschäftigten durch den Erfolg des Unternehmens definieren wollen und dafür ihre Gesundheit einzusetzen bereit sind, ließe sich an Beispielen veranschaulichen, wie etwa »krank zur Arbeit kommen, auf Erholungspausen oder Urlaub verzichten, am Wochenende oder nachts arbeiten, länger als zehn oder zwölf Stunden am Tag arbeiten, in einem hohen Ausmaß unbezahlte Überstunden leisten, die verfallen oder gar nicht erst erfasst werden.« (Krause et al. 2012: 192) Auch weitere Befunde aus Fallstudien zeigen, welche Fehlbelastungen aus der Perspektive der interessierten Selbstgefährdung entstehen.⁴⁴

44 Dazu gehören sechs verschiedene Belastungen: 1) Belastungen, die sich aus der Orientierungslosigkeit ergeben können, die die Beschäftigten erleben, wenn sie mit Führungskräften nicht direkt im Kontakt sind, sondern von ihnen nur Anweisungen und Rahmenbedingungen bekommen: »Ich muss die ganze Arbeit machen. Wozu brauchen wir die Führungskraft überhaupt noch?« (Krause et al. 2012: 197) 2) Belastungen, die aus der Bedrohung kommen, die gespürt wird, wenn die selbst erzielten Ergebnisse die neuen Erfolgslatten definieren sollen: »Erfolg wird für einen selbst gefährlich, weil sich die Ertragsziele entsprechend steigern. Man müsste eigentlich ein schlechtes Jahr einschalten, um die Spirale zurückzudrehen. Aber das geht auch nicht.« (Ebd.) 3) Belastungen, die aus dem Widerspruch zwischen fachlichem Wissen und unternehmerischen Anforderungen, die die Beschäftigten gleichzeitig meistern müssen, entstehen: »Nach wie vor war ihre fachliche Arbeit gefordert, aber jetzt rechneten sie zusätzlich mit, ob sich ihre Arbeit für das Unternehmen rentiert (z.B. Kostendeckungsgrad, produktive Zeit).« (Ebd.) 4) Belastungen, die sich in der Einschränkung der eigenen Handlungsoptionen und gleichzeitiger Erweiterung der Selbstständigkeit manifestieren.

Die hier beschriebene Selbstregierungspraxis, eine Praxis des *Sich-selbst-Gefährdens*, sorgt für eine paradoxe Konstellation:

»Erstens löst das eigene unternehmerische Interesse von Mitarbeitern eine Eigendynamik sozialer Prozesse im Unternehmen aus. Regelungen – gerade auch diejenigen, die im eigenen Interesse der Beschäftigten lägen – werden als Hindernis auf dem Weg der Zielerreichung erlebt und entsprechend wird versucht, diese zu umgehen (z. B. kann das Bestreben, überhöhte Benchmarking-Werte zu erreichen, Regelungen zur Arbeitszeit unterlaufen). Zweitens lässt sich dieser Effekt nicht durch eine disziplinierende Kontrolle bremsen oder einfangen, ohne das Funktionsprinzip einer Steuerung durch Ziele zu konterkarieren.« (Krause et al. 2012: 197)

Worauf die Arbeitsorganisationsforscher hinweisen, ist die Tatsache, dass sich die Beschäftigten selbst im Weg der Prävention stehen, da sie an dem eigenen Erfolg, und mithin an dem des Unternehmens, so interessiert sind, dass sie selbst die Schutzmaßnahmen, die ihretwegen eingeführt wurden, als Hindernis und, paradoxerweise, als eine Belastung empfinden. Mit dieser Art von Gefährdung treten sie also in einen Modus, in dem sie bereit sind, sich selbst um des Unternehmenserfolgs willens zu bedrohen:

»Indirekte Steuerung löst als Nebenwirkung eine soziale Dynamik aus, die Regelungen, Vereinbarungen und Vorschriften des Arbeits- und Gesundheitsschutzes tendenziell unwirksam werden lässt, weil diejenigen, um deren Gesundheit es geht, diese Regelungen, Vereinbarungen und Vorschriften von sich aus unterlaufen« (z. B. freiwillig am Wochenende oder länger als zwölf Stunden zu arbeiten). So berichteten Führungskräfte aus verschiedenen Organisationen, dass sie Schwierigkeiten hatten, offensichtlich erschöpfte oder erkrankte Mitarbeitende von der Arbeit abzuhalten.« (a. a. O.: 199 [Herv. i. O.]

Deswegen muss im Weiteren die Prävention dort ansetzen, wo sie diese Selbstgefährdung vermeiden kann. Diese wird dabei als eine Selbstpraxis angesehen, die die Beschäftigten nicht immer überblicken und gegen die sie sich oft nicht wehren können. Die genannten Hilfsmittel sollen eine Rolle einnehmen, in der sie die Beziehung zwischen Selbstbalance und Unternehmenszielen problematisieren und aufrechterhalten. Allerdings wird die Praxis der interessierten Selbstgefährdung

tieren: »Man soll einerseits unternehmerisch initiativ werden und unternehmerische Verantwortung übernehmen, wird dabei aber – wenigstens in der Selbstwahrnehmung – gegängelt und bevormundet.« (a. a. O.: 198) 5) Belastungen, die aus der »von vielen Beschäftigten wahrgenommene[n] Differenz zwischen dem, »was oben ankommt« oder in den offiziellen Organen des Unternehmens dargestellt wird, und dem, »was unten erlebt wird«« (ebd. [Herv. i. O.]) resultieren. 6) Belastungen, die in der Widersprüchlichkeit zwischen vorgeschriebenen und in der Praxis umgesetzten Gesundheitsregelungen wurzeln (vgl. a. a. O.: 199).

zwar als ein neues, doch immerhin als ein steuerbares Phänomen empfunden, das sich in die Arbeitsprozesse auf natürliche Weise integrieren kann. Gleichzeitig bietet sie den Ansatzpunkt, »um eine Zunahme psychischer Belastungen vorhersagen und erklären zu können.« (Ebd.) Dadurch wirkt die Theorie der interessierten Selbstgefährdung als ein präventives Mittel, um die Beschäftigten noch vor der möglichen Gefährdung zu informieren, dem künftigen Unternehmensschaden vorzubeugen und die Potentiale der Beschäftigten zu maximieren. Interessierte Selbstgefährdung stellt somit einen Erklärungsansatz für die Überforderung dar und wird gleichzeitig zu einer nicht-diskursiven Praxis der Burnout-Prävention umgedeutet.

2.5 Schreibpraxis

Das Schreiben erscheint als ein präventiver Reflexions- und Selbstregierungsakt. Die Burnout-Betroffenen geben in ihren Berichten an, dass ihnen das Schreiben dabei hilft, ihr eigenes Leben besser zu reflektieren und die Möglichkeiten aus der Lebenskrise zu suchen. Schreiben wird einerseits als ein präventives Mittel empfunden und empfohlen. In dem Schreibprozess bietet das Blatt Papier oder der Computerbildschirm den Ort, an dem sich die Therapie vollziehen kann. Mehr noch, in dem Schreiben konstituieren sich die Betroffenen als kranke, gestörte und versagende Subjekte. Als Subjekte, die Hilfe brauchen und selbst für ihre Störungen verantwortlich sind. Andererseits hat der Schreibprozess nicht nur die Funktion, einen introspektiven Blick zu ermöglichen, sondern gleichzeitig auch die inneren Stimmungen und Zustände vor den anderen zu offenbaren: »Schreiben heißt also sich zeigen, sich sehen lassen, sein eigenes Gesicht vor dem des anderen erscheinen lassen.« (Foucault [1983] 2005: 515) Bei dieser Selbstdarstellung werden Gefühle, Gedanken, Erinnerungen, Vorstellungen und Fantasien sowie körperliche Reaktionen und die Reaktionen der Umgebung festgehalten. Das Schreiben erfüllte sodann bei vielen Betroffenen, die ihre Erfahrungen mit dem Burnout-Syndrom niedergeschrieben und publiziert haben, mehrere Funktionen:

- Erstens haben die Betroffenen der breiteren Öffentlichkeit einen Blick in ihre tiefsten Bewegungen und privaten Angelegenheiten ermöglicht. Damit einher ging auch die Beschreibung konkreter Handlungen und Praktiken, die sie vollzogen haben: entweder vor dem Entstehen des Burnouts oder als präventive Mittel.
- Zweitens haben sie in der Hoffnung publiziert, den anderen Menschen bei ihren Beschwerden zu helfen und ein Beispiel anzubieten, wie diese Störung bewältigt und zukünftig präventiert werden kann. Hier teilten sie mit ihren Lesern Übungen, Gewohnheiten, Trainingstipps und viele anderen Empfehlungen, die zur Prävention animieren sollten.

- Schließlich diene drittens das Schreiben auch dem, was Foucault in seiner Analyse der *Künste des Selbst* mit Athanasius' Worten die »Waffe im spirituellen Kampf« (a.a.O.: 505) benennt: »Während der Teufel die Macht hat, zu täuschen und den Menschen zur Selbsttäuschung zu verführen [...], ist das Schreiben eine Probe und gleichsam ein Prüfstein.« (Ebd.) Während des Schreibens stellten sich die Betroffenen unzählige Fragen (vgl. Bernd 2010: 26f; Roland 2012: 70f u.a.) und versuchten, die Wahrheit über ihren Zustand, ihre Lebensweise und ihre Lebenseinstellungen herauszufinden. Damit gehört zur Praxis der Prävention auch eine Lebens- und Wahrheitsdiagnose, die jeder für sich selbst erstellt und die als eine Negativfolie erscheint, vor deren Hintergrund die bisherige Lebenskunst beurteilt und gemessen werden kann (vgl. Foucault [1983] 2005: 521).

Die Praxis des Schreibens hat sich bei den Betroffenen als ein präventiver Umgang mit sich selbst etabliert. Sie wurde nicht nur dann vollzogen, wenn das Burnout als hart empfunden wurde, sondern auch nach seiner Erscheinung, indem sie die Fähigkeit der Betroffenen stärkte, eine eigenverantwortliche und selbst bestimmte Lebensführung aufrechtzuerhalten (vgl. Kilian & Becker 2006: 446).

2.6 Zwischenfazit

Wie die Analyse von nicht-diskursiven Praktiken im betrieblichen Gesundheitsmanagement nahegelegt hat, werden die Individuen zur präventiven Arbeit an sich selbst durch mehrere Anreize stimuliert. Dem liegt die Tatsache zugrunde, dass allmählich alle Arbeitstätigkeiten auf ihr präventives Ausmaß beurteilt werden können und dass die präventive Praxis als ein natürlicher Bestandteil moderner Arbeitsverhältnisse erscheint, wie dies das Beispiel der ErgoScouts nahegelegt hat. Dadurch wird die Prävention nicht nur mit der eigenen Verantwortung für die präferierte Lebensweise verknüpft, sondern auch mit der Art und Weise, wie die Arbeit optimal erledigt werden kann und welche Wachstums- bzw. Optimierungspotentiale dank den präventiven Praktiken in den Arbeitsprozessen entstehen. Des Weiteren spiegelten sich die nicht-diskursiven Praktiken in dem Gamification-Diskurs wider, durch den auf spielerische Art und Weise Anreize geschaffen wurden, welche die Mitarbeiter zum besseren Umgang mit sich selbst motivieren sollten. In solchen Anreizen verschmelzen nicht selten die Unternehmensziele und die eigenen Zielsetzungen, was aus der arbeitswissenschaftlichen Perspektive zu einer interessierten Selbstgefährdung führen kann. Die Analyse der Praxis der interessierten Selbstgefährdung hat gezeigt, dass diese zu einem Steuerungsmittel umgedeutet wird, indem Empfehlungen formuliert werden, wie die Gefährdung für die Beschäftigten erkennbar und plausibel wird. Sie illustriert, wie das erhöhte Engagement als Fortschrittskraft empfunden und kanalisiert werden kann. Schließlich

zeigt die Analyse der Schreibpraxis die Bedeutung des Schreibens als eines präventiven Mittels und als einer Wahrheitsprüfung zugleich. Indem die Betroffenen diese Praxis ausüben, problematisieren sie ihre Lebensweise und den praktischen Umgang mit sich selbst und entwerfen eine neue, bessere Selbstpraxis.

Nicht-diskursive Praktiken des Präventionsdispositivs äußern sich nicht nur in den sichtbaren Handlungen und Tätigkeiten, sondern vor allem in dem, wie diese Aktivitäten von den Individuen gedeutet werden. So können bspw. sportliche Aktivitäten, regelmäßige Schlafzeiten, Entspannungsübungen oder Körperankersetzen als präventive Mittel wahrgenommen und vorgelebt werden, was die präventive Rationalität diskursiv aktiv vermittelt.

3 Objektivationen/Vergegenständlichungen

Einen weiteren analytischen Teil der Dispositivanalyse bilden die Objektivationen bzw. Vergegenständlichungen, d.h. das materialisierte und sinnlich erfahrbare diskursive Wissen. Wie bei den nicht-diskursiven Praktiken ergeben sich bei der Untersuchung dieser Dispositivteile einige methodologische Möglichkeiten:

- Siegfried Jäger arbeitet in seiner Analyse von Vergegenständlichungen mit der Annahme, dass es sich bei den Vergegenständlichungen um Gegenständlichkeits-Diskurse handelt, in denen das diskursiv hergestellte Wissen als Gegenstand erscheint und analytisch lesbar ist, z.B. durch »Anschauung von Gebäuden/Verbildlichungen der Gebäude und Einrichtungen.« (Jäger 2015: 115) Damit besteht auch die analytische Aufgabe darin, den diskursiven Inhalt der Gegenstände zu rekonstruieren und in Zusammenhang zu anderen Dispositivkomponenten zu stellen (vgl. ebd.).
- Andersrum versuchen Andrea Bührmann und Werner Schneider diese analytische Ebene auf ihre »dahinter stehenden Wissensordnungen« zu hinterfragen (Bührmann & Schneider 2012: 103), mit dem Ziel, das in den Vergegenständlichungen verborgene Wissen zu rekonstruieren. Dadurch können sie herausfinden, »wie und in welchen Funktionen diese Vergegenständlichungen im Dispositiv wirken« (ebd.), d.h. wie ihre normative und gedachte Funktion mit ihrem tatsächlichen Umgang verglichen werden kann und wo sich Widerständigkeiten auffinden lassen (vgl. ebd.). Dabei legen sie einen besonderen Wert auf den Zusammenhang zwischen der diskursiven Hervorbringung von Vergegenständlichungen und »den Prozessen der Materialisierung, der Einbettung der untersuchten Artefakte in die ›Ordnung der Dinge‹.« (a.a.O.: 104 [Herv. i. O.]) Zusätzlich fordern sie auch ihre »Gebrauchsweisen bzw. Gebrauchsspuren sowie ihre alltägliche Nutzungs-/Funktionsweise und ihre Bedeutungsvarianten zu untersuchen.« (Ebd.)

- Schließlich ergänzen Manfred Lueger und Ulrike Froschauer mit ihrer interpretativen Artefaktanalyse die möglichen methodologischen Zugänge. Mit dem Begriff *Artefakt* beschreiben sie all diejenigen Objekte, »die in der materialen Welt als Gegenstände verankert sind, die durch menschliche Eingriffe erzeugt, gehandhabt, modifiziert oder verwandelt wurden und werden.« (Lueger & Froschauer 2018: 11) Dazu betten sie Artefakte in Sozialverhältnisse ein, d.h. dass sie Artefakte nicht getrennt von ihrer gesellschaftlichen Bedeutung analysieren wollen. Sie gehen nämlich davon aus, dass sich die Sozialverhältnisse »auch in den Artefakten [materialisieren], die diese dann zum Ausdruck bringen und anderen zeigen, womit man es zu tun hat.« (a.a.O.: 31) Demnach interessieren sie sich bei ihrem analytischen Vorgang nicht für das Sein von Artefakten, sondern für ihr »Gewordensein und was sie in ihrem Umfeld bewegen (an Zuschreibungen, Interpretationen, Handlungen etc.).« (a.a.O.: 35) Damit verdeutlichen sie den interpretativen Aspekt ihrer Vorgehensweise. Für sie lassen sich Objekte und Gegenstände »nur in ihren Sinnzusammenhängen analysieren, in denen einzelne Artefakte in unterschiedlichen Bedeutungen, Handlungskontexten und Situationen auftauchen.« (a.a.O.: 7)

Auf die drei oben genannten theoretischen Zugänge bezieht sich auch der folgende dispositivanalytische Teil. Dabei werden die theoretischen Zugänge in dem Maße berücksichtigt, wie sie das Analyseverfahren durch den diskursiven Inhalt der Gegenstände (Jäger), durch die kritische Perspektive auf ihre normative Funktion (Bührmann & Schneider), sowie durch ihre sozialgesellschaftliche und kontextuelle Einbettung (Froschauer & Lueger) bereichern. Gerade aus den zwei letzteren Aspekten, d.h. dem kritischen analytischen Vorgehen und dem Wissen um die multiplen Interpretationen, resultiert die besondere Herausforderung dieses Teils.

Werden die Objekte und Gegenstände auf ihre präventive Rationalität und Einbindung in das Präventionsdispositiv untersucht, so müssen einige Fallstricke berücksichtigt werden. Einerseits müssen die Objekte bzw. Artefakte sorgfältig betrachtet werden, denn »weder sind die mit ihnen verknüpften Regeln und Strukturen, noch ist die mit Artefakten verbundene Dynamik direkt beobachtbar. Und auch die Bedeutungen sind nicht am Artefakt sichtbar. Es bedarf also durchaus gewagter Interpretationen, um diese zu erschließen.« (Lueger & Froschauer 2018: 37) Andererseits müssen die Analysen auch vor dem Hintergrund der Tatsache betrachtet werden, dass die gesellschaftliche Verankerung der präventiven Rationalität rund um das Burnout-Syndrom bisher kaum untersucht wurde, weshalb nicht eindeutig festzustellen ist, ob und inwiefern sich aus dem diskursiv hervorbrachten Wissen materialisierte Formen wie Objekte oder Gegenstände, Symbole oder immaterielle Realitäten, wie virtuelle Räume, ergeben haben. Vor diesem Hintergrund werden die folgenden Untersuchungen von Objektivationen und Vergegenständlichungen, mit Hinweisen zu analytischen Vorkehrungen einer interpretati-

von Artefaktanalyse (vgl. a.a.O.: 59ff), den ersten kritischen Schritt zum Verständnis der materialisierten Form des Präventionsdispositivs wagen.

Im Folgenden werden die Vergegenständlichungen präventiver Rationalität in fünf Abschnitten präsentiert, angefangen von kleineren Geräten, die individuell getragen oder verwendet werden, bis zu größeren Objekten und Räumen, die präventiv modifiziert und für eine breitere Öffentlichkeit angepasst werden.

3.1 HRV-Messgeräte

Ein Beispiel dafür, wie sich Präventionsrationalität in konkrete Gegenstände materialisiert, stellt die Entwicklung einer sog. ganztägigen *Herzratenvariabilitätsmessung* (kurz: HRV-Messung) dar, mit der die Qualität des Schlafs gemessen werden soll.

Während dieser Messung werden die zeitlichen Abstände zwischen den Herzschlägen gemessen. Das Ziel ist es festzustellen, welcher von den beiden Nerven, der Erholungsnerv (*Parasympathikus*) oder der Leistungsnerv (*Sympathikus*), gerade aktiv ist (vgl. Ebner 2018: 202f) und die Leistung des Menschen wiedergibt. Mit anderen Worten wird damit die Fähigkeit des Herzens getestet, »Gas« zu geben oder zu »bremsen.« (stressRegeneration 2009b [Herv. i. O.]) Bei der Anwendung wird das Herz mit einem kleinen Gerät (vgl. Stresspilot 2004; Medizintechnikzentrum 2016b) ganztägig überwacht und die Variabilität seiner Schläge aufgenommen.

»Die Messung dauert 24 h und wird mit einem zündholzschachtelgroßen Gerät, das am Oberkörper an zwei Stellen mit Elektroden angebracht wird, durchgeführt. Der Mitarbeitende trägt das Gerät in seinem Alltag und führt Tagebuch. Danach übergibt er das Messgerät und das Tagebuch an den HRV-Experten. Dieser wertet die Daten mit einer spezifischen HRV-Software aus.« (Ebner 2018: 204)

In der obigen Darstellung der Arbeitsweise bei der HRV-Messung kommen mehrere Elemente des Dispositivs zum Vorschein. Als eine Vergegenständlichung der präventiven Rationalität tritt hier das zündholzschachtelgroße Gerät auf, das zwei Elektroden oder Klipse enthält und an dem Körper oder an den Ohren festgemacht wird. Die Subjektivation kommt hier in dem Akt des Selbstbeobachtens vor und die nicht-diskursive Praktik wird beim Führen eines Tagebuchs ersichtlich. Zusätzlich dazu spielt hier der HRV-Experte eine entscheidende Rolle, der mit seinem Wissen und seiner Softwaretechnologie die Messung deuten, veranschaulichen und überwachen kann, womit er diskursiv die präventive Rationalität herstellt und reproduziert. In dieser Verschachtelung von mehreren Dispositivteilen ließe sich das Gerät (Hardware und Software) als eine Vergegenständlichung der präventiven Rationalität bezeichnen. Es wird als Mittel der Prävention psychischer Störungen sowie zur kontinuierlichen Beobachtung des körperlichen und seelischen Zustands eingesetzt. Mit seiner Hilfe und der von weiteren vergleichbaren Geräten (vgl. Au-

tonom Health 2017b; Baliogo Versand 2014) gelingt es, »den Körper (Herzschlag) Tag und Nacht (während 24 Stunden) auf Schritt und Tritt in Zeitabständen von Millisekunden genau zu überwachen...« (stressRegeneration 2009d)

Dank dieser Überwachung werden wichtige Informationen über die Herzaktivität gesammelt und ausgewertet, die »die Leistungsfähigkeit eines Menschen widerspiegeln« (stressRegeneration 2009a) und zeigen, wie er seine Konzentration, Entspannung, seinen Körperrhythmus, Energiehaushalt usw. einordnen und optimal nutzen kann. Denn erst mithilfe dieser Informationen können die Experten im Nachhinein Empfehlungen für einen besseren und präventiveren Umgang mit sich selbst formulieren: »Den daraus entstehenden Nutzen gab es bislang nicht: Sie können ›messen, ob Sie gesund oder krank sind‹ und Sie erhalten anhand der Messergebnisse Anregungen, was zu tun ist, um gesund zu bleiben und was zu tun ist, um wieder gesund zu werden.« (Autonom Health 2017d [Herv. i. O.]

Insbesondere bezogen auf die Burnout-Prävention liefern die Ergebnisse der HRV-Messung wertvolle Hinweise (vgl. Ebner 2018: 207f). Wenn die Herzratenvariabilität im Normbereich ist, »kann ein Burnout-Syndrom praktisch ausgeschlossen werden.« (Medizintechnikzentrum 2016a) Andererseits müssen Vorkehrungen unternommen werden. Im letzteren Fall orientieren sich die Messungen vor allem an der Widerstandsfähigkeit des Individuums gegenüber Stress, womit das Niveau der Burnout-Resistenz erhöht und je nach Bedarf reguliert werden kann: »Je geringer das biologische Alter, je adäquater die physiologischen Muster bei Aktivierung und in Ruhephasen, je besser die körperliche und geistige Performance und der Schlaf, desto höher die Burnout-Resistenz.« (Autonom Health 2017a)

Zu weiteren Benefits der HRV-Messungen gehört die Möglichkeit, den aktuellen Grad der Leistungsfähigkeit zu beobachten, der sich zwischen fünf Phasen – Flow-Mittelmaß-Anspannung-Ermüdung-Erschöpfung – entwickeln kann (vgl. Autonom Health 2017d).⁴⁵ Der Pfeil des Diagramms zeigt in diesem Fall von der linken Seite (gute Leistungsfähigkeit) nach rechts (Burnout) und geht also implizit davon aus, dass Leistungsfähigkeit ein dem Individuum eigener und natürlicher Zustand ist, ein Zustand der Gesundheit. Demgegenüber handelt es sich beim Burnout, und also bei niedriger Leistung, um eine Krankheit. Diese Dialektik

45 In dem betrieblichen Gesundheitsmanagement hat sich inzwischen auch eine Visualisierung von Gesundheitsparametern in Form einer sog. *Heat-Map* durchgesetzt: »Für jeden dargestellten Parameter (Zeilen) sind Grenzwerte definiert. Sind die Ergebnisse im ›normalen‹, als unkritisch angesehenen Bereich, ist das entsprechende Feld ohne Farbe (in diesem Fall zwischen 0-5). Bei leichter Überschreitung des Grenzwertes (Werte zwischen 6-29), sind die Felder gelb (Printausgabe: grau) hinterlegt. Bei deutlicher Überschreitung wird durch ein rotes Feld (Printausgabe: dunkelgrau) Handlungsbedarf signalisiert (Werte über 30).« (Neuner [2012] 2016: 89 [Herv. i. O.]) Eine solche Visualisierung dient im Folgenden als eine Ausgangslage für weitere Steuerungsinstrumente.

wird auch farblich illustriert: der grüne, positive Bereich steht für Leistungsfähigkeit, der rote, negative Bereich für Burnout. Schließlich wird Leistung mit einem Pluszeichen und Burnout mit einem Minuszeichen versehen (vgl. *Autonom Health 2017c*). Mit diesen Deutungen entsteht der Eindruck, dass Burnout ein gesundheitlich aber auch gesellschaftlich schädliches Phänomen darstellt, wohingegen Leistung und Gesundheit, hier intrinsisch verknüpft und unhinterfragt, präferiert sind. Damit stellt sich nicht mehr die Frage, ob Leistung das wichtigste Anerkennungsmerkmal ist, sondern wie viel Leistung erbracht werden kann bzw. wie gut das Individuum seinen Energiehaushalt meistern und gesellschaftlich nützlich sein kann. Die Hersteller und Anbieter der HRV-Messgeräte bieten dann den Individuen die Chance, ihre Leistungsfähigkeit zu beobachten: »Durch die 24h-Stressanalyse erfahren Sie ganz genau, wann und wie Ihre Leistungsfähigkeit voll zum Tragen kommt, was Sie bremst und was Sie motiviert! Somit können Sie schnell, sehr gezielt und mit wenig Aufwand Ihre Energie steigern und zeitsparend einsetzen.« (*stressRegeneration 2009b*) Mehr noch, die Messungen und die daraus abgeleiteten Maßnahmen lassen auch einen sicheren Blick in die Zukunft zu und zügeln daher alle ungünstigen Entwicklungen. Besonders dann, wenn Gefährdungen auftreten können:

»Medizinisch exakt lässt sich bei frühzeitiger Erkennung das Risiko eines BurnOuts einer betroffenen Person einschätzen. Interventionen können mit der HRV-Messung begleitet werden und zeigen den Erfolg von Veränderungsmaßnahmen und den optimalen Zeitpunkt für einen allfälligen Wiedereinstieg.« (*stressRegeneration 2009c*)

Schließlich haben die Messungen eine besondere Aufgabe gerade deswegen, weil sie den ganzen Tag der Individuen abbilden, d.h. nicht nur seine aktiven Phasen, sondern auch seine Regenerationsphasen, vor allem den Schlaf. Dies wird insofern prekär, als der Schlaf zunehmend zum Produktionsfaktor der industriellen Gesellschaften wird: »Der gewaltige Teil unseres Lebens, in dem wir schlafen, befreit von einer Vielzahl vorgespiegelter Bedürfnisse, besteht als eines der großen menschlichen Ärgernisse für die Gefräßigkeit des heutigen Kapitalismus fort.« (*Crary [2013] 2014: 16*) Für die Unternehmen ist der Schlaf demgegenüber »eine strategische Ressource und der Schlüssel zur nachhaltigen Erhaltung der persönlichen Leistungsfähigkeit.« (*Ebner 2018: 200*) Eine Ressource, die im Übrigen auch »zunehmend gefährdet ist« (ebd.), weswegen die Schlafqualität verbessert werden muss. Besonders in dem betrieblichen Gesundheitsmanagement stellen die HRV-Messungen ein wichtiges Instrument dar, mit dem die Gesundheits- und Leistungsqualität der Beschäftigten optimiert werden kann. Hierbei können drei Beobachtungen festgehalten werden:

- Erstens wird die Messung der Schlafqualität in zwei Dimensionen unterteilt, und zwar in die Arbeitsbelastung und in die Freizeitbelastung. Hiermit wird das ganze Leben des Individuums in Betracht gezogen, denn selbst die Freizeitaktivitäten oder die Zeit außerhalb der Arbeit können Auswirkungen auf ihre Qualität haben. Nicht nur das Arbeitsleben zählt, sondern all die Zeit vor und nach der Arbeit, die unterschiedlich verbracht werden kann. Damit die Arbeit gelingen kann, muss auch die Freizeit ordentlich gestaltet werden. Dadurch erstreckt sich die präventive Rationalität auf die private Sphäre des Individuums und vereinnahmt diese im Namen der Gefährdungsvorbeugung.
- Zweitens wird hier der Blick auf den Lebensstil der Beschäftigten gerichtet, der sich auf ihre Gesundheit und auf ihre möglichen Gefährdungen auswirken kann. Das heißt, dass die Analyse der Schlafqualität mit der Sorge um die Gesundheit des Individuums verbunden ist. Sie soll daher eine selbstverständliche Sorge des Unternehmens um die Beschäftigten induzieren, eine Sorge, die das Unternehmen gerne übernimmt, denn »wer Höchstleistungen von seinen Mitarbeitern einfordert, muss Strategien für einen guten Schlaf schaffen.« (a.a.O.: 202)
- Drittens wird bei dieser Methode die eigene Motivation als Baustein einer langfristigen Prävention definiert (vgl. a.a.O.: 204). Der maßgeschneiderte »individuelle Maßnahmenkatalog« (a.a.O.: 205) soll den Bedürfnissen der Beschäftigten entsprechen und auf die Einholung ihres Einverständnisses abzielen. Was damit erhofft wird, ist das Verständnis der Beschäftigten, dass die präventiven Maßnahmen zu ihrem Vorteil dienen und dass es genau diese Maßnahmen sind, die ihr Leben verbessern, es ertragbarer und sinnvoller machen. Es liegt daher in ihrem Interesse selbst, dem eigenen (Arbeits-)Leben einen neuen Impuls zu geben und die angebotene Chance zu nutzen.

Indem die HRV-Messungen die Schlafphasen abbilden und diese in die Analysen miteinbeziehen, können die Experten auswerten, wie die Schlafarchitektur des jeweiligen Individuums aussieht und wie die Qualität dieser Tagesphase verbessert werden kann, damit der Tag effizienter und »im ›Fluss‹« (stressRegeneration 2009c [Herv. i. O.]) verläuft (vgl. Autonom Health 2017a). Diese Messungen können danach in Form eines sog. *Lebensfeuers* visualisiert werden und bieten die Möglichkeit, verschiedene Abbildungen zu vergleichen. Besonders anschaulich wird bspw. der Vergleich zwischen einem erschöpften Individuum und einem leistungsstarken Individuum (vgl. stressRegeneration 2009e). In der Abbildung dieser Individuen zeichnet sich ein leistungsstarkes Individuum durch ein *flammiges* Diagramm mit intensiven Arbeitsphasen und einer kontinuierlichen Leistung aus. Die Abstände zwischen den Phasen sind minimal und das Spektrum der Aktivität deutlich breit angelegt. Dieses Individuum hat männliches Geschlecht und wird als leistungsstark und fit bezeichnet, mit einem biologischen Alter, das ihn um fünf Jahre

verjüngt.⁴⁶ Dagegen zeichnet sich das ausgepowerte Individuum weiblichen Geschlechts, das auf einem besten Weg zu einem Burnout ist, mit einer schwachen Leistung, größeren Abständen zwischen den Arbeitsphasen und einem grauen, schwach erleuchteten Diagramm aus. Das weibliche Individuum wird hier zusätzlich um 18 Jahre älter in Bezug auf ihr biologisches Alter dargestellt. Die beschriebene Reproduktion geschlechtlicher Stereotype – eines leistungsstarken Mannes und einer ausgebrannten Frau – verdeutlicht außerdem, für welche Klientel die entwickelten Messungen und die darauf basierenden Empfehlungen am meisten zutreffen. Abgesehen davon wird hier eine Dialektik zwischen einer brennenden, leistungsstarken Person und einer ausgebrannten, erschöpften Person hergestellt, die die Semantik des Brennens und Ausbrennens – Burnouts – verwendet.

Um in der leistungsstarken Form bleiben zu können, müssen die Betroffenen zuerst das Gerät verwenden und ein Tagebuch führen. Erst nach der Auswertung erhalten sie Empfehlungen und können sich auf die entsprechenden Trainingseinheiten oder Kurse einlassen. Denn das gesamte Programm beschränkt sich nicht auf die Messung der Herzfrequenz, sondern mündet in ein umfangreiches Spektrum an Angeboten zur Verbesserung der Lebensqualität und Optimierung der Leistungspotentiale. Das Schlüsselwort hier ist *Stress*. Der Stress muss in erster Linie nicht bekämpft, sondern erkannt werden. Jedem Individuum können die Anbieter nämlich anhand des eigenen Stresslevels, das sich aus verschiedenen Parametern und stressrelevanten Faktoren, wie z.B. persönlichen Stressursachen, körpereigenen Warnsignalen, Stresswiderstandsfähigkeit u.a. zusammensetzt, sein individuelles Stressprofil herstellen. Erst eine ganzheitliche Betrachtung dieser Faktoren und das Kennenlernen des eigenen Stressprofils eröffnen den Weg zur Erholung und besserer Stressresistenz. Als ein hilfreicher Wegweiser dient dazu der sog. *Stressradar*. Der Stressradar ermöglicht eine ganzheitliche Betrachtung der momentanen Stress-Situation und zeigt dadurch »Schwerpunkte für prophylaktische Maßnahmen« (Stresspilot 2004) auf. Damit hilft er, ein erhöhtes Gesundheitsrisiko früh zu erkennen, den emotionalen Druck zu senken oder eine zielgerichtete Körperregeneration zu stimulieren. Alles Maßnahmen, die den Anstieg psychischer Störungen durch individuelle Arbeit an sich selbst verhindern sollen. Und gerade die erwähnten Messgeräte scheinen weniger als Entspannungsinstrumente zu wirken, sondern vielmehr als Ergänzungen zur regelmäßigen Arbeit an sich selbst. Die Betroffenen und alle Interessierten müssen Engagement und Commitment zeigen, sollen die Messungen und Trainings eine positive Wirkung auf ihre Lebensumstände haben. Sie spielen die Rolle eines Begleiters, der zwar überwachen und kontrollieren kann, aber nicht sanktionieren oder belohnen, sondern

46 Auch deswegen versprechen die Messungen Information darüber zu liefern, wie unterschiedlich das biologische und das kalendarische Alter sind und wo sich »Potential für eine biologische ›Verjüngungskur« finden lässt (stressRegeneration 2009c [Herv. i. O.]).

der den Wunsch verkörpert bzw. vergegenständlicht, sich präventiv vor der Erschöpfung zu schützen.

Bei diesem sog. *Biofeedback*, das durch die HRV-Messung unterstützt wird, wird ein »wissenschaftlich überprüftes, effizientes, nicht-medikamentöses Verfahren zur Behandlung von Stress und Burnout« in die Wege geleitet (Beratung & Coaching Koblenz o.J.). Bei diesem Verfahren obliegt es den Patienten selbst, die angemessene Methode anzuwenden und die Vorteile für sich zu entdecken. Dank der maßgeschneiderten Empfehlungen individualisiert sich im Weiteren die präventive Sorge um sich selbst. Nicht zuletzt haben die Messungen mit den HRV-Geräten zur Folge, dass sie die psychische Gesundheit durch ihre Digitalisierung und Visualisierung als eine handhabbare Angelegenheit problematisieren. Wenn die Messungen mit den Geräten durchgeführt werden, liefern sie Daten, Werte und Informationen, die einer Auslegung bedürfen. Damit kann jeder Zustand in Beziehung zu seiner Vitalität oder aber seinem Burnout-Risiko gesetzt werden. Als Folge kann jeder als potenziell gefährdet eingestuft werden, womit sich die präventiven Maßnahmen auf alle Individuen erstrecken, unabhängig davon, welchen Beruf sie ausüben und mit welchen Schwierigkeiten sie momentan konfrontiert sind. Zusätzlich werfen sie Fragestellungen auf, welche von den Experten entgegengenommen werden und zu weiteren Untersuchungen und kontinuierlichen Gegen-Checks führen.⁴⁷

3.2 Bioresonanz-Geräte

Bioresonanzgeräte sind ein weiteres Beispiel, wie die präventive Rationalität objektiviert werden kann. Die sog. *Bioresonanzlehre* hat sich in den letzten Jahren vermehrt neben den wissenschaftlich basierten Messungen als eine eigene Heilungsart verbreitet. Dieses pseudowissenschaftliche Konzept basiert auf der Vorstellung, dass der Mensch ein elektromagnetisches Schwingungsspektrum ausstrahlt. Durch eine Messung kann dieses Spektrum dargestellt werden und seine Veränderung, die bei Krankheiten oder Stresszuständen entsteht, durch die dazu konzipierten Geräte therapiert werden. Allerdings ist die Existenz von Schwingungen nicht bewiesen, weshalb die Experten diese Therapie »als reine Spekulation und Irreführung des Patienten« einschätzen (Goldner 2012).

Zu dieser Kategorie pseudowissenschaftlicher Messgeräte ließen sich auch die *EMDR-Geräte*⁴⁸ hinzurechnen, die in einer ähnlichen Weise Behandlungstherapi-

47 Beispielhaft ließe sich diese Situation in einem online Forum zu HRV-Messungen beobachten, in dem die persönlichen Lebenslagen auf ihre wissenschaftlichen Inhalte überprüft werden (vgl. *Autonom Health* 2017e).

48 Die Abkürzung EMDR steht im Englischen für *Eye Movement Desensitization and Reprocessing* (Deutsch: Desensibilisierung und Verarbeitung durch Augenbewegung).

en anbieten. Ursprünglich eine traumabearbeitende Psychotherapiemethode, entfaltet die EMDR ihre Wirkung durch eine bilaterale Hemisphärenstimulation des Gehirns. Diese Stimulation wird mit Hilfe einer dazu geeigneten Brille durchgeführt, die das »Winken mit dem Finger vor den Augen des Coachees durch einen Coach« simuliert (Remstim 2018b). Dadurch soll sie entlastend wirken und die Überzeugungen, »die einen negativen Einfluss auf die Deutung der persönlichen Lebenssituation haben« neu und positiv formulieren (Remstim 2018a). Doch, wie den Bioresonanzgeräten, fehlt auch dieser Behandlung »eine theoretische Grundlage, die notwendig ist, um als wissenschaftliche Methode anerkannt zu werden« (My multiple me 2018), was sie allerdings nicht daran hindert, »mit einer naiven Begeisterung von vielen Therapeuten unterstützt« (ebd.) zu werden.

Nichtdestotrotz haben sich Bioresonanzgeräte und EMDR-Geräte in der alternativen Medizin durchaus etabliert und fungieren mittlerweile auch als Instrumente zur Heilung von psychischen Störungen und Erschöpfungszuständen (vgl. Weberbio 2017; Wellness Trust AG 2018; Rayonex 2018 u.a.). Eine aus diesem Therapiezweig stammende Erfahrung hat auch Thomas, ein burnout-betroffener Journalist, in seinem Bericht erwähnt:

»Meinem Erschöpfungszustand wollten wir begleitend mit einer so genannten Magnetfeldtherapie begegnen. Ich legte mich morgens und abends während je acht Minuten auf die an eine Steckdose angeschlossene Matte, um dank der »Bio-Elektro-Magnetischen-Energie-Regulation« (so wird die Bemer-Therapie im Prospekt beschrieben) meine Energiedefizite wieder aufzuladen. Ein dosiertes, pulsierendes elektromagnetisches Feld würde den Energiehaushalt verbessern und den Stoffwechsel aktivieren, stand da weiter geschrieben. Trotz der schönen Worte war ich skeptisch. Aber mein Arzt überzeugte mich. Auch viele Spitzensportler würden regelmäßig auf der Matte liegen.« (Thomas 2006: 66 [Herv. i. O.]

Wie aus der Beschreibung hervorgeht, sollten mithilfe dieser Therapie Thomas' Energiedefizite beseitigt werden. Anders als bei der Bioresonanztherapie, die die pathologischen Schwingungen durch das Gerät korrigieren sollte, besteht bei der Magnetfeldtherapie die Aufgabe darin, den Körper mit Energie aufzuladen, was starke Assoziationen zu Ladematten erweckt, die unter anderen Umständen benutzt werden, bspw. zum Aufladen von Handy oder Laptop. In beiden Fällen, wie übrigens auch bei den HRV-Messungen, steht der Körper im Mittelpunkt der Burnout-Therapie.

Der Körper wird als ein Instrument zur Heilung dargestellt. Für wissenschaftsbasierte Heilmethoden bietet er eine perfekte Möglichkeit, empirisch nachweisbare Daten und Informationen zu bekommen. Wenn dann die Werte vorliegen, können sie weiter extrapoliert, interpretiert, gespeichert, verglichen und reproduziert werden. Für pseudowissenschaftliche Heilmethoden bietet der Körper eine Möglichkeit, experimentelle Verfahren auszuprobieren. Hier wird er nicht nur als ei-

ne Quelle messbarer, sondern vor allem *bisher* unmessbarer Energie begriffen und, unterstützt durch alternative oder esoterische Glaubenssätze, zum Einflussbereich der Psyche erklärt, wodurch beide mit bestimmten Präparaten beeinflusst werden können. Ob also auf exakte Beobachtung oder alternative Auslegung zurückführend, der Körper wird als Mittel zur Heilung psychischer Beschwerden favorisiert. Damit eröffnet sich die Debatte um die Instrumentalisierung des Körpers und die Vernachlässigung seines leiblichen Ausmaßes:

»Der Leib wird mit einer instrumentell-technologischen Brille betrachtet oder ganz vergessen: zum Beispiel dadurch, dass es heute möglich ist, mit Hilfe von Medikamenten Schlaf und Verdauung zu überwachen und zu regulieren und den Menschen künstlich zu beatmen. In den Debatten über Organspende und Hirntod dominiert nicht selten die Auffassung, wonach sich Körperteile wie defekte Maschinenteile austauschen lassen und der Mensch – ungeachtet seiner erhaltenen Leibesfunktionen – tot sein soll, wenn ein Organ nicht mehr funktionsfähig ist.« (Hähnel & Knaup 2013: 10)⁴⁹

In ähnlicher Weise kann weiter argumentiert werden, dass der Körper als *das* Präventionsinstrument selbst fungiert. Die Prävention durchdringt ihn und manifestiert sich in der Sorge um seine Gesunderhaltung und Gefährdungsreduzierung. Dadurch wird der Körper selbst zum Träger der präventiven Rationalität und zum Schnittpunkt des Präventionsdispositiv, was die Entwicklung oben beschriebener Geräte nahelegt.

3.3 Wearables und Health-Apps

Als weitere Vergegenständlichungen der präventiven Rationalität lassen sich uhren-ähnliche Geräte, sog. *Wearables* bezeichnen (vgl. Mesko 2016). Sie sind das Ergebnis der technischen und technologischen Fortschritte letzter Jahre, die eine ganze Reihe von Produkten auf den Markt gebracht haben, welche den menschlichen Alltag einfacher und komfortabler machen sollten. Unter den Wearables werden Activity- oder Fitness-Tracker, Smartwatches, Smartbands und etliche

49 Wie Thomas Fuchs zurecht bemerkt, beginnt der Begriff des Körpers den Begriff des Leibes zunehmend zu ersetzen: »In den letzten 200 Jahren ist der Körper als Gegenstand, als sicht- und greifbares Objekt, als ein Instrument, mit dem wir umgehen und das wir auch manipulieren können, offenbar gegenüber dem subjektiv gelebten Leib in den Vordergrund getreten.« (Fuchs 2015: 147) Gerade die wissenschaftliche *Entdeckung* des Menschen als einen objektivierbaren Körper im 18. Jahrhundert hat zu dieser Wende deutlich beigetragen. Der Körper wird, wie auch die folgende Untersuchung zeigen möchte, fortwährend instrumentalisiert und von dem Subjekt besetzt: »es ist mein Körper, den ich als Instrument ›habe‹ und gezielt nutze.« (ebd. [Herv. i. O.]

andere Kleingeräte verstanden, die am Armband getragen werden und mit zahlreichen Funktionen und Sensoren, darunter z.B. Bewegungssensoren, optischen Sensoren, bioelektrischen Sensoren und GPS-Empfängern, ausgestattet sind (vgl. Fitness Tracker Test 2018a). Mit den erwähnten Sensoren sind diese Kleingeräte imstande, zahlreiche körperliche Aktivitäten zu messen, zu überwachen und auszuwerten. Sie können bspw. messen, wie oft sich der Mensch bewegt hat, wie viele Kalorien hat er dabei verbraucht oder welchen Fettanteil sein Körper bei der Bewegung verloren hat. Mithilfe weiterer Angaben, wie Geschlecht, Alter, Größe und Gewicht, können sie die Daten entsprechend auswerten, wozu sie sich unterschiedlicher Algorithmen bedienen. Dann können sie statistische Mittelwerte berechnen und entsprechende Diagnosen und Empfehlungen erstellen.

Die Funktionsweise dieser Kleingeräte entspricht ihrem Aufbau. Sie werden an der Hand getragen, womit sie die Geschwindigkeit der Bewegungen feststellen, den Puls messen oder die Helligkeit berechnen können. Als Objekte sehen sie aus und fühlen sich an wie Armbanduhren. Sie begleiten tonlos, ohne Ansagen und haben doch stets aktuelle Informationen parat. Sie erwecken keine besondere Aufmerksamkeit und wegen ihrer Form und Leichtigkeit stören sie weder beim Arbeiten noch in der Freizeit. Dadurch und durch die hohe Bedeutung einer ganzheitlichen und ganztägigen Messung, werden sie in jeder Situation und zu jedem Anlass getragen. So verhelfen sie dazu, die Prävention und Selbstbeobachtung in den Alltag zu integrieren und diese Rationalitäten zu normalisieren.

Die Wearables bestehen allerdings nicht nur aus der Hardware, denn als Messgeräte werden sie zusätzlich mit einer entsprechenden Software, den sog. *Health-Apps* ausgestattet. Mit Health-Apps, oder Gesundheits-Apps, werden Anwendungen (engl. *App-lications*) verstanden, die Kleingeräten wie Wearables verschiedene Funktionalitäten verleihen und ihre Optionen erweitern. Auf dem Markt befinden sich mittlerweile mehrere tausende Apps, die die Wearables mit immer neuen Funktionen ausrüsten. Darunter finden sich auch vermehrt Anwendungen, die auf die Stärkung der Gesundheit und Prävention von Krankheiten fokussieren. Wie die Ergebnisse von *Charishma*, einer bundesweiten Studie, nahelegen, ermöglichen die Apps nicht nur Dokumentation entsprechender persönlichen Daten, sondern bieten auch »eine Erinnerungsfunktion, über die sich die Nutzerinnen und Nutzer an Impf- und Vorsorgetermine oder an die Medikamenteneinnahme erinnern lassen können. Zudem unterstützen Apps die Ergebnisdarstellung visuell, d.h. sie zeigen z.B. die Entwicklung des Gewichts oder von Blutdruckwerten über die Zeit an und bieten die Möglichkeit, diese Daten z.B. an behandelnde Ärztinnen und Ärzte zu versenden.« (Rutz/Kühn/Dierks 2016: 116) Was die Prävention und Gesundheitsförderung betrifft, helfen die Apps dabei, die »bislang weniger gesundheitsbewusste[n] Personengruppen [zu, J. Z] erreichen, insbesondere dann, wenn die Applikationen beispielsweise spielerischen Charakter haben. Apps können einen gesunden Lebensstil unterstützen und Anreize für eine gesunde Ernährung, Be-

wegung, Stressmanagement, Gewichtskontrolle etc. darstellen.« (Ebd.) Und es sind gerade solche auf dem Prinzip der Gamification aufbauende Health-Apps, die die präventive Rationalität auf weitere, indirekte Weise installieren. Indem sie unterschiedliche Spielmotivationen und Möglichkeiten bieten, wie z.B. »mit Freunden und Familie kleine Wettkämpfe auszutragen, Abzeichen für besondere Leistungen zu sammeln und Erfolge mit anderen zu teilen« (Fitness Tracker Test 2018b), integrieren sie das spielerische Prinzip in die präventive Sorge um sich, die dann weder hinterfragt noch bemerkt wird. Das Prinzip der Gamification lässt die Wearables als Begleiter und Coach zugleich funktionieren:

»Dein Fitness Tracker gratuliert und freut sich mit dir, wenn Du ein Tagesziel geschafft oder einen neuen Rekord aufgestellt hast. Er verleiht Dir für Deine Leistungen virtuelle Abzeichen oder Pokale. Und in Zeiten von Social Networks kannst Du Freunde an Deinen Erfolgen teilhaben lassen. Zusätzlich gibt es noch große Communities, in denen Du Dich mit Gleichgesinnten messen kannst und Erfahrungen austauscht.« (Sportuhrenguru 2018)

Durch die Gamification werden die Individuen zur Arbeit an sich selbst motiviert. Sie können sich messen, vergleichen und optimieren. All dies verschiebt den Blick von der Frage nach der Notwendigkeit und dem Sinn solcher Aktivitäten zu der Frage nach dem Gewinn und der Lust, die beim Spielen entstehen. Die Arbeit an sich selbst als Spiel zu begreifen, bei der das Gegenüber Rückmeldungen gibt, Anweisungen bietet und Vergleiche simuliert, heißt im gleichen Zug, Leistungsoptimierung als Alltagsaufgabe anzunehmen.

Des Weiteren hat die Studie gezeigt, dass die gesundheitliche Prävention »einen hohen Stellenwert in der Öffentlichkeit [hat] und [...] durch Apps eine große individuelle Aufmerksamkeit [erfährt]« (Rutz/Kühn/Dierks 2016: 132), was die Individualisierungsthese bestätigt, nach der es den Individuen selbst obliegt, sich um sich selbst zu sorgen und präventiv den Krankheiten vorzubeugen. Wenn es vor diesem Hintergrund um die Vorbeugung psychischer Störungen wie Burnout-Syndrom geht, so werden zur Zeit Apps angeboten, die die Führungskräfte als Zielgruppe haben:

»Führungskräfte müssen viele Anforderungen erfüllen, sie treffen wichtige Entscheidungen in ihrem Unternehmen, tragen Verantwortung für ihr Team und müssen dabei auch auf ihre eigene Gesundheit achten. Die App ›Gesund führen‹ hilft Führungskräften, diese Herausforderungen zu meistern, psychische Überlastungen bei Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern zu erkennen und rechtzeitig gegenzusteuern – denn psychische Gesundheit ist Führungsaufgabe! Dazu bietet ›Gesund führen‹ u.a. einfach umzusetzende Tipps und Anleitungen für das Erkennen von Überlastungssituationen. Selbsttests helfen, die eigene Belastung zu erkennen und abzubauen. Westentaschentipps zur Gesprächsführung können

als Werkzeug für die tägliche Arbeit im Team eingesetzt werden.« (psyGa 2013 [Herv. i. O.]; vgl. auch ILO 2018)

In dieser Hinsicht kommt den Führungskräften eine immense Bedeutung zu. Sie müssen sich nicht nur auf doppelte Weise um sich selbst sorgen, in ihrer Vorbildfunktion und eigener Selbstoptimierung, sondern sie müssen sich auch um ihre Teams und Mitarbeiter sorgen. Indem sie die Sorge um die psychische Gesundheit ihrer Untergebenen übernehmen, stärken sie auch den Erfolg des Unternehmens. Je präventiver sie daher um ihre Mitarbeiter sorgen können, desto größer sind die Erfolgchancen ihrer Unternehmen. Eine solche dreidimensionale Verschränkung der Subjektposition einer Führungskraft zementiert Prävention als ein unerlässliches Prinzip kontinuierlicher, erfolgreicher und nachhaltiger Entwicklung, welche durch Wearables und mobile Apps vergegenständlicht wird.

Im Weiteren fokussieren die Apps zur Burnout-Prävention nicht nur auf die ganzheitliche Überwachung von Körperfunktionen (vgl. Apple Inc. 2018c), sondern interessieren sich auch für die Lebensweise der Betroffenen, für ihre Vorlieben, Interessen, Einstellungen, Visionen, Werte, Zukunftspläne usw. (vgl. Apple Inc. 2018a). Zu der Burnout-Prävention gehören auch Apps, die soweit in den Tag der Betroffenen integriert sind, dass sie gezielt Ruhepausen, Bewegungen oder Spannungsmomente einplanen können, nach dem Motto »fit-und-froh« statt »fix-und-fertig!« (Apple Inc. 2018b [Herv. i. O.]) Durch eine überarbeitete und dem Alltag der Betroffenen entsprechende Einhaltung von Mini-Pausen wird eine individuelle Kombination »mit Tipps und Übungen für Entspannung, Konzentration und Genuss« (ebd.) erstellt. Damit können sich die Betroffenen darauf verlassen, dass die Wearables mithilfe dieser Anwendung die richtige Zeit für Pause und Ausruhen erkennen und einfordern. Diese und ähnliche »Gesundheitsüberwachung soll den Tragenden dazu animieren, sich mehr zu bewegen, seine Essgewohnheiten zu ändern und mehr Ruhephasen einzulegen.« (IT Wissen 2018) Jedoch, unabhängig von der Zielsetzung, geht es bei den Wearables »auch immer darum, die eigenen Leistungen zu steigern.« (Fitness Tracker Test 2018b) So gesehen sollen diese Kleingeräte zwei elementare Aufgaben erfüllen: eine gesündere Lebensweise fördern und die eigene Leistungsfähigkeit steigern (vgl. Sportuhrenguru 2018). Durch die verschiedenen Anreize zu mehr Bewegung, konzentrierter Pause und gesünderer Lebensweise möchten sie implizit dazu beitragen, dass Erkrankungen vorgebeugt und mögliche gesundheitliche Gefährdungen reduziert werden, womit sie als Objektivationen in dem Präventionsdispositiv ihre Wirkungen entfalten. Gleichzeitig damit können solche Praktiken zur Etablierung neuer Körper- und Subjektverhältnisse führen: »Was passiert, wenn Selbst- und Körperbezug wesentlich durch Messung, Quantifizierung, Archivierung und Veröffentlichung von Daten geprägt ist? Löst sich das Selbst in Körperdaten auf und verschwindet der Körper im Datenstrom? Vollziehen sich hier Prozesse der Entleiblichung? Werden Selbst und Kör-

per auf neue Weise in neue Konstellationen eingebunden?» (Duttweiler & Passoth 2016: 24) Der Bezug zum eigenen Körper und zu den Körpern der anderen ändert sich dabei nicht nur in dem Maße, wie neue wissenschaftliche Befunde über ihn ermittelt werden, sondern auch in Abhängigkeit dazu, welchen Stellenwert – eine Waffe, ein Widerstandsobjekt, eine Ware, ein Mittel zur Selbstheilung usw. – er in dem gesellschaftlichen wie individuellen Leben bekommt.

3.4 Ergo-Geräte und Büroarchitektur

Die Gestaltung einer ergonomisch unterstützenden Arbeitsumgebung wird mittlerweile zur wichtigen Voraussetzung eines erfolgreichen betrieblichen Gesundheitsmanagements, das auf die Reduzierung psychischer Gefährdungen und Belastungen fokussiert (vgl. INQA o.J. b). Eine richtige körperliche Haltung und entspannte Arbeitsweise minimieren nicht nur die Muskel-Skelett Spannungen, sondern wirken sich positiv auf das Arbeitsklima und auf die Leistungsfähigkeit der Mitarbeiter aus. Ein breites Angebot an ergonomischen Bürogeräten und präventiven Vorgängen illustriert besonders anschaulich das präventive ergonomische Maßnahmenpaket des deutschen Unternehmens *ATP Automotive Testing Papenburg*:

- »die Vorstellung der Büroarbeitsplatzmodule für die Mitarbeiter
- der Ersatz der Tische durch Steh-Sitz-Arbeitstische in gerader Ausrichtung
- der Ersatz ungeeigneter Stühle durch EDV-Stühle
- die Anpassung der Sehachsen durch Einsatz von TFT-Trägerarmen
- der Einsatz von Vorlagen- und Notebookhaltern
- der Einsatz eines speziellen ESD-Drehstuhls für die EDV-Technik
- die Nachjustierung und Anpassung des vorhandenen Mobiliars an die ergonomischen Rahmendaten und Arbeitserfordernisse der Nutzer (Finetuning) und deren Einweisung an ihrem neuen ›Arbeitsgerät‹ vor Ort
- die Optimierung der Greifräume
- eine Ergonomieschulung für alle Mitarbeiter« (INQA o.J. e [Herv. i. O.]

Ergonomische Veränderungen lassen sich an allen möglichen Stellen vornehmen, die die Arbeit im Büroraum betreffen. Weil zunehmend mehr Menschen teilweise oder auch ganztägig mit dem Computer arbeiten, betreffen die ergonomischen Geräte besonders diese Tätigkeiten. Dazu gehören vor allem ein ergonomischer Sitzplatz, ein Notebookhalter und eine ergonomische Tastatur oder Maus (vgl. INQA o.J. a). Gerade mit dem letzteren Produkt werden viele Versprechen verbunden. Eine ergonomische Maus soll der menschlichen Anatomie besser angepasst sein, weshalb sie Schmerzen lindern und präventiv wirken kann und dadurch zur gesteigerten Produktivität führen soll (vgl. Ergonomie am Arbeitsplatz 2013). Sie optimiert und erleichtert die Arbeit und damit auch die Leistungsfähigkeit der Ar-

beitenden. Wiederum steht hier der Körper im Mittelpunkt der Prävention. Wie die anderen Ergo-Geräte zielt auch die ergonomische Maus auf die Entlastung der Muskulatur und auf die Unterstützung einer natürlichen Körperhaltung. Der Körper soll soz. fügsamer sein und *mitmachen*. Seine ausbalancierte und entspannte Haltung bringt nicht nur den Arbeitenden, sondern auch den Unternehmen erhebliche Vorteile – den ersteren gesundheitliche, den letzteren wirtschaftliche. Eine Prävention in Form einer ergonomischen Umstellung hat daher mehrfache positive Wirkungen und führt zur nachhaltigen Verbesserung der Arbeitsprozesse.

Allerdings hat die ergonomische Ausstattung des Arbeitsortes auch weitreichende Implikationen für die Arbeitenden. Indem dem Körper ermöglicht wird, ohne Widerstände und auf natürliche Weise zu arbeiten, kann er eventuell mehr Arbeit erledigen als sonst. Außerdem können die Arbeitenden die günstige Gestaltung des Arbeitsplatzes nicht mehr als einen Störungs- oder Hinderungsfaktor benennen, wodurch die einzigen Verbesserungspotentiale in die private Sphäre verschoben werden. Die Ergo-Geräte setzen die Prävention um, indem sie sie in eine konkrete Form materialisieren. Wie die Beschreibungen und Hinweise zu den jeweiligen Gegenständen zeigen, sollen mit ihrer Hilfe »die Belastungen bei der Arbeit gemindert und gleichzeitig die Leistungsmöglichkeiten des Menschen verbessert werden« (ebd.), womit sie die präventive Rationalität explizit vergegenständlichen.

Außer der ergonomischen Ausstattung des Arbeitsortes können die Einflüsse präventiver Rationalität und ihre Vergegenständlichung auch in der architektonischen Einrichtung von Räumlichkeiten sichtbar gemacht werden. Besonders anschaulich wird dies am Beispiel der Lärmprävention. Lärm als markanter Stressor wird in den Räumlichkeiten auf vielfache Weise reduziert. Das dokumentiert z.B. das Einbauen eines Schallschutzes in die Decken (Paridon 2013: 38), die Einrichtung eines stillen Büros, wo ohne Unterbrechung gearbeitet werden kann (vgl. a.a.O.: 39) oder aber wo sich »die Beschäftigten zu einer 20-minütigen Tiefenentspannung zurückziehen« können (a.a.O.: 40). Mehr noch, gerade bei Arbeitsräumen, wo mehrere Menschen zusammenarbeiten müssen, werden die präventiven Maßnahmen noch dringlicher. Michael Presser, Betriebsrat und Vorsitzender des Ausschusses *Gesundheit und Umwelt* des Betriebsrates von *Motoren- und Turbinen-Union Friedrichshafen*, hat in dieser Hinsicht interessante Lösungsansätze vorgestellt:

»Wir waren überrascht von der Einfachheit der Maßnahmen. Beispiel Großraumbüro. Weil dort acht Arbeitsplätze untergebracht sind, war es laut. Halbhohe Stellwände als Schallschutz haben die Beschäftigten abgelehnt, weil sie ihr Gegenüber sehen möchten. Eine weitere Option ist, alle mit Headsets auszurüsten, wobei man bei der Auswahl die Beschäftigten einbeziehen sollte. Mit organisatorischen Maßnahmen kann man viel erreichen. Wenn sich zwei Kollegen länger austauschen, stören sie sechs andere. Dann sollten sie sich in einen anderen Raum bege-

ben, beispielsweise ein freies Besprechungszimmer. Zudem haben wir einen *Voice Controller* eingeführt, der den Lautstärkepegel im Raum über ein Ampelsystem visualisiert und so dazu anregt, leiser zu sprechen. Es geht also um Disziplin und um Regelabsprachen. Solche Beispiele kann ich Ihnen auch für Klima, Licht und andere Themen nennen. Das sind klassische Aspekte des Arbeitsschutzes, die mit Blick auf psychische Belastungen an Gewicht gewonnen haben.« (Presser & Becker o.J.)

Die angeführten Maßnahmen sollen zum einen disziplinierend wirken, zum anderen aber auch präventiv. Das zeigt vor allem die Einführung des *Voice Controllers*, welcher anhand des Ampelsystems – grün, orange, rot – die Lautstärke den Beschäftigten signalisiert und damit als ein Überwachungs- und Präventionsgerät funktioniert. Er überwacht, indem er die Lautstärke aufnimmt und ein Signal zu ihrer Reduktion gibt, und er wirkt vorbeugend, indem er den Beschäftigten Grenzen des Annehmbaren setzt und dadurch seine Vorbeugungsfunktion erfüllt. Somit werden die Verhaltensweisen von Beschäftigten, die sich auf die neuen Schutz- und Präventionsregeln einlassen müssen, beeinflusst.

Die Menschen verbringen einen großen Teil ihres aktiven Lebens in ihren Arbeits- bzw. Büroräumen, weswegen deren Bauarchitektur eine stärkere Bedeutung zukommt. Vor allem im Hinblick auf existierende Leistungspotentiale wird daher eine Arbeitsumgebung präferiert, die den Zustand einer sog. *entspannten Wachheit* aufrechterhält. Es handelt sich hierbei um einen Zustand, »wo langfristig die beste Leistung erbracht werden kann, ohne in Erschöpfungszustände zu geraten. In der entspannten Wachheit steigt nicht nur unsere Leistungsfähigkeit, sondern auch unsere Kooperationsbereitschaft. In diesem Zustand sind wir also teamfähiger.« (Reichl 2018) Und die Stärkung der entspannten Wachheit durch eine angemessene Raumgestaltung, im Gegensatz zum Zustand der *angespannten Wachheit*, wo Ermüdung und Erschöpfung viel schneller auftreten, kann die letzteren Erscheinungen effektiv beseitigen. »Damit kann man auch die Leistungsorientierung mit dem Gedanken der Gesundheit und Burn Out Prävention optimal kombinieren« (ebd.), was die Materialisierung präventiver Rationalität ermöglicht und legitimiert. Zu den Faktoren, die eine leistungsorientierte Arbeitsumgebung gestalten helfen, zählen Aspekte wie »Farben, Lichtstärke, Lichtfarbe, Oberflächen, Bilder usw.« (Ebd.) Beispielsweise unterstützt Farbe ein konzentriertes Arbeiten, wozu sich am besten Grün- und Blautöne eignen. Dahingegen können rote Töne die Arbeitenden zu stark biopsychologisch aktivieren und daher schneller ermüden (vgl. Mark 2009). Der optimalen Erfüllung von Arbeitsaufgaben helfen auch Pflanzen⁵⁰, Tiere oder Dekoartikel, die das gesamte Arbeitsumfeld präventiv ergänzen.

50 Pflanzliche Präparate haben allerdings auch in anderen Formen eine positive und präventive Wirkung gegen Stress und Burnout, was die Thematisierung heilender Wirkungen bei Heilpflanzen wie Rosenwurz (Mueller-Stahl 2018) oder Johanniskraut (Strack 2011) nahelegt.

3.5 Wellness-Zentren und Healing Architecture

Die Vergegenständlichung präventiver Rationalität lässt sich nicht nur anhand der Büroarchitektur beobachten, sondern auch an größeren Räumlichkeiten und Wohneinrichtungen. Besonders anschaulich wird dies an drei ineinander verwobenen Themen, und zwar an dem neuen Wellness-Konzept, an der etablierten Wohnpsychologie sowie an dem wachsenden Interesse an einer sog. *Healing Architecture*.

Die letzten Jahre zeugen von einer wachsenden Anzahl von Kurhäusern, Reha-Kliniken, Wellness-Zentren und anderen Rückzugs- und Rehabilitationsorten, die sich auf psychosomatische und psychotherapeutische Behandlungen konzentrieren. Solche Einrichtungen bieten ein breites Portfolio an Erholungsangeboten, das sich den wachsenden Ansprüchen ihrer Gäste anpassen muss: »Die Gäste möchten heute möglichst viel auf einmal: Sie wollen sich gut ernähren, mit Fitness Gesundheitsproblemen vorbeugen, wollen entspannen, sich bewegen, schön aussehen – und das alles in kurzer Zeit in angenehmer Umgebung.« (Vega GmbH 2018) Der Grund für diese Veränderung liegt nicht nur in der neuen Generation von Gästen und Patienten, die mit der Wellness-Kultur groß geworden sind, sondern auch in der Reaktion auf die wachsende Anzahl von Menschen mit psychischen Störungen, die mehr erwarten als nur eine Ausruhezeit.

»Seitdem Burnout eine diagnostizierbare Krankheit ist, hat sich auch das Bewusstsein im Umgang mit Stress geändert. Der schnelle Entspannungs-Fix im Spa-Urlaub lässt einen zwar runterkommen und Energie tanken, wer aber seinen Lebenswandel und vor allem seinen Umgang mit Stress nicht nachhaltig ändert, der läuft Gefahr, nach kurzer Zeit wieder am Erschöpfungsabgrund zu stehen.« (Petra 2018)

Der Wandel zum bewussteren Umgang mit sich selbst, mit der eigenen Gesundheit und mit den eingefahrenen Gewohnheiten gipfelt im Bereich Wellness im Konzept der sog. *Healing Hotels*. Es handelt sich dabei um Einrichtungen, die auf eine langfristige, nachhaltige und ökologische Weise versuchen, den hohen Ansprüchen ihrer Gäste zu entsprechen und dabei Anreize für eine tiefgreifende Lebensveränderung anzubieten. Zudem verbinden sie zwei Grundbedürfnisse, und zwar die Aufrechterhaltung des hohen Leistungsniveaus und die sehr stark individualisierte Forderung nach Erholung: »Einerseits machten Wellness schon die alten Römer und ist heute aufgrund von Demografie, Burnout und einem steigenden Gesundheitsbewusstsein gefragter denn je, andererseits streben die Menschen durch Globalisierung und eine steigende Leistungsgesellschaft nach Individualität und private Rückzugsorte (Stichwort *Cocooning*).« (Luthardt 2018; vgl. auch Ahrens 2014)

Dank dem Fokus auf ganzheitliche Gesundheit und individuelle, maßgeschneiderte Beratung versuchen sie den psychischen Störungen durch die Stressreduk-

tion zu begegnen. Zu dem Erfolg des ganzheitlichen Gesundheitsangebots trägt in besonderer Weise die architektonische Gestaltung der Innen- und Außenräume bei. Was die Bauform angeht, ist sie »meist landesspezifisch geprägt und bettet sich in die Umgebung ein. Oft liegen die Häuser in einem Naturschutzgebiet oder einem großzügig angelegten Garten. Das Interieur ist individuell gestaltet unter Verwendung regionaltypischer Stoffe, Farben und Materialien.« (Healing Hotels of the World 2016: 7) Dadurch gewinnen die Räumlichkeiten eine möglichst nahe Verbindung zu der Umgebung und der Natur, womit ein Rückzug zur Natürlichkeit, Unberührtheit und beinahe zum Ursprung des Lebens simuliert werden soll. Als Effekt entsteht dabei eine Subjektform des Wellness-Gasts, welcher einen Neustart bzw. eine Neuorientierung in seinem Leben sucht, was den Bedürfnissen von Burnout-Betroffenen direkt entspricht (s. Teil *Neuorientierung* im Elementar-diskurs).

Allerdings widerspiegeln nicht nur neue Wellness-Einrichtungen den Einfluss präventiver Rationalität in der Architektur. Da sich die Menschen in ihren eigenen Wohnungen wohl und erholt fühlen möchten, haben sich sog. *wohnpsychologische* Konzepte durchgesetzt, die auf die unmittelbare Umgebung des Menschen und deren Bedeutung für sein Wohlbefinden hinweisen: »Die Wohnung war in der Vergangenheit erst ein Schutzraum, dann ein Ort der passiven Regeneration und sollte in Zukunft ein aktiver Kraft- und Gesundheitsquell sein.« (Fiedler 2014: 136) Diese Konzepte haben sich in der Wohnmedizin etabliert und beschäftigen sich mittlerweile besonders mit den Einflussfaktoren, die die Umgebung auf den physischen und psychischen Zustand des Menschen haben kann. Dies erweitert die präventive Aufgabe, indem negative sowie positive Einflüsse der Wohnumwelt identifiziert, ausgewertet und kategorisiert werden. Somit können Gesundheitsstörungen »verhütet und bekämpft sowie das Wohlbefinden und die Lebensqualität der Menschen erhalten und gesteigert werden.« (Journal Medizin 2018) Es wird angenommen, dass ein falsches Wohnumfeld »eine zusätzliche Belastung dar[stellt], die zusammen mit anderen Stressfaktoren zu körperlichen oder psychischen Problemen führen kann.« (Meyer 2016) Somit werden psychische Belastungen mit der architektonischen Umgebung in Zusammenhang gebracht. Indem wohnpsychologische Faktoren, wie »Gerüche, Temperaturen, Luftgeschwindigkeiten, Oberflächen, Geräusche und andere Faktoren, welche die Sinne ansprechen« (Hochschule OWL 2017) die psychische Gesundheit fördern oder bedrohen können, werden sie bei der Planung und dem Bau eines Wohnhauses sowie seiner Pflege und eventuellen Umgestaltung berücksichtigt. Nachgefragt wird vor allem die Qualität des Wohnens und der Erholung, die für ein leistungsbereites Leben von besonderer Bedeutung ist.

»Dass beispielsweise Burn-Out und Depressionen gleichsam zu neuen Volkskrankheiten geworden sind und im Gegenzug die ›Resilienz‹ vieler Menschen

zu sinken scheint, hat nicht bloß mit einer eventuellen Zunahme beruflicher und/oder privater Belastungen zu tun, sondern unter anderem auch damit, dass die meisten gängigen Wohnbauformen geringe ›Erholungsqualitäten‹ aufweisen. Sie sind vielfach kaum dazu geeignet, die eigenen ›inneren Batterien‹ wieder aufzuladen. Nicht selten generieren sie stattdessen sogar zusätzliche psychische Belastungen unterschiedlichster Art.« (Deinsberger-Deinsweger 2018 [Herv. i. O.]

Biopsychologische Effekte werden aus diesen Gründen immer deutlicher in der Gestaltung menschenfreundlicher Räume berücksichtigt, was in der Etablierung des Konzepts der *Healing Architecture* übernommen wurde. Mit einer heilenden Architektur stehen die Einflüsse gebauter Umwelt auf den Menschen und auf die Fähigkeit, seine Krankheiten zu heilen und vorzubeugen, im Fokus. So beziehen sich die zentralen Fragen dieses Konzepts auf die Aspekte der (psychischen) Gesundheit und ihrer Aufrechterhaltung bzw. Prävention: »Wie kann Architektur zur Heilung beitragen? Welchen Einfluss nimmt die gebaute und unbebaute Umwelt auf die Wahrnehmung des gesunden Menschen? Wie trägt ein positives Umfeld zum Erhalt der Gesundheit bei?« (Nickl-Weller 2014: 40) Durch den Blick auf das Umfeld, in dem der Mensch seine Tätigkeiten verrichtet und in dem er Rückzug und Erholung sucht, wird der Raum »zum wesentlichen Faktor des Genesungsprozesses.« (a.a.O.: 42) Die heutigen Architekturkonzepte befassen sich daher mit der Möglichkeit, durch die richtig gestalteten Räumlichkeiten die Genesungs- bzw. Heilungskräfte des Menschen zu aktivieren, was mit den Wünschen vieler Burnout-Betroffener einhergeht (s. Teil *Heilung* im Elementardiskurs). Einen besonderen Wert bekommen vor allem diejenigen Einrichtungen, die sich primär um Gesundheit und Wohlbefinden der Menschen bemühen. Anfangs wurden bereits Wellness-Zentren und Kurhäuser erwähnt, doch auch Krankenhäuser und insbesondere psychiatrische und psychosomatische Kliniken orientieren sich immer häufiger an dem Konzept der heilenden Architektur. Mit den architektonischen Verfeinerungen erzielen sie, wie die Architekten des *Bridgepoint Active Healthcare* Klinikum in Toronto, ein Gefühl der Natürlichkeit und Geborgenheit. Der Mensch soll die Klinik nicht als eine öffentliche Institution wahrnehmen, sondern vielmehr als ein komfortables, angenehmes und wohltuendes Milieu, als eines, das ein ideales Zuhause anbietet, in dem Intimität gelebt werden kann (vgl. ArchDaily 2015). Mit Blick auf die Prävention psychischer Störungen, in diesem Fall einer tertiären Prävention von Burnout und Depression, sind die architektonischen Veränderungen besonders geeignet in dem Bemühen, mehr Licht und weniger Lärm in die Innenräume zu bekommen. Das Zentrum für Psychiatrie des Universitätskrankenhauses in Leuven (*Universitair Psychiatrisch Centrum KU Leuven*) hat bei dem Aufbau viel Aufmerksamkeit der richtigen Auswahl an Materialien und Stoffen gewidmet, um den Lärm zu absorbieren und einen akustisch angenehmen Raum zu schaffen, wozu Akustikdecken und Lochziegel verwendet

wurden (vgl. ArchDaily 2017). Demgegenüber setzte die psychiatrische Klinik im dänischen Vejle (*Psykiatrisk Afdeling Vejle*) auf die besonderen Auswirkungen der Lichttherapie auf die Gesundheit von Patienten. Dies wurde durch einen gezielten Einbau von größeren Fenstern in Kombination mit genügend künstlichem Licht erreicht. Auch die Innenräume wurden durch Glaswände getrennt, damit das natürliche Licht so weit wie möglich ausstrahlen kann. Die ganztägige Lichttherapie wurde damit auf alle Stationen im Krankenhaus verlagert und soll für eine entspannte Erholung, Schlafunterstützung, Vorbeugung von Depression und Bewahrung eines natürlichen Tagesrhythmus für Patienten und Mitarbeiter der Klinik sorgen (vgl. ArchDaily 2018). Durch die Entfernung von allen Elementen, die die Lichttherapie hindern könnten, entsteht ein Komplex mit gläsernen Fassaden, transparenten Klinikstationen und Erholungsorten. Solche architektonische Lösung widerspiegelt nicht nur das Bemühen, die bestmöglichen Bedingungen für eine schnelle Rehabilitation zu schaffen, sondern auch das Ziel präventiver Maßnahmen, das in mehr Transparenz, Durchsichtigkeit und Offenheit besteht. Je mehr die Betroffenen, und alle, dem Burnout vorbeugen möchten, ihr Leben mit anderen teilen – so die Idee –, desto größer wird die Chance auf eine erfolgreiche Heilung.

Einen etwas anderen Blick auf die Anwendung heilender Architektur haben die Architekten Shusaku Arawaka und Madeleine Gins mit ihrem *Hindernis-Haus* geworfen. Die Idee hinter diesem Konzept besteht darin, Hindernisse in den Wohnraum einzubauen, damit die Einwohner durch Anstrengung geistlich und körperlich fit und gesund bleiben (vgl. Reversible Destiny 2018). In ihren *Reversible Destiny Lofts* sind die Räume und ihre Elemente daher unlogisch und ungewöhnlich geformt.

»Der Boden ist uneben gestaltet, sodass man sich beim Laufen konzentrieren muss. Enge Durchgänge zwingen zum Bücken, Beugen oder sogar Auf-dem-Bauch-Rutschen. Jeder Raum hat andere Formen, Winkel, Höhen. Um Dinge zu verstauen, gibt es keine Schränke, sondern an der Decke hängende Haken. Diese Art von ›Stress‹ soll vor allem bei älteren Menschen dem geistigen und körperlichen Niedergang entgegenwirken. Zudem sind in jeder Wohnung Elemente wie z.B. Leitern für Sport- und Dehnübungen eingebaut.« (Allplan Deutschland GmbH 2018 [Herv. i. O.]

Ein solcherart gestalteter Raum fordert Konzentration und Anstrengung, stresst den Körper und wirkt gegen die Ermüdung, die durch Gewohnheiten und eingefahrene Lebensweisen entsteht. Damit wirkt die präventive Rationalität auf doppelte Weise, indem sie zum Umbau des Wohnraums auffordert und gleichzeitig darin den Stress *präventiv* integriert.

3.6 Zwischenfazit

Die kritische Analyse von Objektivationen und Vergegenständlichungen hat mehrfache Hinweise zur Deutung des Präventionsdispositivs geliefert. Wie die Analysen nahelegen, wird die Prävention von Burnout als eine Notwendigkeit dargestellt, denn Burnout stellt – indem er sich auf individueller sowie auf gesellschaftlicher Ebene schädlich auswirkt – ein doppeltes Risiko dar. In dieser Hinsicht helfen die materialisierten Formen präventiver Rationalität, vor allem kleinere Geräte und Wearables, die psychische Gesundheit als eine handhabbare Angelegenheit zu problematisieren. Außerdem fließt durch ihre Verwendung das Verständnis von Leistungsoptimierung als einer alltäglichen Aufgabe in die gesellschaftlichen Diskurse und präsentiert die Prävention psychischer Störungen als eine natürliche und selbstevidente Sache.

Des Weiteren tritt im Dienst dieser Prävention der Körper als das beste Instrument auf. Er kann jederzeit beobachtet, ausgewertet und optimiert werden, womit er einen direkten Einfluss auf das psychische Wohlbefinden nimmt. Damit stellt sich die Frage, wie mit dem Körper als dem individuellen Erfolgsfaktor umgegangen wird und durch welche Mechanismen der Zugang zu seiner Steuerung und Verbesserung ermöglicht wird.

Auch die architektonische Gestaltung von Räumen und Räumlichkeiten favorisiert eine Umgebung, die sich wohltuend auf den Geist und den Körper des Individuums auswirkt. Dabei werden die Arbeitsräume anhand des ergonomischen Konzepts sowie anhand der Idee der entspannten Wachheit gestaltet und verlagern damit die Verantwortung für Leistungsfähigkeit auf die Individuen und auf ihren Umgang mit sich selbst.

Zusätzlich dazu werden Wohnräume, ebenso wie öffentliche Institutionen und Versammlungsorte, zu Objektivationen präventiver Rationalität. Sie werden nämlich zum Zweck des neoliberalen Präventionsdispositivs eingesetzt, um die Vermeidung von psychischen Störungen wie Burnout-Syndrom zu erzielen und damit die Aufrechterhaltung leistungsorientierter und produktionsoptimierender Lebensweisen zu fördern. Dabei hilft auch die Wellness-Industrie nicht mehr, »eine Ökologie der eigenen Ressourcen zu betreiben, im Gegenteil, sie ist selbst Teil eines unaufhaltsamen Steigerungszirkels, in dem alles auf Scheitern und einen Erschöpfungszustand zuläuft.« (Keupp 2010b: 16)

4 Subjektivation/Subjektivierung

Das folgende Kapitel befasst sich mit dem nächsten Teil der Dispositivanalyse, der Subjektivation/Subjektivierung, die durch präventive Rationalität entsteht. Es verortet anfangs die theoretische Ausgangslage der Argumentation und zeigt, in

welchem Zusammenhang zum Dispositiv der Teil Subjektivierung/Subjektivierung steht. Als nächstes weist es auf analytische und methodologische Vorkehrungen hin, die in die Arbeit eingeflossen sind. Es folgen dann zwei Teile, die sich den *Praktiken der Subjektivierung* einerseits und den *Prozessen der Subjektivierung* andererseits widmen. Ihr Verhältnis zueinander wird in dem letzten Teil diskutiert und um einige Entwürfe von Widerstandspotentialen der Subjekte ergänzt.

Theoretische Konzeptualisierung

Die Dispositivanalyse wird aus kritischer Perspektive um das Problem der Subjektivierung ergänzt (vgl. Bührmann & Schneider 2012). Mit dem Subjekt wird hier eine *quasi-freiwillige* Übernahme eines Selbstverhältnisses verstanden, bei der die Individuen als spezifische Subjekte adressiert bzw. angerufen werden und auf diesen Ruf mit dem entsprechenden Verhalten, Denken und Fühlen antworten. Dabei besteht der ideologische Macht-Effekt darin, dass die Individuen die Praktiken ihrer Subjektivierung »als auch die darin enthaltenen Bedeutungen und Subjektpositionen für ›offensichtlich‹ und ›selbstverständlich‹ halten.« (Hirsland & Schneider 2001: 383 [Herv. i. O.]) Das Problem der Subjektivierung stellt sich in dem folgenden Kapitel auf doppelte Weise.

- Zum einen beziehen sich Dispositive als Regierungsensemble auf Subjekte als auf diejenigen, über die und von denen Macht ausgeübt wird. Im Dispositiv erscheinen einige Subjekte als disponierende Subjekte mit Machtbefugnissen. Diese Subjektivität des Disponierenden, d.h. »des Verfügenden über das Dispositiv, des Strategen, des Mächtigen« (Link 2007: 220) unterscheidet sich von der Subjektivität des Disponierten, über den verfügt wird und der die gegensätzliche Rolle »des Manipulierten, militärisch gesprochen des Soldaten« (ebd.) einnimmt. Wie das Dispositiv die einen und die anderen Subjektmodi erteilt, offenbart erst die Strukturierung der Machtverhältnisse, die zahlreichen weiteren Kopplungstendenzen folgen (vgl. Link 2007: 234ff). Außerdem können die Beziehungen zwischen dem Disponierenden und dem Disponierten wechseln, indem die Disponierten Widerstand leisten oder aber indem die Disponierenden die Rolle der Disponierten einnehmen, um später eine hegemoniale Struktur zu vertiefen und weiter disponierend zu wirken (vgl. ebd.). Das Dispositiv als ein strategisches Feld kann daher durch den Zugang zu seiner Kontrolle bzw. durch die Bestimmung seiner Steuerungsoptionen beherrscht und bestimmt werden.
- Zum anderen unterliegen beide Subjektmodi den Prozessen der Subjektformierung (weiter als *Subjektivierung*) und der Subjektivierungsweise (weiter als *Subjektivierung*). Bei dem ersten Prozess werden die jeweiligen Subjektpositionen produziert, formiert und gesellschaftlich legitimiert. Die so prozessierte

Subjektformierung beschreibt Andrea Bührmann als die Art und Weise, »wie Menschen auf einer normativ programmatischen Ebene über bestimmte Praktiken oder Programme lernen sollen, sich selbst und andere wahrzunehmen, zu erleben und zu deuten.« (Bührmann 2012: 146) Bei dem zweiten Prozess findet eine Einverleibung statt, in der sich die Subjekte in den gesellschaftlich produzierten und formierten Subjektmodus hineinfühlen und ihn als natürliche Erscheinung in ihre Denk-, Handlungs- und Lebensweise übernehmen. Die sodann entstandene Subjektivierungsweise beschreibt, »wie Menschen sich selbst und andere auf einer empirisch faktischen Ebene wahrnehmen, erleben und deuten.« (Bührmann 2007: 642) Mit Blick auf diese Perspektive zielt also die Subjekt-Frage »sowohl auf die diskursiv vermittelten Subjektformierungen und -positionierungen als auch auf die umfassenden Subjektivierungsweisen als (mehr oder weniger institutionalisierte) Praktiken der Selbst-Verständnisse und die diese zum Ausdruck bringenden Verhaltensweisen.« (Bührmann & Schneider 2012: 71) Diese Distinktion ist insofern von Bedeutung, als sie die Aufmerksamkeit auf die Möglichkeiten eines widerständigen Verhaltens richtet. Die Individuen im Dispositiv können das normativ vermittelte Wissen als den angebrachten Verhaltensmodus akzeptieren, oder aber sich dagegen wehren um ein »widerständiges« Selbst-Verständnis und Selbst-Verhältnis zu entwickeln und darzustellen, welches als Subjektivierungsweise wiederum von den vorherrschenden dispositiven Bedingungen her zu verstehen ist.« (ebd. [Herv. i. O.]

Mit der oben dargestellten doppelten Perspektive werden auch die Ergebnisse der empirischen Analyse betrachtet. Die Analyse der Subjektivierung soll demnach einerseits zeigen, wie sich die Subjektivation auf programmatischer Ebene vollzieht und inwiefern bei den Subjekten auch eine Subjektivierung, d.h. eine Verinnerlichung der Subjektivation stattfindet, und andererseits hinterfragen, wer im Dispositiv über die Steuerungsoptionen verfügt und wer von diesem Zugang zur *Klaviatur* ausgeschlossen ist.

Methodologischer Vorgang

Auch bei den methodologischen Vorkehrungen haben vor allem Andrea Bührmann und Werner Schneider wichtige Hinweise zum Erforschen der Subjektivierungsprozesse im Dispositiv geliefert. Mit Blick auf die Elemente der Dispositivanalyse schlagen sie vor, in den diskursiven Formationen nach den entsprechenden Vorgaben zur Subjektivation zu suchen, wohingegen die nicht-diskursiven Praktiken Informationen zur Subjektivierung enthalten können. Ihrer Meinung nach sind es gerade diese Praktiken, die

»– zu einem gegebenen historischen Zeitpunkt – insbesondere ›nicht mehr‹ Gegenstand diskursiver (Konstruktions-)Prozesse sind. In solchen Praktiken haben sich Diskurse bzw. die entsprechenden Wissens Elemente möglicherweise soweit sedimentiert, dass als unhinterfragbare Selbstverständlichkeiten nichts mehr expliziert zu werden braucht und/oder als ein habitualisiertes, ›in Fleisch und Blut‹ übergegangenes ›*Know How To Do*‹ nicht (mehr) expliziert werden kann und gerade darin deren Subjektivations-/Subjektivierungseffekt liegt. Hier – in einem Tun, in dem man gleichsam als Selbst aufgeht, ein Tun, das man einfach ›ist‹ – lässt sich das eigene Selbst erleben, leiblich spüren, körperlich erfahren und auf eine Art und Weise deuten, in der die Qualität der Konstruktion des Selbst durch das Selbst gleichsam ›völlig verschwindet.‹ (Bühmann & Schneider 2012: 100 [Herv. i. O.]

Demnach werden die Prozesse der Subjektivation in der Analyse der zwei Diskurse – des Spezialdiskurses wie des Interdiskurses – beobachtet. Die Prozesse der Subjektivierung werden sich hingegen an den nicht-diskursiven Praktiken orientieren sowie an den Ergebnissen der Elementardiskursanalyse. Gerade die Analyse des Elementardiskurses, in dem die Burnout-Betroffenen ihre Erfahrungen mit dem Burnout mitgeteilt und öffentlich gemacht haben, enthält zahlreiche Hinweise zu den Prozessen der Subjektivierung. Dabei gilt es zu beachten, dass diese Mitteilungen »gerade ›nicht‹ als Repräsentationen eines gelebten, erlebten und erzählten Lebens zu begreifen« (a.a.O.: 101 [Herv. i. O.]) sind, sondern eher als eine »situationsspezifische interaktive Produktion von Subjektivität« gelten (a.a.O.: 102). Das heißt, es soll nicht die Art und Weise dessen rekonstruiert werden, wie sich die Burnout-Betroffenen als Subjekte (implizit) darstellen, sondern was in ihren Handlungen, Erzählungen und Denkmustern auf eine einverlebte Subjektivität hinweist.

In ähnliche Richtung argumentieren auch Thomas Schäfer und Bettina Völter, die in ihrer von Foucault inspirierten Diskussion zu Subjekt-Positionen in der Biografieforschung zeigen, dass es bei dem Erzählen eigener Erfahrungen und Lebensgeschichten nicht um die Produktion von Wahrheit geht, »sondern vielmehr um die ›Erschaffung‹ des Subjekts, eines Selbstbildes, das als seine Wahrheit gilt.« (Schäfer & Völter 2005: 166 [Herv. i. O.]) Das Subjekt des Erzählens schafft seine Subjektivität aus dem diskursiven Wissen, das ihm zugänglich ist. Die durch die Sprache objektivierte Innenwelt kann es dann

»als ›Wahrheit über sich selbst‹ ›aneignen‹. Und zwar vor allem durch den mit der Erzählung verbundenen – und vom Gegenüber auch erwarteten – ›Authentizitäts- und Wahrheitsanspruch‹. Die Selbstdarstellung erscheint nämlich als die objektive Gestalt des Selbst, die zur Identifikation auffordert, mithin also – frei nach Louis Althusser – als ›Selbstanrufung des Subjekts‹ beschrieben werden kann.« (a.a.O.: 169 [Herv. i. O.]

Aus diesen Beobachtungen und anlehnend an Foucaults Verständnis diskursiver Wissensproduktion, werden im Folgenden die Subjektivations- und Subjektivierungsformen als Produkte diverser diskursiver Entwicklungen betrachtet. Die Autobiografien – hier die Selbsterfahrungsberichte von Burnout-Betroffenen – unterliegen einer »Vielfalt von subjektiven Handlungs- und Deutungsstrukturen bzw. von lebensgeschichtlichen oder biographischen Elementen und Diskursen [...], die punktuell ineinander fließen, strukturell, systematisch und regelhaft verbunden sein, die aber auch nebeneinander »unverbunden« existieren können.« (a.a.O.: 177 [Herv. i. O.]) Ergänzt im Weiteren um die Macht-Wissen-Perspektive der kritischen Ontologie der Gegenwart, die Foucault betrieben hat, erscheint dann »jede Form von Subjektivität als spezifische konkrete Aktualisierung einer möglichen Subjektivierung des Menschen in einem bestimmten historisch-konkreten Macht-Wissen-Komplex« (Bührmann 2012: 154) und tritt so »als Effekt des historisch-konkreten Zusammenspiels unterschiedlicher dispositiver, d.h. diskursiver und nicht-diskursiver Praktiken auf.« (Ebd.)

4.1 Praktiken der Subjektivation

Im Folgenden werden vier Praktiken der Subjektivation, d.h. einer programmatisch-normativen Produktion von Subjektmodi, präsentiert und die Aspekte des dadurch entstehenden Subjekts beschrieben. Die Überschriften benennen dabei die leitenden Themen, die die Subjektproduktion bestimmen.

4.1.1 Gefährdungsbewusstsein und Burnout-Programmatik

Schon der Blick auf den sozialen Wandel (s. Teil *Gesellschaftstheoretische Kontextualisierung*), welcher zur Problematisierung von Prävention beigetragen hat, legt nahe, dass das moderne Individuum aufgefordert ist, mit einem Risikokalkül zu leben. Das omniprésente Risikobewusstsein strukturiert die Handlungen und Denkweisen. Es fordert die Individuen zum Leben mit zahlreichen Optionen und Variationen auf, die ihm vorgeschlagen werden, für die jedoch keiner die Haftung übernehmen kann. Das Gelingen oder Misslingen hängt von einer erfolgreichen Kalkulation bestmöglicher Entscheidungen ab. Dieses Risikobewusstsein wird als diskursives Wissen hervorgebracht und vermittelt. Risiken existierten schon in früheren menschlichen Gesellschaften (vgl. Perthus 2016: 27), ihre politische Steuerungsfunktion haben sie allerdings erst mit der Durchsetzung liberaler und später neoliberaler Regierungsregime gewonnen (vgl. Mönch 2018). In diesen Regimen werden die Individuen als selbstverantwortliche und kalkulierbare Subjekte angesprochen, die sich selbstständig entscheiden können und daher vom Angebot an Entscheidungsräumen abhängig sind. Gerade die Herstellung dieser Freiheiten ließe sich als die effizienteste neoliberale Steuerungspraktik deuten.

Das gleiche gilt auch für die Subjektivationsprozesse des Präventionsdispositivs. Prävention tritt an die Subjekte als ein freies Angebot heran, sie wird weder zwanghaft gefordert noch mit Drohungen begleitet. Sie appelliert an das Risikobewusstsein der Individuen und fordert sie zum gesünderen Umgang mit sich selbst auf. Mit ihm gehen nämlich die Versprechungen einher, dass das Arbeits- wie Privatleben dadurch entlastender, einfacher und wohltuender sein wird. Damit knüpft Prävention an das in der Moderne erzeugte Risikobewusstsein an und ergänzt es nicht nur durch die Problematisierung äußerlicher Risiken – wie z.B. Naturkatastrophen, Kriege, Terrorismus, Migration, Cyberattacken usw. –, sondern auch durch die Problematisierung der eigenen Lebensweise, die, wenn sie nicht frühzeitig und umfangreich genug angepasst wird, zur Erschöpfung und zu einem dauerhaften Ausbrennen führen kann. Damit wird dem postmodernen Subjekt vermittelt, dass die Gefährdungen individuell sind und nur individuell beseitigt werden können. Das Subjekt muss seine volle Verantwortung nicht nur für das Geschehene, sondern auch für das *Noch-Nicht-Geschehene* übernehmen und schon jetzt dafür vorsorgen, dass ihm kein Schaden zugefügt wird. Mithin definiert also ein möglicher zukünftiger Ausgang der Dinge das heutige Benehmen und die momentanen Entscheidungen. Anders ausgedrückt, das Burnout ist im Leben vorprogrammiert und das Subjekt kann ihm nur durch eine angemessene, präventive Lebensweise entkommen.

4.1.2 Leistungslogik und Normalisierungsprozesse

Die neoliberale Regierungslogik bettet die Individuen in einen kontinuierlichen Leistungsdruck ein, in dem sie sich produktiv, effektiv und kreativ beweisen (vgl. Boltanski & Chiapello 2010: 20f) und in einem fortlaufenden Arbeitsmarathon Schritt halten sollen (vgl. Ebner 2018: 199). Die Arbeit transformiert das Leben, und nicht umgekehrt. Daher müssen die Individuen ihre Arbeitschancen ständig optimieren, mit ihren Eigenschaften, Qualifikationen, Erfahrungen und Kompetenzen auf dem Arbeitsmarkt verhandeln und eine entsprechende Balance zwischen Arbeit und Leben finden, die von der ersteren stillschweigend abhängt. Die Struktur der Leistungslogik definiert Arbeitssubjekte gleichzeitig als Träger der und Empfänger von Leistung (und Prävention). Die eingeleiteten Präventionsstrategien bedürfen einer aktiven Mitwirkung und Mitbeteiligung der Arbeitssubjekte. Sie sind designt für sie und bedürfen doch ihrer Kooperation. Sie tragen zu ihrem Wohlbefinden bei, doch nur dann, wenn das Wohlbefinden auch bei den Arbeitssubjekten ein anerkannter Wert ist. Man kann ihnen nicht entkommen, doch ohne Mitwirkung können sie auch nicht vollständig angewendet und also erfolgreich werden. Sie verhalten sich so, als ob es die Subjekte selbst wären, die sie ersehnt und erbeten haben und erscheinen mit aller Selbstverständlichkeit

als die richtige Entscheidung zu richtiger Zeit. Diese simulierte Wichtigkeit der Prävention verbindet sich mit den Leistungsansprüchen in mehrfacher Weise:

- Zum einen werden die Subjekte durch ein omnipräsentes Gefährdungsbewusstsein zur kontinuierlichen Beobachtung aufgefordert. Als Experten in eigener Sache müssen sie ihr Arbeitsumfeld überprüfen und optimieren, ihre Arbeitsweise einem entsprechenden Leistungstempo anpassen, das nicht bedrohlich ist und doch einen angemessenen Arbeitsanteil fordert, und ihre Verbesserungsversuche weiter kommunizieren und den neuesten Kenntnissen angleichen.
- Das heißt im Weiteren, dass ein passives Verhalten als Bedrohung (dis-)qualifiziert wird. Wer sich der aktiven Vorbeugung nicht anschließt, der gefährdet nicht nur sich selbst, sondern fügt den Schaden seinem Unternehmen, seiner Organisation, seiner Familie, Kommune usw. zu. Denn die Leistung wird durch Teamarbeit besser und nachhaltiger. Ein passives, nicht vorbeugendes Verhalten infiziert das Team und senkt das Leistungspotential. Die Dualität der aktiven und passiven Lebensweise normalisiert die Arbeitsverhältnisse entlang der selbstorgenden Prämisse. Normal wird dann, sich um sich selbst zu sorgen, die Gesundheit zu schützen, das Team zu stärken und damit zur effektiveren Leistung beizutragen. Dagegen werden diejenigen, die sich anders als präventiv um sich selbst sorgen möchten, die andere Werte auf die Tagesordnung legen und die ihr Leben nach anderen Maßstäben ausrichten möchten – und daher sich dem Leistungsdruck widersetzen oder ihn disqualifizieren – als Versager, d.h. als Anormale signiert. Dann braucht das ausgebrannte Subjekt in seinem Versagen Verständnis, die *noch-nicht-ausgebrannten* Subjekte bedürfen dagegen präventiver Unterstützung.
- Außerdem verbindet sich in der forcierten Sorge um sich die eigene Lebenswelt mit der Welt der Arbeit. Indem das Subjekt um sich selbst sorgt, trägt es zum Erreichen der gesetzten Ziele bei und steigert die Leistungskapazitäten des Unternehmens. Das Einsetzen eigener Kräfte und Potentiale für wirtschaftliche Zwecke wird belohnt, im Geldwert wie im Eigenwert. Dadurch wird eine Subjektform aufgerufen, die bereit ist, das eigene Leben in Abhängigkeit zur Arbeit zu stellen. Nur wer seine Lebensumstände, seinen Lebensstil und seine Lebensqualität den Arbeitsanforderungen anpasst, der kann nützlich, nachgefragt und erfolgreich sein.

4.1.3 Immanenz und Totalität der Prävention

Die präventive Subjektform wird still, unbemerkt und immanent in den Alltag, in alle Handlungen und in die Körper integriert. Wie die Analyse des Interdiskurses offenbarte, erstrecken sich die präventiven Maßnahmen auf alle möglichen Ge-

biere der Arbeitsprozesse und betreffen in gleicher Weise die Beschäftigten, die Führungskräfte wie das Aufsichtspersonal. Das Paket an Präventionsmaßnahmen wird als eine unentbehrliche Zutat des modernen Unternehmens verkündet und kaum eine Organisation würde der Priorität der Gesundheit ihrer Mitarbeiter widersprechen. Neben den effektiven Führungsweisen und transparenter Kommunikation werden Prävention und Gesundheitsmanagement zu zentralen Erfolgsfaktoren. Die Durchführung einer Gefährdungsbeurteilung, das Verbreiten guter Praktiken und das Durchdenken möglicher Risiken schon bei der Planung neuer Arbeitseinheiten totalisieren die Wirkung präventiver Rationalität. Sie wird nicht nur in die Kalkulation notwendiger Entscheidungen integriert, sondern bestimmt die Kalkulation an sich, indem sie den Fokus auf den nachhaltigen Erfolg, auf das Erhalten einer gesunden Belegschaft legt. Das heißt, dass sie damit die präventiven Subjektformen im Vorfeld anvisiert und ihre Handlungsmacht und -räume bereits vor ihrem Auftreten organisiert.

Zu der immanenten Etablierung präventiver Subjektform verhilft ein ganzes Ensemble an diskursiven (Ratgeberliteratur, Selbsterfahrungsberichte usw.), materiellen (architektonische Einrichtungen, ergonomische Gestaltung von Arbeitsräumen usw.) wie praktischen (Entspannungsübungen, Empfehlungen zur sicheren Arbeitsweise usw.) Elementen. Solche Elemente durchdringen den Alltag, indem sie sich an existierende Handlungen und Tätigkeiten binden und diese auf präventive Weise umwandeln. So wird die tägliche Büroarbeit zum Training gesunder Lebensweise, die sportliche Aktivität zum Erhalt des bisherigen Leistungstempos und das Wohnen zu Hause zum Wohnen am Erholungsort. Durch eine solche Transformation werden den Individuen präventive Subjektformen durch den Umweg vermittelt. Das heißt nicht als Zwang, Aufforderung oder Gebot von einer Außenseite – dem Arbeitgeber, der Ärztin, den Behörden – sondern durch die täglich erlebte und sedimentierte Wirklichkeit, die keine Fragen aufwirft und nicht unter Verdacht steht.

Noch impliziter wird allerdings die präventive Subjektform durch Denken, Emotionen und Körper vermittelt. Sie vereinnahmt das Individuum durch seine Geständnisse, sein affektives Leben und seinen nackten Körper – seine bloße Existenz. Indem das Individuum als selbstverantwortliches und strikt singuläres Subjekt klassifiziert und angesprochen wird, bemüht sich die präventive Rationalität seine Existenz im ganzen Ausmaß zu umfassen. Dabei wird den ausgebrannten Subjekten unterstellt, dass sie ihr Leben als Ganzes betrachten müssen, denn sie müssen es als Ganzes auch ändern. Affekte, Denkweisen und Körper sind miteinander verbunden und ergeben ein Konglomerat, das mithilfe diagnostischer Verfahren, richtiger Umstellung und aktiver Fürsorge zielgerichtet funktionieren kann. Alle drei Bestandteile werden so zum Gegenstand der Untersuchung, Beobachtung und Rekonvaleszenz. Das Individuum wird mithin als Ganzes, in seiner Totalität subjektiviert.

4.1.4 Produktion illusorischer Selbstpraxis

Mit der Produktion präventiver Subjektform wird schließlich eine illusorische Selbstbeziehung erzeugt. Den arbeitenden Individuen wird von den Arbeitsforschern zunehmend eine interessierte Selbstgefährdung gar *Selbstausbeutung* (vgl. Brenner 2012: 240) diagnostiziert. Das heißt, dass sie nicht imstande sind, ihre eigenen Arbeits- und Lebensweisen zu überblicken und zu bestimmen. Sie verlieren die Kontrolle über ihr Verhalten und geraten in Müdigkeit, Erschöpfung und Burnout. Sie werden als unfähig angesehen, sich selbst wahrzunehmen und rechtzeitig gegenzusteuern. Daher wird es immer wichtiger, diesen Arbeitstypus in die Arbeitsprozesse zu integrieren. Es geht nicht darum, den Beschäftigten von der Arbeit abzuraten, sondern ihnen passende Möglichkeiten anzubieten, damit sie sich nicht übernehmen und trotzdem eifrig weiterarbeiten können. Damit werden die Subjekte zu einer illusorischen Beziehung zu sich selbst angeleitet.

Diese Beziehung wird durch die neoliberale Regierungsweise bekräftigt, die den Individuen Freiheitsräume anbietet, in denen sie sich realisieren und ihre Leistungspotentiale weiter ausbauen können. Die neoliberale Regierungsweise wird um die präventive Rationalität insofern ergänzt, als die letztere eine Form des unkontrollierbaren Subjekts produziert. Die Burnout-Betroffenen werden als diejenigen angesehen, die nicht fähig sind, Kontrolle über sich selbst dauerhaft zu erhalten und vorzusehen, zu welchen Risiken und Gefährdungen ihre Arbeits- und Lebensstile führen können. Die Prävention tritt daher als Korrelat dieses Missverhältnisses auf und bietet den Subjekten Hilfe bei ihren individuellen Entscheidungen. Die Freiheitsräume sind zu groß, die Leistungsmöglichkeiten zu anspruchsvoll und die Versprechungen eines gelungenen Lebens zu umfangreich, als das sich das Individuum aus eigenen Kräften verwirklichen könnte. Daher werden Freiheiten angeboten, die gegen ein kontrollierbares, präventives Leben wieder abgegeben werden, es werden hohe Leistungen gefordert und wieder auf ein passendes Niveau gebracht und dosiert, große Versprechungen werden gemacht und doch wieder gegen ein paar standardisierte Lebensentwürfe eingetauscht. Die hier beobachtete illusorische Beziehung zu sich selbst drückt sich in Jenny Holzers Binsenwahrheit *Protect me from what I want* aus.

4.2 Prozesse der Subjektivierung

Die folgenden Analysen veranschaulichen vier Thematiken, die die Ausgangslage für die Herausbildung von Subjektivität – hier der gelebten Beziehung zu sich selbst – darstellen. Sie beziehen sich auf die Analysen des Elementardiskurses und fokussieren auf die Aspekte der Subjektivierungsform, die darin erkennbar wird.

4.2.1 Selbstresponsibilisierung und Individualisierung von Burnout

Wie die Analyse des Elementardiskurses veranschaulicht hat, übernahm die Mehrzahl der Burnout-Betroffenen die Verantwortung für die Burnout-Entstehung auf sich selbst. Das Burnout haben sie als *ihr* Burnout definiert, als eine zu ihnen zugehörige, persönliche Erfahrung. *Sie* wurden betroffen, *ihnen* wurde ein Schaden zugefügt. So haben die Betroffenen das Burnout nicht nur privatisiert, sondern auch jeglichen äußeren Einfluss in seiner Entstehung relativiert. Höchstens waren die Arbeitsbedingungen und sonstige Lebensumstände Auslöser der Ermüdung bzw. haben das Burnout nur beschleunigt oder (endlich) ans Tageslicht gebracht. Die tatsächliche, d.h. nicht nur von den Betroffenen geäußerte Übernahme der Selbstverantwortung, hat allerdings in dem Moment stattgefunden, wo sie nicht mehr als eine bloße diskursive Aussage erschien, sondern in Form eines Geständnisses (im veröffentlichten Buch, Blog oder Video), einer Selbstprüfung (in der schriftlichen Auseinandersetzung mit sich selbst) oder einer Lebensumstellung (durch Veränderung der Lebensverhältnisse – Arbeit, Familie/Partnerschaft, Wohnort usw.) vollzogen wurde. Damit wurde die von den ausgebrannten Subjekten proklamierte Selbstverantwortung auch wirklich übernommen und verinnerlicht.

Die Übernahme der Selbstverantwortung koinzidiert mit dem Versuch, die gesellschaftlichen Probleme als individuelles Versagen umzudeuten. Demnach wird auch das Burnout nicht als ein gesellschaftlich verursachtes, durch neoliberale Zwangsstrukturen und prekäre Arbeitsverhältnisse ausgelöstes Problem dargestellt, sondern als ein in der persönlichen Biografie vorprogrammiertes und durch gefährdende Lebensweise induziertes Versagen beschrieben. Die Betroffenen beschreiben ihre Lebenswege, suchen nach Fallstricken und möglichen Auslösern, diskutieren ihre Missgeschick und deuten ihre Entscheidungen in der Hoffnung, den roten Faden, an dessen Ende die Ermüdung und das Burnout warteten, zu rekonstruieren. So ist das Burnout dem individuellen Leben inhärent. Es kann ausbrechen, nivelliert werden, neu erscheinen, vorgebeugt oder diagnostiziert werden. Als sich selbst definierende, ausgebrannte Subjekte beobachten die Betroffenen ihre Lebensperioden wie Fotografien im Bildbetrachter und versuchen, eine einheitliche Konzeption von sich selbst herzustellen, ein Bild, in dem Burnout platziert und in die Lebensgeschichte integriert werden kann.

4.2.2 Leistungs- und Umdeutungsprozesse

Die Auswirkungen der Selbstverantwortung und Individualisierung von Burnout lassen sich am deutlichsten in dem Versuch erkennen, das Burnout als Teil des Lebens und mithin als eine Normalerscheinung zu identifizieren. Indem die Betroffenen mit ihrem Burnout konfrontiert sind und also selbst die Lösung finden müssen, beginnt die notwendige Akzeptanz der Tatsache, dass sie ein Problem haben. Der zeitliche, finanzielle, rechtliche und partnerschaftliche oder familiäre Druck

raubt alle Kraftreserven, die noch übriggeblieben sind und fordert eine schnelle Reaktion, die allerdings nicht kommen kann. Die Betroffenen erleben sich dann in einer doppelten Anforderung: ihre bisherigen Leistungen aufrechtzuerhalten bzw. auf ein ausreichendes Niveau herunterzuschrauben und zusätzlich eine Lebensumstellung vorzunehmen und dadurch der Verschlimmerung der bisherigen Lage zu entkommen. Beide Aktivitäten fordern Leistung und führen zu einer zweifachen Bewegung – einer Leistung an sich und einer Leistung für die anderen. In dieser Überforderung – einem Moment vor dem Ausbrechen des Burnouts, in dem die Betroffenen sich selbst gefährdet sehen und notwendige Schritte unternehmen möchten – offenbart sich ihre besondere Verletzlichkeit und das Bedürfnis nach Hilfe. Hier fallen präventive Maßnahmen auf einen fruchtbaren Boden mit der Aufgabe, den Zustand der doppelten Überforderung zu stabilisieren, ihn zu mildern und auf Dauer festzuhalten. Das heißt, dass sie beides, das erhöhte Leistungstempo und die zusätzliche Leistung der Lebensumstellung, nie zu ihrer Vollendung, nämlich der totalen Erschöpfung oder der neuen Lebensweise, kommen lassen, sondern stets *im Kommen*, im Prozess, halten. Die dadurch produzierte Sehnsucht setzt die Subjekte unter Druck, indem sie Leistungspotentiale vorstellt, die nicht erreicht werden können, und Hilfeinstrumente anbietet, mit denen sie die unerreichbaren Potentiale erreichen sollen. Dank dieses Machtmechanismus lernen die Subjekte ihre Frustrationstoleranz zu verbessern, um Zynismus, Streit und Widerstand zu verhindern. All diese Begleiterscheinungen beschreiben und erleben die Burnout-Betroffenen und müssen sie im Geiste der *affektiven Gouvernementalität* in die Arbeitsverhältnisse und ihre Gefühlsregeln einbetten (vgl. Penz & Sauer 2016: 217). Die Frustration selbst wird als ein wünschenswertes Kapital vermarktet, weshalb sie positiv erscheint und mit ihr, paradoxerweise, auch das Burnout.⁵¹ So haben manche Betroffenen eine positive Einstellung zum Burnout entwickelt und ihn zum persönlichen Fortschritt und Erfolg erhoben, womit sie *freiwillig* die Subjektivität eines ausgebrannten Individuums reproduzieren und vertiefen.

4.2.3 Beherrschung von Körper und Lebenszeit

Nach der akuten Phase der Ermüdung kommt die Phase der Neuausrichtung und Genesung. Hier setzt die Prävention in dem Sinne an, als sie sich bemüht, das Neuauftreten des Burnouts zu vermeiden. Burnout zieht nämlich das Individuum in eine Spirale hinein, die sich zwischen Absichtslosigkeit und Stabilisierung erstreckt und sich mal nach oben, fortschrittlich, mal nach unten, rückfällig, entwickelt (vgl. Wenninger 2015: 121). Das dauerhafte Balancieren zwischen diesen zwei Zuständen erfordert viel Konzentration und Selbstbemeisterungskunst. Die Betroffenen lernen ihre Gefühle, Denkweisen und Körper zu überprüfen und achtsamer auf sie zu

51 Davon zeugen auch die Titel der Monografien von manchen Burnout-Betroffenen, wie z.B. *Burnout, eine Botschaft meiner Seele*, *Der Weg zu meinem Blau* oder *Durchlebe Deinen Burn-out*.

hören.⁵² Dabei werden die Körper als die effektivsten Lerninstrumente angesehen. Der Körper wird nicht nur als ein Heilinstrument gepriesen – was viele Betroffene unter Verweis auf Selbstheilungskräfte belegen –, sondern auch als eine Plattform gedacht, auf der verschiedene Praktiken angewendet, beobachtet und ausgewertet werden können. Er wird zum Ort der Intervention und gleichzeitig zum Zeichen und Prestigesymbol neoliberaler Maximierungskunst. Darin entdecken die Betroffenen ihre Chancen zum Neubeginn und können sich in Selbstdisziplin und Gehorsam trainieren.

Dazu kommt, dass das Burnout zwar als psychische Störung klassifiziert wird, doch dank dem psychosomatischen Paradigma als durch den Körper heil- bzw. präventierbar dargestellt wird. Das heißt im Weiteren, dass die Individuen ihren Körper selbst subjektivieren bzw. ihre eigenen Subjektivitäten herstellen können, je nachdem welches Verbesserungsangebot sie aus dem Paket an Körpertrainings, Fitness-, Joga- oder Meditationsübungen aussuchen. Der Körper wird von ihnen instrumentalisiert und gezwungen, sich auf das gewünschte Leistungs-, Schönheits- und Gesundheitsniveau einzulassen. Er wird zwar als mit der Seele verbunden gesehen, doch tatsächlich separat behandelt als ein Objekt, das die Kondition sichern und eine Gefährdung signalisieren kann. Er wird zum Marktmerkmal eines erfolgreichen neoliberalen Subjekts, zu seinem verwertbaren Kapital. Die Burnout-Betroffenen übernehmen und reproduzieren diese Subjektform auf der Suche nach einem stabilen und dauerhaften Leben und in der Sorge um eine gefahrungslose Lebensweise. Als Konsequenz werden die Subjekte zu einer lebenslangen und möglichst frühen Körperfürsorge angeleitet, denn diese sichert nicht nur eine gute Gesundheit, sondern auch eine längere Produktions- und Leistungsfähigkeit. Hier wird die ganze Zeitspanne des Individuums präventiert, von der pränatalen Phase bis zur Prävention eines frühzeitigen Tods (vgl. Beck-Gernsheim 1996).

4.2.4 Selbst- statt Gesellschaftsprüfung

Als letztes Merkmal der hier beobachteten Subjektivität ließe sich die Selbstreferenz bezeichnen. In der Praxis des Schreibens und der eigenen Überprüfung hinterlassen die Burnout-Betroffenen Hinweise auf ihre eigene Selbstwahrnehmung. Aus dieser folgt, dass ihre Berichte zuerst als ein Heilungsinstrument funktionieren. Die Variabilität der Berichte reicht von kleinen Anekdoten aus der Kindheit, Geschichten aus dem Familienleben, nie geäußerten Wünschen und Sehnsüchten bis zu Gesprächen mit Gott, dem Universum und sich selbst. Die Mehrheit der Berichte wird als ein Selbstgespräch konzipiert, d.h. als ein Versuch, mit sich selbst und mit seinem Inneren ins Gespräch zu kommen. Bei dieser Art des Schreibens

52 Initiativen wie *slow-food* oder *slow-sex* bestätigen diesen gesamtgesellschaftlichen Trend zur Achtsamkeit und Körperwahrnehmung (vgl. Hardering & Wagner 2018).

erstreckt sich auf dem Bildschirm oder Blatt Papier das Leben, wie es von den Betroffenen gesehen und wahrgenommen wird. Die Kreation dieser Lebensgeschichten verknüpft sich im gleichen Zug mit einer Wahrheitsprüfung. Indem die Betroffenen ihr Leben in seinem Verlauf skizzieren und versuchen, darin die Antworten auf ihre quälenden Fragen zu finden, richten sie sich mit ihren Vorwürfen, Zweifeln, Ärger und Wut auf sich selbst. Dabei können Familienmitglieder, Ärzten und Experten als Gesprächspartner auftauchen, doch die Auseinandersetzung mit den eigenen Erfahrungen nehmen letzten Endes die Betroffenen auf sich selbst.

Dementsprechend bleiben die Subjekte mit ihren Antworten und Wahrheiten, die sie über sich selbst erfahren, allein. Indem sich die Wahrheitsprüfung in dem Subjekt selbst abspielt, kann sie keinen gesellschaftlichen Anspruch erheben, sondern bleibt eine individuelle Angelegenheit, die je nach Fall variieren kann, doch gesellschaftlich grenzwertig und irrelevant bleibt. Eine dauerhafte Auseinandersetzung mit sich selbst, die die präventive Rationalität fordert, kapselt das Subjekt in sich selbst ab und lässt es in seiner Eigenwelt leben, ohne den Anreiz, sich mit den allgemeineren und globaleren Fragestellungen zu befassen. Diese Anbindung an sich selbst und die Suche nach Wahrheit über die eigene Lebenskrise führen dazu, dass das Subjekt für sich als ein Referenzpunkt erscheint. In den abschließenden und zusammenfassenden Bemerkungen deuten die Betroffenen darauf hin, dass sie mit sich selbst ein neues, anderes Leben angefangen haben. Keiner von den Betroffenen hat den Anspruch erhoben, die gesellschaftlichen Verhältnisse, die existierenden institutionellen Arrangements oder die wirkenden diskursiven Wahrheiten und Machtverhältnisse zu hinterfragen oder zu ändern. Die Prävention verschiebt daher den Blick nach innen, in das Innere des Subjekts, und also weg von den gesamtgesellschaftlichen Strukturen, die sie hervorgebracht haben – und wieder abschaffen können.

4.3 Disponierend oder disponiert?

Das Präventionsdispositiv ähnelt einem umkämpften Feld, auf dem verschiedene Gruppen von Akteuren um Vorherrschaft ringen. Jene, die das Dispositiv bestimmen, also von ihm mit Macht ausgestattet sind, handeln als *Disponierende*. Andere, die in das Dispositiv miteinbezogen sind, es jedoch nicht ändern oder modifizieren können, weil sie dazu die notwendigen Machtbefugnisse nicht haben, werden als *Disponierte* behandelt. Dabei sind diese beiden Gruppen symbolische Subjektmodi, die von den Individuen mehr oder weniger unbewusst übernommen und umgesetzt werden (können). Auch bestehen unter ihnen produktive Machtverhältnisse, die instabil, reversibel und asymmetrisch verteilt und aufgebaut sind. In diesen Verhältnissen stellen beide Subjektmodi Machteffekte und verbindende Elemente des Präventionsdispositivs dar (vgl. Foucault [1976] 2001: 45). Diese Machtstrukturen können sich über eine fortdauernde und kritisch unreflektierte Periode stabi-

lisieren und ihre Wirkungen entfalten. In diesem Sinne vermittelt das Dispositiv den Individuen ein alltagsweltlich relevantes Wissen, »das sie dazu bringen kann, sich auf ›normale‹ und ›nützliche‹ Weise (entsprechend der ›gesellschaftlichen Situation‹, so wie sie diese ›für-wahr-nehmen‹ und erfahren) zu sich selbst und zur Welt um sie herum zu verhalten.« (Bührmann & Schneider 2012: 71 [Herv. i. O.]) In solcher Situation verlaufen die Machtverhältnisse unter den Disponierenden und Disponierten auf scheinbar natürliche Weise. Demgegenüber zeugen Akte von Widerstand und Resistenz von einem Unbehagen, das sich bei den Subjekten – hier den Disponierten – breit macht und sie dazu befähigt, »sich gegen diese ihnen zugeschriebenen Positionierungen und normativen Skripts der Normalität und Eingepasstheit zu wenden und so ein ›widerständiges‹ Selbst-Verständnis und Selbst-Verhältnis zu entwickeln und darzustellen.« (ebd. [Herv. i. O.]

4.3.1 Macht-Wissens-Nexus

Vor dem Hintergrund der oben entwickelten Perspektive auf das Präventionsdispositiv eröffnen sich einige kritischen Fragenstellungen: Wer wird durch das Präventionsdispositiv ermächtigt und wer wiederum entmächtigt? Wem schreibt es Handlungsmöglichkeiten zu und wen stattet es mit Regeln und Einschränkungen aus? Wer kann in ihm freiwillig agieren und wer erscheint optionslos? Welche Widerstandsmöglichkeiten werden von ihm vordefiniert? Mit welchen Drohungen und Sanktionen ist der Widerstand verbunden? Wie die bisherigen Analysen zeigten, setzt das Präventionsdispositiv auf die Eigeninitiative und Selbstverantwortung der Subjekte. Es regiert nicht durch Direktiven oder Gewalt, sondern umschreibt die eigene (psychische) Gesundheit als eine Wertmarke, die gegen Erfolg und Überlebenschancen ausgetauscht werden kann. Dadurch fällt eine eindeutige Einteilung der Subjekte in Disponierende und Disponierte eher schwer, denn alle Subjekte werden zur lebenslangen Selbstsorge angeleitet. Erst ein näherer Blick auf die Wissens- und Machtverteilung offenbart die existierenden Herrschaftsstrukturen und Verteilungsprozesse. Zum einen legitimiert das Dispositiv diejenigen, die über das notwendige Wissen zur angemessenen Burnout-Prävention verfügen und es weitergeben: Lebensberater, Coaches, Ratgeber, wissenschaftliche Experten, Arbeitsforscher, Psychologen, Therapeuten, Aufsichtspersonal und all diejenigen, die dazu befähigt sind, das Burnout zu *verstehen*, zu verhindern und zu heilen. Zum anderen weist das Dispositiv Rollen und Positionen denjenigen zu, die dieses Wissens bedürfen und um deren Gesundheit gekämpft wird: Beschäftigte und Führungskräfte, Sportler, erziehende Mütter und Väter, Arbeitslose, Freiberufler und also alle neoliberalen Selbstunternehmer.

Die Wissensproduktion und -konsumption verbinden sich im Weiteren mit der Verteilung von Machtpositionen. Die Therapeuten führen die Ausgebrannten zum besseren Umgang mit sich selbst, das Aufsichtspersonal definiert und im-

plementiert präventive Maßnahmen des betrieblichen Gesundheitsmanagements, denen die Beschäftigten wie die Führungskräfte folgen sollen, die Coaches und Lebensberater entwerfen Lebensvorschläge, auf die die ratlosen Burnout-Betroffenen zugreifen. Indem Burnout quer durch alle sozialen Schichten diagnostiziert wird, verlaufen auch die Machtbeziehungen durch unterschiedliche gesellschaftliche Ebenen. So kann eine hochrangige Managementkraft eine Hilfe beim nächstliegenden Therapeuten suchen und eine bekannte Politikerin in ihrer lokalen Selbsthilfegruppe um Rat bitten. Die Wissensproduktion hängt nicht ultimativ mit der Spezialisierung und dem Expertenwissen zusammen, sondern was in einer ausweglosen Situation zählt, sind konkrete und womöglich schnelle Ergebnisse. Zusätzlich dazu kommt, dass die Präventionsmöglichkeiten an das Individuum und seine originelle Biografie gebunden sind, so dass es keine universalen Lösungen geben kann und jeder Betroffene kann aus den Ratschlägen nur ein mehr oder weniger homogenes Bild herstellen. Dies wirft die Frage auf, wie und nach welchen Regeln die Machtverhältnisse stratifiziert werden. Wenn nicht die soziale Klassenzugehörigkeit oder der Bildungs- und Arbeitsstatus die entscheidenden Faktoren sind, anhand derer das Dispositiv disponierende oder disponierte Subjektmodi verteilt, was dann? Die Antwort lässt sich zum Teil mit der Frage verbinden, wer überhaupt in der Lage ist, das Entstehen und Fortschreiben des Dispositivs zu beeinflussen. Mit anderen Worten, wer kann mit seinem Wissen und seiner Machtposition – die immer auch selbst veränderbar ist – die präventive Rationalität bestimmen, sie widerlegen, kritisieren, unakzeptabel oder illegitim machen?

Dadurch, dass sich diese Rationalität nicht nur an das wissenschaftlich produzierte Wissen bindet, sondern zu ihrer Fest- und Fortsetzung immer auch individuelle Erfahrung mit Burnout braucht, tauchen die Burnout-Betroffenen – als selbst imaginierte Subjekte oder als bewusst inszenierende Subjekte – in Rolle von Experten in eigener Sache und daher als Produzenten des Präventionsdiskurses auf. In gleicher Weise nehmen Führungskräfte eine besondere Rolle an, indem sie sich einerseits als Teil des betrieblichen Gesundheitsmanagements erfahren und seinen Vorgaben unterliegen, und andererseits eine Vorbildfunktion für ihre Beschäftigten erfüllen und mit ihrer Selbstbemeisterung für den Unternehmenserfolg haften. Beide Gruppen verdeutlichen, wie wechselbar und instabil die Grenzlinie zwischen der disponierenden und disponierten Subjektivität ist – beide, Burnout-Betroffene und Führungskräfte, können als eine der beiden Subjektivitäten wirken – und welche Einfluss- und Widerstandsoptionen ihnen zur Verfügung stehen (können).

4.4 Umdeutungs- und Widerstandspotentiale

Um die möglichen Umdeutungs- und Widerstandspotentiale skizzieren zu können, wird im Folgenden eine vergleichende Analyse der zwei obengenannten

Gruppen – einer Führungskraft und einer Burnout-Betroffenen – anhand von zwei Textpassagen – *In der Stadtverwaltung* und *In der Klinik* – vorgenommen. Die Textpassage zu der Führungskraft – als Beispiel einer Subjektivation, d.h. eines auf einer programmatischen Ebene hervorgebrachten Subjektmodus – wurde illustrierend zur Beschreibung des Burnout-Syndroms und seiner Prävention in einem Ratgeberbuch präsentiert (Wiessmann 2016). Die Textpassage zu der Burnout-Betroffenen – als Beispiel einer Subjektivierung, d.h. eines gelebten und gefühlten Subjektmodus – wurde aus einem Selbsterfahrungsbericht entnommen, in dem die Betroffene ein Gespräch in der psychosomatischen Klinik wiedergibt (Yvette 2008). Die Analyse dieser zwei Subjektmodi veranschaulicht, wo die Lücken zur Umdeutung des Präventionsdispositivs und seiner Wissens- und Machtmechanismen vorzufinden sind. Dazu werden sieben Widerstandsmöglichkeiten näher herausgearbeitet.

Burnout-Zuweisung zurückweisen

In der Stadtverwaltung ...

»Habe ich ein Burnout?, fragt sich Herr Wald-Frieden immer öfter, der sich in letzter Zeit unendlich müde und erschöpft fühlt. Aber eigentlich ist es ihm ziemlich egal, was er hat. Er hat fast das ganze Wochenende verschlafen und ihm graut vor Montag. Dann muss es wieder ins Hamsterrad: Besprechungen ohne Ende, Termine ohne Ende, E-Mails ohne Ende, Telefonate ohne Ende ...« (Wiessmann 2016: 98)

In der psychosomatischen Klinik ...

»Was kann ich für Sie tun?«

›Wo soll ich bloß anfangen?«

Du Pasquier bemerkte mein Dilemma rasch.

›Sie erzählten mir am Telefon, dass Sie schon lange starke Ohren- und Kopfschmerzen haben. Haben Sie diese noch?«

›Ja, leider. Immer wenn ich mich unter Druck fühle, tut es mir unheimlich weh. Und bis heute, konnte mir kein Arzt weiterhelfen. Und, ich fühle mich so müde und ausgelaugt. Irgendwie habe ich das Gefühl, meinen Lebensantrieb verloren zu haben.« Ich schilderte ihr auch meine zurückgezogene Lebensweise und das Gefühl mich in einer Art Abwärtsspirale zu befinden. Du Pasquier erkannte sofort was mich wirklich quälte und brachte es auf den Punkt.

›Was denken Sie, brachte Sie zum Ausgebranntsein?«

›Ich weiß es nicht, vielleicht die Liebe zum Beruf. Möglicherweise auch mein Hang zum Perfektionismus. Oder, dass ich mir kaum Zeit zum Erholen gönne. Ich weiss nur eines mit Bestimmtheit: Ich fühle mich leer, kaputt und freudlos. Es ist, als wäre

ich mir fremd. Ich kann mich kaum konzentrieren, bin oft zynisch und manchmal sogar aggressiv. Vor kurzem schrie ich einen Kunden grundlos an. Was ist bloß mit mir los?« (Yvette 2008: 15f)

In beiden Texten wurde den Subjekten das Burnout-Syndrom zugewiesen. Dem Herrn Wald-Frieden als eine Frage an sich selbst, Yvette als eine zutreffende ärztliche Diagnose. Burnout scheint daher eine Option unter vielen zu sein, die entweder durch Selbsthinterfragung oder durch externe Hilfe das eigene Leben bestimmen und definieren soll. Weder in dem einen noch in dem anderen Text bleibt die Frage offen, woher diese Zuweisung, diese Selbst- bzw. Fremddefinition überhaupt stammt und warum sie als eine Subjektform auftaucht. Wie kam es dazu, dass Burnout als ein mögliches Thema auftaucht? Als ein Thema im Leben von Herrn Wald-Frieden und Yvette? Das Thematisieren seelischer und körperlicher Befindlichkeiten, und mithin auch die Bestimmung eigener Identität wurde beiden aus den Händen genommen. Diesem Schritt kann begegnet werden, indem die Burnout-Zuweisung *zurückgewiesen* wird. Damit wird nicht eine schlichte Verdrängung eines existierenden Gefühls von Ohnmacht und Erschöpfung gemeint, sondern vielmehr eine Bereitschaft, die Entscheidungsbefugnis über das eigene Leben den diskursiv hervorgebrachten Kategorien wie *Burnout-Syndrom* und den darauf aufbauenden Machttechnologien nicht abgeben zu wollen.

Arbeit als Selbstverwirklichungsort verwerten

In der Stadtverwaltung ...

»Anfangs war Herr Wald-Frieden von der Beförderung zum Abteilungsleiter wie berauscht. Seit Jahren wartete er auf diesen Tag und nun war es endlich soweit. Endlich konnte er mitgestalten, seine Pläne und Ideen umsetzen, Neuerungen vornehmen, die Arbeit vereinfachen, die Mitarbeiter mitziehen. Voller Elan stürzte er sich in die Arbeit. Überstunden waren überhaupt kein Thema, selbst am Wochenende brütete er über möglichen Verbesserungen für die Abteilung und entwarf Schreiben an den Dezernenten.« (Wiessmann 2016: 99)

In der psychosomatischen Klinik ...

»Was machen Sie eigentlich beruflich?«

Mit zittriger Stimme fasste ich meine biographischen Eckdaten zusammen.

»Seit sieben Jahren bin ich selbstständig im Kunstbereich tätig. Das heißt, ich male Kunstbilder und vermarkte sie gleichzeitig. Mir war von Anfang an bewusst, nur mit dem Produzieren ist es nicht getan. Also überlegte ich mir ein Konzept, wie ich als

Kunstmalerin einen lukrativen Umsatz erzielen könnte. Und so gründete ich meine erste Firma.«

›Interessant, was für Bilder malen Sie?‹

›Ich mache mit Acrylfarbe und Sand moderne, abstrakte und surrealistische Leinwandkunstwerke.«

Mich fröstelte es. Und obwohl in mir das bare Chaos herrschte, versuchte ich mich der Ärztin mitzuteilen. Deshalb fuhr ich fort:

›Ich wusste schon immer, dass ich mich einmal selbstständig machen würde. Und das Malen war stets mein größtes Hobby. Als ich dann eine Zeit lang im Außendienst arbeitete, lernte ich viel dazu, vor allem was Werbung und Marketing anbelangt. Und so stellte ich in meiner Freizeit ein Konzept zusammen und wartete auf einen günstigen Zeitpunkt, um meine eigene Firma zu gründen. Nach einem Jahr war es dann soweit. Seitdem lebe ich von meiner Kunst. Darauf bin ich sehr stolz, denn ich betrachte es nicht als selbstverständlich, ist Kunst doch ein Luxusartikel.«

(Yvette 2008: 16f)

Sowohl im ersten als auch im zweiten Text wird Arbeit ins Zentrum der Diskussion gestellt. Arbeitsverhältnisse und -umstände scheinen ein immenses Volumen an Lebenszeit einzunehmen und fordern viel Kraft und Konzentration. Moderne Arbeitsverhältnisse haben es geschafft, das Leben in Arbeits- und Freizeiten zu teilen und, dementsprechend, den Lebenserfolg an der angemessenen Balance zwischen Arbeit und Erholung, Beruf und Hobby, Leistung und Entspannung zu messen. Doch zunehmend zeigt sich, »dass die private Lebenswelt von Beschäftigten relevant auch für die Arbeitswelt ist, insofern dort zum einen für die Erwerbsarbeit relevante Kompetenzen entwickelt werden, und zum anderen aber auch produktiv verwertbare Ressourcen mobilisiert und in die Erwerbsarbeit eingespeist werden sollen (vgl. Jürgens 2009: 60).« (Mönch 2018: 304f) In dieser Kunst der Selbstbemeisterung kommt der Arbeit eine leitende Funktion zu. Das Burnout wird nämlich als Ergebnis prekärer Arbeit präsentiert und sein (Nicht-)Erscheinen in Abhängigkeit zur Arbeit gestellt. Das heißt, dass die Selbstverwirklichung am Arbeitsort stattfindet und dort definiert wird. Daher greifen auch die Schutz- und Präventionsmaßnahmen gerade dort an, wo die Selbstverwirklichung bestimmt und vollzogen wird. Den Ort der Selbstverwirklichung zu ändern und ihn nicht von der Arbeit abhängig zu machen, würde dann heißen, die Prävention und die damit einhergehende Steigerung und Optimierung von Potentialen moderner Subjekte bloßzustellen und ihre Erfolgsverheißungen zu blamieren.

Affekte als Ergebnisse sozialer Hegemonien entschlüsseln

In der Stadtverwaltung ...

»... doch sein 60-Stunden-Pensum im Bürgeramt plus die Wochenendarbeit forderten ihren Tribut. Herr Wald-Frieden verlor an Gewicht, fühlte sich schlapp und schlief am späten Nachmittag manchmal fast am Schreibtisch ein, bemühte sich aber, dass niemand, vor allem nicht seine Mitarbeiter, das mitbekam. Die Gefahr war gering, da um 18:00 Uhr sowieso niemand mehr im Büro war. Aber auch die Kollegen in den anderen Abteilungen sollten nicht mitbekommen, dass er zunehmend Schwierigkeiten hatte, seine Aufgaben zu bewältigen.« (Wiessmann 2016: 100)

In der psychosomatischen Klinik ...

»Eine zentrale Frage war, wie gewinne ich Kunden? Denn ich wollte ja nicht in meinem Atelier warten, um irgendeinmal entdeckt zu werden. Also kam ich auf die Idee, nicht nur Private für meine Kunst zu gewinnen, sondern auch Firmen. Mein Gefühl sagte mir, dass dies mein persönliches Erfolgsrezept sein könnte. Folglich akquirierte ich täglich intensiv. Heute ist mir bewusst, dass mich diese Tätigkeit kaputt gemacht hat.«

Traurig dachte ich daran, wie ich mir einen Erfolg nach dem anderen abverlangt hatte. Ich versuchte dieses plötzliche Gefühl der Trauer nicht zu zeigen und sprach weiter:

»Dank meiner Willenskraft hielt ich das enorme Tempo über Jahre hinweg durch. Denn mir war bewusst, dass ich vor allem durch das hartnäckige Akquirieren Erfolg hatte. Im Grunde genommen machte ich es auch gerne. Ich sprühte vor Energie. Aber eben, ich konnte nicht mehr aufhören zu arbeiten. Mein Verhalten glich einer Sucht.«

Du Pasquier nickte bekräftigend.

»Dennoch ignorierte ich die zunehmende Kraftlosigkeit. Stattdessen ging ich mit erhöhtem Engagement durch den Tag.« (Yvette 2008: 17f)

In den obigen Textabschnitten problematisieren Herr Wald-Frieden und Yvette ihre Affekte. Das Schamgefühl wegen längeren Arbeitszeiten und die Traurigkeit wegen strengem Umgang mit sich selbst scheinen beiden Akteuren nicht gesellschaftlich legitimiert zu sein. Sie dürfen nicht öffentlich gezeigt werden, obwohl sie vor sich selbst gelebt werden. Und die Art und Weise, wie sie ausgedrückt, gelebt und wahrgenommen werden, widerspiegelt wiederum komplexe Hierarchie- und Herrschaftsmechanismen. Schamgefühl und Selbstleid erscheinen zu unterschiedlichen Zeiten und in unterschiedlichen Gesellschaften anders und bleiben daher ein sedimentiertes Resultat und Abdruck der umgebenden sozialen Welt (vgl.

Eribon [2013] 2017: 38). Das eigene Verbot, sie zu zeigen, gibt das heutige gesellschaftlich sanktionierte Verbot ihrer Äußerung wieder. Sich für Überstunden zu schämen und überhöhtes Engagement zu bereuen weist auf eine maßvolle Disziplin, die sich Grenzen setzt und nicht übertreibt, hin. Arbeiten muss man auch morgen und übermorgen, daher gilt es, das Tempo optimal zu halten, um nachhaltig Ergebnisse zu produzieren. Dem Präventionsdispositiv zu widerstehen würde heißen, die Gefühle wie Erschöpfung und Ohnmacht als Ergebnisse gesellschaftlicher Machtverhältnisse zu betrachten und zu hinterfragen, welche Nützlichkeit sie aus dem ausgebrannten Subjekt durch die Aktivierung solcher Gefühle ziehen.

Eigenes Unbehagen als Gesellschaftsindikator wahrnehmen

In der Stadtverwaltung ...

»Herr Wald-Frieden distanzierte sich immer mehr von seinen ambitionierten Plänen, das Bürgerbüro umzukrempeln. Immer häufiger blieb seine Tür verschlossen und selbst auf Klopfen seiner Mitarbeiter reagierte er oft nicht mehr. Und wenn, reagierte er barsch und ungehalten auf Fragen und erging sich in Spott, wenn ihm die Frage als selbst beantwortbar erschien. Auch über die Unfähigkeit der Kollegen aus den Abteilungen lästerte er offen vor seinen Mitarbeitern.« (Wiessmann 2016: 101f)

In der psychosomatischen Klinik ...

»Irgendwie fällt es mir schwer darüber zu reden, doch kurz darauf gründete ich noch eine Firma.«

Die Ärztin kam nicht mehr aus dem Staunen heraus.

»Okay, und um was für eine Firma handelte es sich da?«

»Um Grafik-Design und Werbung.«

»Es kommt mir vor, als wären Sie ein Kraftwerk auf zwei Beinen. Eine Maschinerie mit Turbogetriebe«, sagte Du Pasquier.

»Ich weiß, doch ich wäre nie auf den Gedanken gekommen, dass es ein Ding der Unmöglichkeit ist, allem gerecht zu werden. Ich wollte es einfach schaffen.«

»Und, ist es Ihnen gelungen?«, konfrontierte mich Du Pasquier.

»Nein.« Was hätte ich da noch ergänzen können. Die Antwort war klar. Ich hatte meine hohen Anforderungen an mich selbst nicht erfüllt. Eigentlich hätte mir dies längst bewusst sein sollen, denn zum Beispiel Telefonieren konnte ich schon seit geraumer Zeit nicht mehr. Bereits das Klingeln löste in mir Angst aus und schnürte mir die Kehle zu. Darum war auch mein Telefonbeantworter sieben Tage die Woche vierundzwanzig Stunden in Betrieb. Weder für mein persönliches noch für mein berufliches Leben war das gut. Aber es war mir egal. Ich befand mich bereits im Stadium des Vor-mich-hin-vegetierens und nicht mehr im wahren Leben. Als ich Du

Pasquier das alles berichtet hatte, wollte sie wissen, ob ich mich nicht einsam fühle. »Aber natürlich, dieses Verhalten hat mich auf geradem Weg in die Einsamkeit geführt. Und trotzdem dachte ich immer, irgendwie geht es schon. Tatsächlich habe ich es ja auch lange Jahre geschafft.« (Yvette 2008: 19f)

Psychische Störungen wie Burnout-Syndrom werden gesellschaftlich als individuelle Angelegenheiten betrachtet. Die Individuen sind nicht nur Träger dieser Störungen, sondern auch diejenigen, die Hilfe brauchen und für die präventiv gesorgt werden muss. Wie die obigen Texte nahelegen, gehört zum Burnout-Syndrom auch eine gesellschaftliche Distanzierung und ein Gefühl der Einsamkeit. Die ausgebrannten Subjekte bleiben mit ihren Anliegen allein und die Gesellschaft kann ihnen höchstens Hilfsmittel und therapeutische Gespräche anbieten. Der erfahrene Rückzug pointiert allerdings eine allgemeine Verschiebung. Da diese Individuen immer auch Teil und Fundament der Gesellschaft sind, gehört das Burnout-Syndrom zu der letzteren genauso konkret, wie zu jedem der betroffenen Individuen. Mehr noch, es ließe sich als ein Indikator der gegenwärtigen gesellschaftlichen Entwicklung diagnostizieren. Statt Individuen mit Burnout und etlichen anderen psychischen Störungen zu signieren, wäre es nicht weniger wichtig, das Burnout der modernen Leistungsgesellschaft zu problematisieren, die die eigenen strukturellen und institutionellen Mängel als individuelles Versagen umdeutet. Die gesellschaftliche Re-Definition des Burnouts, die die Betroffenen in ihren Händen haben, vollzieht sich als ein Umdeutungsprozess zunächst bei ihnen selbst.

Potentiale des Selbsterkennens nicht vordefinieren lassen

In der Stadtverwaltung ...

»Herr Wald-Frieden fiel schon als Kind durch seine Hyperaktivität auf: Wenn er sich etwas in den Kopf gesetzt hatte, wollte er das auch erreichen. Er war sehr phantasievoll, gleichzeitig aber auch wie alle phantasievollen Menschen sehr sensibel, sodass er mit Ablehnungen seiner Ideen schlecht umgehen konnte.« (Wiessmann 2016: 103)

In der psychosomatischen Klinik ...

»An was denken Sie? Sie machen auf mich einen unglücklichen Eindruck?«
Ich blickte sie lange an. Erst nach ein paar Minuten konnte ich meine Gefühle in Worte fassen:
»Ja, was macht mich unglücklich. Mein Zustand. Dass ich meinen Zerfall nicht früher wahrgenommen habe und vor allem, dass ich mir nichts, aber auch gar nichts Gu-

tes gönne. Immer nur arbeiten, um erfolgreich zu sein. Bingo. Darauf kann ich nicht stolz sein. Nein, das kann nicht mein Leben sein. Und auch nicht meine Zukunft.«
 Diese Gedanken machten mich extrem traurig und ich fing wieder an zu weinen. Mit dieser Erkenntnis wurde mir eine allgemeine Problematik meines Lebens bewusst. Ich gestand mir zum ersten Mal meine Strenge mir selbst gegenüber ein. Mein Motto war offenbar, immer Geben und dabei nie an mich denken. Ich verstand plötzlich, dass ich mich all die Jahre selbst nicht respektiert hatte. Dabei wünschte ich mir doch so sehnlichst Respekt. Nur immer den der andern. Woher kam diese Rücksichtslosigkeit meinem Ich gegenüber? Würde ich je in der Lage sein, meinen Wünschen und Bedürfnissen Priorität einzuräumen?« (Yvette 2008: 21)

Im Rahmen therapeutischer Maßnahmen wird versucht, den Patienten einen Einblick in ihre Lebensweisen zu ermöglichen. Darin sollen sie die bisherige Lebensart erkennen und verstehen, die unterschiedlichen Lebensphasen betrachten und hervorstehende Momente ausdeuten. Mit diesem Betrachten und Problematisieren des bisherigen Lebens fängt eine Neuinterpretation an. Wie beide Textabschnitten nahelegen, spielen bei dieser Umdeutung und Neuinterpretation diejenigen Aspekte eine bedeutende Rolle, die Verbesserungspotentiale enthalten oder das gegenwärtige Verhalten erklären können. Gerade das Anleiten zum Stöbern im eigenen Leben, zur Suche nach Lücken und misslingendem Verhalten, ruft bei den Individuen ein Gefühl des mangelnden Selbsterkennens hervor. Dadurch werden die ausgebrannten Subjekte als diejenigen betrachtet, die mehr Zeit zur Selbsterkenntnis brauchen und einige leere Stellen haben, die ausgefüllt werden müssen. Aus diesem Selbstverständnis eines lückenhaften Subjekts, das den richtigen Umgang mit sich selbst nachholen muss, resultiert eine Machtverteilung und Stratifizierung der Subjekte in diejenigen, die mit sich selbst im Klaren sind und die andere coachen, begleiten, führen und sponsern können, und diejenigen, die mangelnde Erfahrung, unzureichende Fähigkeiten und unzulängliche Lebensweisen haben und die deshalb die angebotene Leitung benötigen. Darin, in der Absage an lückenloses Leben, liegen zahlreiche Widerstandspotentiale, die bei denjenigen Subjekten vorhanden sind, die ihre Lebensweisen nicht nach neoliberalen Steigerungs-, Leistungs-, Optimierungs- und Produktionsmaximen ausrichten möchten.

Erschöpfung zum Widerstand machen

In der Stadtverwaltung ...

»Eines Morgens konnte Herr Wald-Frieden nicht mehr aufstehen. Er war unfähig sich zu rühren, lag im Bett und konnte nur noch den Sekundenzeiger des Weckers beobachten: tack, tack, tack...« (Wiessmann 2016: 104)

In der psychosomatischen Klinik ...

»Während meiner schlimmsten Zeit, hatte ich mehrere Nervenzusammenbrüche. Ich weinte sehr viel und konnte nicht mehr klar denken. Dennoch durfte ich nicht aufgeben.«

»Warum nicht?«, erkundigte sich Du Pasquier erstaunt.

»Weil ich nicht so funktioniere. Ich hatte große Pläne, so auch die Eröffnung einer eigenen Galerie.«

»Sie hätten sich doch eine Pause gönnen können«, meinte Du Pasquier. Sie hatte vollkommen Recht. Doch damals hatte alles andere Vorrang. Ich bemerkte, wie Du Pasquier und ich in unsere eigenen Gedanken vertieft waren. Bis mir plötzlich wieder die Tränen kamen. Betroffen sagte ich:

»Heute weiß ich nicht mehr, wie ich all das geschafft habe. Anstatt mir eine Auszeit zu gönnen, habe ich ununterbrochen im selben Rhythmus weiter gearbeitet. Ich dachte an nichts anderes. Mir war diese Regelmäßigkeit vertraut und ich fand es trotz allem nicht wichtig, Änderungen vorzunehmen. Es dauerte nicht lange bis zum jeweils nächsten Zusammenbruch. Ich erinnere mich sehr gut an die Momente, in denen ich schluchzend in meiner Galerie saß. Ich befürchtete, meine Liebe zur Kreativität zu verlieren.« (Yvette 2008: 22)

In den obigen Darstellungen wird Erschöpfung als eine existenzielle Niederlage geschildert. Herr Wald-Frieden wird unfähig, sich zu bewegen, Yvette erlebt einen Zusammenbruch nach dem anderen. In beiden Fällen waren es die eigenen Anreize, die die Erschöpfung verursacht und bis zum Äußersten getrieben haben. Diese wird dabei körperlich erfahren und im Blick auf die Arbeitsunfähigkeit gedeutet. Erschöpft und arbeitsunfähig zu sein heißt, zu riskieren, sich selbst unterhalten und sichern zu können. Es heißt weiter, die Angewiesenheit zu akzeptieren und die Kontrolle über sich selbst für eine gewisse Zeit abzugeben. Genau hier setzt die präventive Rationalität an. Indem sie Bedrohungen entwirft und gefährdende Lebensentwicklungen proklamiert, hält sie die modernen Subjekte in einer kontinuierlichen Fürsorge und präventiver Selbstbeobachtung. Umgekehrt würde das Ausleben eines Erschöpfungszustands, das provozierende Nichts-Mehr-Können, Unbehagen seitens derer bewirken, die das Fortschreiten eines neoliberalen Regierungsregimes sichern. Erschöpfung als Widerstand, als eine kritische Selbsthaltung zivilen Ungehorsams anzusetzen bedeutet, die Grenzen der Leistungs- und mithin Demokratiegesellschaft zu offenbaren.

Die Beziehung zu sich selbst nach eigener Ästhetik ausleben

In der Stadtverwaltung ...

»Nach diesem Zusammenbruch ließ sich Herr Wald-Frieden in eine auf Burnout-Betroffene spezialisierte Klinik einweisen und blieb dort vier Wochen. Die Gespräche mit der Therapeutin und mit anderen Betroffenen zeigten ihm, wie unheilvoll sich seine Gedankenwelt auf seine Arbeits- und Lebensbewältigung ausgewirkt hat. Heute zieht er rechtzeitig die Reißleine und lässt lieber mal einen Vorgang unbearbeitet, wenn er merkt, es ist mal wieder so weit...« (Wiessmann 2016: 105)

In der psychosomatischen Klinik ...

»Um einen möglichen Weg zurück zur Normalität zu finden, riet mir Maja Du Pasquier, mein Leben schnellstens zu ändern. Dies hieß, einen klaren Rhythmus und eine Abwechslung in meinen Alltag zu bringen. Einen Ausgleich zwischen Ruhe und Aktivität sowie bewusste Entspannung und genügend Schlaf. Natürlich waren diese behutsamen Bestimmungen so gar nicht nach meinen Vorstellungen, dennoch wollte ich gänzlich die Balance einer qualifizierten Seiltänzerin neu erlernen. Ohne Angst, ohne Schwindel, sondern mit viel Zeit und Geduld sollte meine Lebensfreude zu mir zurückkehren. Ich wusste, diese Gelassenheit wird für mich eine echte Herausforderung sein, denn bis anhin kämpfte ich um Siege anderer Art. Mein Herz war müde, sich ständig jagen zu lassen. Wie mir Du Pasquier versicherte, würde beim stetigen Üben wieder eine Aufführung in der Manege gelingen. Auf diesen Moment freute ich mich sehr. Da diese Vorstellung von verschiedenen Darbietungen geprägt sein würde, bot sie mir professionelle Hilfe an und wir vereinbarten eine ambulante Psycho- und Physiotherapie.« (Yvette 2008: 27)

Nachdem Burnout diagnostiziert und der Modus eines ausgebrannten Subjekts übernommen wurde, fängt eine komplexe Neuausrichtung und ein anstrengendes Erlernen neuer Fähigkeiten und präventiver Kompetenzen an. Vor diese Herausforderungen gestellt, formieren sich die Subjekte als neue und *bewusstere* Individuen. Sie liefern sich völlig der ambulanten Hilfe oder der begleitenden Unterstützung aus in der Hoffnung, den bevorstehenden Jahren des Lebens mit weniger Stress und mehr Lebensfreude zu begegnen. In diesem Prozess der Ausbildung bzw. Umdeutung der eigenen Beziehung zu sich selbst folgen sie den Empfehlungen und Ratschlägen, die für sie maßgeschneidert und personalisiert wurden. Damit übernehmen sie den vorherrschenden Diskurs, die darin enthaltene Regierungsrationalität sowie die dort wirkenden Machtmechanismen mit aller Selbstverständlichkeit und mit jeglichem Vertrauen. Sie naturalisieren und reproduzieren die präventive Rationalität, indem sie sie über sich walten lassen und sie als für sich nützlich

ansehen. Prävention bildet hier eine offene Tür, durch die alle Lebenssphären vereinnahmt, der gesamte Lebensstil umfasst und die zukünftige Lebensausrichtung bestimmt wird. Prävention kommt dem Betroffenen als eine willkommene und befreiende Hilfe entgegen, die in der Notlage nicht anders als positiv bewertet werden kann. Sie verheißt Befreiung aus den lästigen Niederlagen, aus der Unmöglichkeit, das eigene Leben nach selbst eingerichteten Maßstäben, d.h. nach eigener Ästhetik aufzubauen. Ein standardisiertes Denken, Handeln und Fühlen lassen sich regieren. Eine Ästhetik des Selbst kann trotzig, unnachgiebig, aufsässig und daher unregierbar sein. Die letztere zu pflegen würde heißen, die Macht über sich selbst (wieder) in die Hände zu nehmen.

4.5 Zwischenfazit

Wie die kritischen Analysen nahegelegt haben, weisen die Prozesse der Subjektivierung und der Subjektivierung einige ähnliche Merkmale auf. Beide Prozesse skizzieren das Leben der Betroffenen als eine kausale Entwicklung, die einen vorprogrammierten Fehler enthalten hat, welcher zum Ausbrennen geführt hat. Beide Prozesse betonen außerdem die Bedeutung einer ganzheitlichen Prävention, die alle Lebensbereiche und -phasen umfasst und sich des Subjekts in seiner Totalität bemächtigt.

Abgesehen von den Ähnlichkeiten, ergeben sich auch einige Unterschiede. So proklamieren die Subjektivierungsprozesse den Zusammenhang zwischen Gesundheit und Leistungsfähigkeit und profilieren sich als Schlüssel zum Erfolg der modernen Lebensweise. Dahingegen stilisieren die Subjektivierungsprozesse das Burnout als ein bedeutendes Ereignis, welches zur kardinalen Lebensumstellung vieler Betroffenen geführt hat und also positiv konnotiert werden kann. Des Weiteren erzeugen die Prozesse der Subjektivierung eine illusorische Beziehung zu sich selbst, d.h. einen selbst-bedrohenden Subjektmodus, der sich nach dem Schutz vor sich selbst sehnt und diesen von der Gesellschaft erwartet. Die Prozesse der Subjektivierung haben hingegen eine solche Selbstbeziehung nachgewiesen, in der die Betroffenen ausschließlich mit sich selbst befasst sind und daher taub für die gesamtgesellschaftlichen Anliegen bleiben.

Im Hinblick auf die Trennungslinie zwischen der disponierenden und der disponierten Subjektivität haben die Analysen gezeigt, dass der Zugang zur Änderung der präventiven dispositiven Ordnung nicht vordefiniert ist, sondern stets wechsel- und wandelbar bleibt. Am Vergleich einer Führungskraft (einer disponierenden Subjektivität) und einer Burnout-Betroffenen (einer disponierten Subjektivität) wurde deutlich, wie unbeständig und reversibel die zugewiesene und (un-)bewusst gelebte Subjektivität sein kann und wo sich Widerstandspotentiale auffinden lassen.

5 Gesellschaftstheoretische Kontextualisierung

Das Präventionsdispositiv ist in komplexe historische und soziale Zusammenhänge eingebettet. Es entfaltet und entwickelt sich im Rahmen vielfältiger gesellschaftlicher Wandlungen und Verhältnisse und kann daher nur durch ihre theoretische Rekonstruktion überhaupt greifbar und intelligibel gemacht werden. Konkret heißt das, im Rückgriff auf Bührmann und Schneider, »[d]ie empirischen Befunde zu Kontinuität und/oder Wandel der dispositivanalytisch untersuchten sozialen Phänomene [...] in einen (gesellschafts- bzw. gegenstands-)theoretischen Deutungskontext zu stellen.« (Bührmann & Schneider 2012: 106) Damit werden mehrere Aspekte der Dispositiventwicklung gleichzeitig gefordert.

- Zum einen wird danach gefragt, was die »historisch spezifischen Voraussetzungen für Dispositive [sind] und welche Folgen ergeben sich daraus für die (sich ändernden oder kontinuierenden) sozialen Beziehungen und Selbst-Verhältnisse von Menschen?« (a.a.O.: 105)
- Zum anderen soll »zeitdiagnostisch« Auskunft über die damit verbundenen Prozesse »sozialen Wandels« (a.a.O.: 106 [Herv. i. O.]) gegeben werden, d.h. das Dispositiv in seiner räumlich-zeitlichen Entfaltung zu positionieren.
- Schließlich, bezogen auf die Anforderungen einer an Foucault anlehnenen kritischen Analyse, gilt es das Dispositiv der Prävention »im Kontext historisch konkreter Herrschafts-/Machtformationen und Wissens(an-)ordnungen zu analysieren.« (a.a.O.: 107)

Zusammenfassend soll also die gesamtgesellschaftliche Kontextualisierung des Präventionsdispositivs aufzeigen, wie sich die sozialen Verhältnisse und die Selbst-Verhältnisse der Individuen, mithin ihre Subjektivierungsweisen, verändert und gesellschaftlich stabilisiert haben, in welchen zeitlich-räumlichen Anordnungen und sozialen Wandlungen sich das Präventionsdispositiv eingebettet und formiert hat, und welche Macht-Wissens-Komplexe mit seiner Entwicklung und Verbreitung entstanden sind.

Um auf die obengenannten Fragekomplexe antworten zu können, wird im Folgenden die Analyse der gesellschaftstheoretischen Kontextualisierung des Präventionsdispositivs anhand fünf Themenfelder – Demokratie, Arbeit, Gesundheit, Risiko, Sicherheit – bearbeitet. Die gewählten Themenfelder sollen das Untersuchen der gesellschaftlichen Kontexte und Diskurse rund um das Problem der Prävention und ihrer historischen Entwicklung und Verortung orientieren. Damit erfüllen sie die Funktion, die oft überlappenden und verschränkten Diskurse analytisch voneinander trennen zu können und dem kritischen Blick zugänglich zu machen. Außerdem wird im Anschluss an diese Themenfelder der Präventionsdispositiv in

seinem gesellschaftlichen Wandel diskutiert, um seine intendierte wie nicht-intendierte Folgen und (Neben)-Effekte aufzuzeigen.

5.1 Brüchige Demokratie

Das Präventionsdispositiv kann nur unter bestimmten, und zwar liberal-demokratischen Bedingungen entstehen. Der Grund dafür ist die notwendige Freiheit, die den Individuen garantiert werden muss und durch die sie sich an dem gesellschaftlichen Leben beteiligen und damit ihre Potentiale erweitern können. In den letzten Jahrzehnten erfährt das liberal-demokratische Regierungsmodell allerdings eine mehrdimensionale Krise. Das folgende Kapitel soll daher in drei Abschnitten aufzeigen, unter welchen gesellschaftlichen Umständen das Präventionsdispositiv entstehen konnte und welche Konsequenzen das wandelnde demokratische Verständnis für seine Untersuchung hat. Konkret werden im ersten Abschnitt die Facetten der demokratischen Krise umrissen. Im zweiten Abschnitt wird dann die analytische Trennung zwischen der Politik und dem Politischen diskutiert, damit abschließend im dritten Abschnitt das Präventionsdispositiv als eine neue Regierungstechnologie dargestellt werden kann.

5.1.1 Krise der Demokratie

Die westlichen industriellen Gesellschaften, in denen das Präventionsdispositiv als eine immanente Regierungsform vorkommt und analysiert wird, haben ihr Demokratieverständnis seit der Antike kontinuierlich weiterentwickelt und geschärft. Die heutigen Demokratien stehen allerdings vor einer mehrdimensionalen Krise, die sich aus der »Krise des Vertrauens in die politischen Eliten, Parteien, Parlamente und Regierungen zu einer allgemeinen Krise der Demokratie« verdichtet (Merkel 2015: 7). Ihre Facetten sollen im Folgenden kurz umrissen werden:

- Eine erste Facette der demokratischen Krise liegt in dem Vertrauensverlust in die repräsentative Politik. Die Diagnose einer »partizipativen Krise der real existierenden repräsentativen Demokratie« (Saward 2010; Alonso et al. 2011 zit. n. Merkel 2015: 8)⁵³ kann auch deshalb erstellt werden, weil die Demokratie zum einen »kein Engagement mehr« weckt (Tormey 2015: 56), und zum anderen, weil ihre Krise »auch die inoffizielle und unterirdische Politik infiziert, die Politik der Straße ebenso wie die etablierte Politik, die ›Politik der Politiker‹.« (ebd. [Herv. i. O.]) Der Krisenzustand partizipativer Demokratie auf beiden Ebenen lässt sich für manche Forscher auf »eine Kombination aus wachsenden

53 Hier wird die Krise im Vergleich zu zwei Referenzpunkten betrachtet. Der normative Referenzpunkt bezieht sich auf ein Ideal der Demokratie, der empirische Referenzpunkt demgegenüber auf ein vergangenes goldenes Zeitalter der Demokratie (vgl. Merkel 2015: 8).

Erwartungen kritischer gewordener Bürger, dem Einfluss negativer Medienberichterstattung und der vor allem deshalb wahrgenommenen Performanzschwächen demokratischer Regierungen« zurückführen (Merkel 2015: 9), was demnach allerdings als ein »keineswegs existenzgefährdendes, demokratisches Defizit« (ebd.) dargestellt werden muss.

- Eine zweite Facette der Demokratiekrise besteht darin, dass es in den westlichen Stammländern der Demokratie immer offensichtlicher wird, »dass die Versprechen, die in diesem Begriff [der Demokratie, J. Z.] liegen, wohl unerfüllt bleiben werden: Die Politik verliert gegenüber der Macht der Märkte dramatisch an Boden; vermeintlich demokratische Systeme sind fest in der Hand machtvoll organisierter Interessen und haben mit Volkssouveränität – wenn es die je irgendwo gab – immer weniger zu tun.« (Blühdorn 2013: 9) Der Verlust des Gefühls, die eigenen Belange verwalten und bestimmen zu können, ohne von den transnationalen Korporationen, globalen Finanzgruppen und weiteren großen Wirtschaftskonzernen überholt zu werden, führt unausweichlich zum wachsenden Desinteresse an dem politischen Geschehen⁵⁴ und, in der Konsequenz, auch zur Frustration über die Ergebnisse demokratischer Prozesse (vgl. Kersting 2008; Schäfer 2013).⁵⁵
- Eine dritte Facette der Demokratiekrise besteht in dem wachsenden Abstand zwischen den Regierungen und den Bürgern und macht sich dadurch bemerkbar, dass die letztgenannten nicht in eine »politische Apathie verfallen, sondern dass sie im Gegenteil omnipräsent sind.« (Michelsen & Walter 2013: 43) Ihre Omnipräsens wird durch eine Art virtueller Politik gewährleistet, die durch »die einladende dialogische Geste des ›Reden wir miteinander‹, derzeit allgegenwärtig ist.« (ebd. [Herv. i. O.]) Somit sollen die Bürger in die aktive Gestaltung der Politik *zurück* miteinbezogen werden. Allerdings läuft am Ende eine solche *konsultierende* Partizipation »auf eine ›kanalisierte oder kontrollierte Politisierung‹ hinaus, die aber insofern eigentlich entpolitisiert wirkt, als

54 So zeigt Jenni Brichzin z.B. dass »die Akzeptanz der politischen Akteure erkennbaren Schwankungen unterliegt (Schüttemeyer 1986)« (Brichzin 2016: 192) und dass »das Ansehen des Politikerberufs [...] dauerhaft niedrig [ist] (Institut für Demoskopie Allensbach 2003). Zunehmend zeichnet sich Skepsis gegenüber dem politischen Prozess ab, was in den 90er Jahren zu einer – von der Parteienkritik des damaligen Bundespräsidenten angestoßenen (Weizsäcker 1992) – ausgedehnten Debatte um Politikverdrossenheit führte (siehe Thierse 1993).« (Ebd.)

55 Wie der Soziologe und Zeitdiagnostiker Zygmunt Bauman bemerkt hat, bedeutet heute »der Wechsel von Regierungen – selbst von sogenannten politischen Lagern – [...] keinen Wendepunkt mehr, allenfalls ein Kräuseln an der Oberfläche eines Stromes, der dumpf entschlossen, nur von seinem eigenen inneren Impuls getrieben, unaufhaltsam und eintönig seinen Lauf nimmt.« (Bauman 2000: 11)

dabei ›Politisierung (Konflikthaftigkeit politischer Entscheidungen, die nie verschwindet) und Öffentlichkeit (im Sinne eines Aggregationsphänomens individuell-bürgerlich erfahrener Politisierung) getrennt werden und dadurch in einem gewissen, nämlich einheitsstiftenden Sinne entschärft werden.« (Teßmer 2012: 173) können.« (Michelsen & Walter 2013: 44 [Herv. i. O.]

- Eine vierte Facette des Krisenzustands ließe sich an Einzelercheinungen beschreiben, die solche Entwicklungen beinhalten wie z.B. »die ›Oligarchisierung‹ der liberalen Demokratie (Buchstein), die Aushöhlung der Gewaltenteilung durch ›Präsidentialisierung‹ (Körösenyi), die Entstehung des ›Populismus‹ statt demokratischer Partizipation, und die ›Dominanz korporatistischer Arrangements‹ im Entscheidungsprozess (Colin Crouch).« (von Beyme 2013: 12 [Herv. i. O.]⁵⁶ All diese Einzelercheinungen fassen die Schwierigkeiten, vor denen die heutigen demokratischen Ordnungen stehen, zusammen. Sie lassen sich in unterschiedlichen Ausprägungen vorfinden und beschreiben funktionale Defizite der Demokratie, die aber, wenn sie zusammen und in kürzeren Abständen erscheinen, zu bedrohenden Entwicklungen führen können, was der Populismuszuwachs wohl am besten bestätigt.

Die vier knapp behandelten Facetten weisen auf das Erleben einer Fassade formeller Prinzipien hin, was die Forscher mit einer Entfernung von der idealen Demokratie identifizieren und mit dem Namen *Post-Demokratie* bzw. *Post-Politik* bezeichnen (vgl. Dahrendorf 2001; Crouch [2003] 2008; Fach 2008; Serloth 2009; Konicz 2012; Förster & Lemke 2017). Mit einer solchen Bezeichnung sollte zum Ausdruck gebracht werden, dass

»moderne, westliche Demokratien hinter einer Fassade formeller demokratischer Prinzipien und unterstützt durch das Hegemonialwerden neoliberaler Denkweisen zunehmend von Eliten kontrolliert werden. An die Stelle der Selbstregierung des Volkes sei ein politisches System getreten, das maßgeblich via Massenmedien durch die Interessen von Unternehmen, Verbänden und gesellschaftlichen Eliten gesteuert werde, während die Bürger in zum ›Spektakel‹ (Crouch 2008a: 10) verkommenen Wahlen nur noch scheinbar die Geschicke ihres Gemeinwesens bestimmen, de facto aber nicht mehr zwischen klaren und durch sie steuerbaren politischen Alternativen wählen können.« (Ritzi 2014: 2 [Herv. i. O.]

56 Auch die demokratischen Defizite der Europäischen Union, wie sie der britische Politikwissenschaftler Simon Hix zusammen mit Andreas Follesdal herausgearbeitet haben, verweisen auf den allgemein verstärkten Kontrast zwischen den vorgeschriebenen, *de jure* existierenden demokratischen Prozessen und der tatsächlichen, *de facto* erlebten Demokratie (vgl. Follesdal & Hix 2006: 534ff).

Das damit begonnene Zeitalter der Post-Demokratie, der Post-Politik, aber auch des Post-Fundaments (vgl. Marchart 2010) und neuerdings auch des Post-Faktums⁵⁷, eröffnet neue Perspektiven auf Demokratie und Politik. Bereits Ende des Jahres 1968 resümierte Gräfin Dönhoff, Chefredakteurin und Mitherausgeberin der deutschen Wochenzeitung *Die Zeit*, die Diskussion um die Krise der Demokratie folgenderweise: »Seit Wochen wurde hier an dieser Stelle die Frage abgehandelt: Ist die parlamentarische Demokratie noch fähig, mit den Konflikten der heutigen differenzierten Gesellschaft fertig zu werden? Ist sie noch in der Lage, ihre Aufgabe wahrzunehmen: politische Entscheidungen zu fällen und Kontrollen auszuüben?« (Dönhoff 1968) Die Antworten auf diese grundlegenden Fragen wurden in dem letzten Jahrhundert von zwei dominierenden politischen Ordnungen, der demokratisch-liberalen und der real-sozialistischen Regierungsordnung, gesucht. Doch seit dem Fall des sozialistischen Systems am Ende des letzten Jahrhunderts (vgl. Ritzki 2014: 11) und dem Zusammenbruch der liberal-demokratischen politischen Utopie am Anfang des neuen Jahrhunderts (vgl. Žižek 2009) vermehren sich die Krisendiagnosen der Demokratie exponentiell. Dass die Demokratie eine erneute Reflexion benötigt, zeigen auch die zahlreichen gegenwärtigen Versuche ihrer Auslegung und Neubestimmung: »Wie ist die Politik zu denken, wenn sie weder in dem, was die westlichen Demokratien unter Politik verstehen, noch in den realsozialistischen Vorstellungen – und was von ihnen übrig blieb – aufgeht?« (Hebekus & Völker 2012: 12)⁵⁸ Um die Wurzeln dieser Entwicklung und der damit einhergehenden Problematisierung des Regierens verfolgen zu können, wird es zunächst notwendig, eine begriffliche Unterscheidung zwischen der Politik und dem Politischen vorzunehmen.

5.1.2 Die Politik und das Politische

Die Geschichte der Differenzierung zwischen der Politik und dem, was das *Politische* genannt wird, geht auf Paul Ricœur zurück, welcher in der Reaktion auf die

57 *Postfaktisch* ist das internationale Wort des Jahres 2016. Es besagt, dass nicht mehr die Tatsachen (Fakten) über der Wahrheit einer Aussage entscheiden, sondern die dahinterstehenden emotionalen Reaktionen (Affekte). Den hiermit verbundenen Zuwachs von populistischen Stimmungen hat schon vor fünfzehn Jahren Ralf Dahrendorf auf die mangelnde demokratische Auseinandersetzung zurückgeführt, die eine informierte und besonnene Debatte über große Fragen ermöglichen sollte: »In der traditionellen Demokratie lag hier die Aufgabe der Parlamente. Je schwächer aber die Parlamente werden und je mehr sie diese Rolle verlieren, umso weniger Chancen bestehen für eine solche demokratische Debatte und desto mehr ungerechtfertigte Macht eignen sich die neuen Vermittler an. Populisten treiben diesen Prozess bewusst voran mit dem Ziel, die Debatte zu überspringen und einen Konsens auf Grund von vermeintlichen oder tatsächlichen, mehr oder weniger tief empfundenen Gefühlen der Bevölkerung zu schaffen.« (Dahrendorf [2001] 2002: 89f)

58 Vgl. dazu auch weitere Abhandlungen: Rancière 2012; Wilson & Swyngedouw 2014; Dubreuil [2012] 2016

Besetzung Ungarns 1956 die doppelte Originalität des Politischen herauszuarbeiten versuchte.

Die Autonomie des Politischen (franz. *du politique*) gründet seiner Meinung nach in zwei gegensätzlichen Zügen: »Auf der einen Seite stellt das Politische (*le politique*) ein menschliches Verhältnis her, das sich nicht auf die sozio-ökonomischen Spannungen der Gesellschaft reduzieren lässt [...]. Auf der anderen Seite bringt die Politik (*la politique*) spezifische ›Übel‹ hervor, politische Übel eben, Übel der politischen Macht.« (Ricœur 1974: 249 zit.n. Marchart 2010: 32 [Herv. i. O.]) An dieser Stelle gilt es zwischen drei Begriffen zu unterscheiden. Ricœur weist dem Bereich des Politischen (*du politique*) eine spezifische Autonomie zu, welche neben den anderen Dimensionen des gesellschaftlichen Lebens verortet ist (der Ökonomie, dem Sozialen, dem Kulturellen u.a.) (vgl. Nissen & Vobruba 2009; Faßler 2014; Bonz 2011). Innerhalb dieser Sphäre unterscheidet er dann zwischen zwei ihrer Wesenszüge. Zum einen gründet die Autonomie des Politischen (*du politique*) in dem Politischen (*le politique*), welches die grundsätzlichen Verhältnisse des Zusammenlebens umfasst, die außerhalb jeglicher Konfliktlinien fungieren. Zum anderen gründet diese Autonomie des Politischen (*du politique*) in der Politik (*la politique*), in welcher die Machtgier und die der Gesellschaft unterliegenden Spannungen und Konflikte zum Ausdruck kommen. Aus diesen zwei Wesenszügen besteht laut Ricœur die Autonomie des Politischen (franz. *autonomie du politique*), welche »durch das doppelte Merkmal ›des Politischen‹ und ›der Politik‹ bestimmt [ist], d.h. durch eine ideale Sphäre des Politischen (des rationale Übereinstimmung verkörpernden Gemeinwesens im Sinne des englischen *polity*), die durch eine spezifische Rationalität definiert wird, und eine Sphäre der Macht oder Politik.« (Marchart 2010: 33 [Herv. i. O.]) Es ist diese paradoxe Spannung, die dem Begriff des Politischen (*du politique*) bei Ricœur innewohnend ist. Ihr Kern besteht in der Überlagerung »von Idealität und Realität, von *polity* und *policy*, von Vernunft und Macht.« (Dallmayr 1993b: 187 zit.n. Marchart 2010: 34 [Herv. i. O.]) Eine tiefgehende und breiter angelegte Diskussion um den Inhalt und die Bedeutung des Politischen fängt jedoch erst mit der Gründung des Zentrums für philosophische Studien über das Politische (franz. *Centre de recherches philosophiques sur le politique*) bei Philippe Lacoue-Labarthe und Jean-Luc Nancy im Jahr 1980 statt.

Lacoue-Labarthe und Nancy haben den Begriff des Politischen auf doppelte Weise hinterfragt. Zum einen ging es den beiden darum, das Politische in seiner philosophischen Qualität zu untersuchen. Das Politische steht demnach in einer engen Beziehung zu dem Philosophischen. Es war also notwendig, im Unterschied zu Ricœur, der das Politische neben anderen Dimensionen des gesellschaftlichen Lebens verortete, das Politische, seine Begründung und seine Essenz aus der Sicht der Philosophie her zu hinterfragen. Aus dieser Sicht zielt dann das Politische »auf die Ebene der grundsätzlichen Konfiguration gemeinschaftlicher Zusammenhänge [...], so wie sie etwa in vielen Gründungserzählungen erfasst werden.« (Hebe-

kus & Völker 2012: 15) Zum anderen war es für beide Philosophen unabdingbar, zu der »eigentlich politischen Voraussetzung der Philosophie (bzw. wenn man es vorzieht: der Metaphysik), das heißt bis zu einer politischen Bestimmung der Essenz (Lacoue-Labarthe & Nancy, 1981: 15) [zurückzukehren].« (Ebd.) Für Nancy und Lacoue-Labarthe erscheinen also das Politische und das Philosophische in einem engen Zusammenhang. Das Politische gilt es aus diesem Grund zuerst von seinen analytischen, empirischen oder hermeneutischen Bedeutungen abzugrenzen und es in seiner grundlegenden philosophischen Fragestellung erscheinen zu lassen. Das Philosophische ist aber wiederum durch seine ursprüngliche politische Dimension bestimmt, und zwar der Frage nach dem ersten Grund des Gemeinwesens, d.h. nach der Essenz des Politischen:

»Es geht also nicht um die eine oder andere politische Verankerung der ein oder anderen Idee des Politischen, sondern es geht um die grundsätzliche Bestimmung der Essenz des Politischen als philosophischer bzw. noch umfassender um die politisch-philosophische Einsetzung des abendländischen Denkens und die Praxis der Gemeinschaft. Um diese intrinsische Verknüpfung zu bezeichnen, sprechen die Autoren im Unterschied zur Rede von »dem« Politischen von der »Essenz« des Politischen, deren Grund im Denken der antiken *polis* liegt, in welchem das okzidentale Verständnis der Philosophie und des Politischen entsteht. Zu dieser doppelten Eröffnung ist also zurückzukehren, will man die gegenwärtige Situation verstehen, die durch den »Entzug des Politischen« geprägt ist.« (Hebekus & Völker 2012: 16 [Herv. i. O.]

Wie angedeutet, hinterfragen Nancy und Lacoue-Labarthe das Politische in seiner Bedeutung tiefer und erörtern die wechselseitige Bestimmung des Politischen und des Philosophischen, die bereits in der antiken philosophischen Erfahrung des Gemeinschaftslebens verwurzelt ist. Geprägt von ihrem Mitarbeiter Jean-François Lyotard, welcher symbolisch das *Ende der großen Erzählungen* ausgerufen hat⁵⁹, erweist sich dieser methodologische Vorgang als unabdingbar für die weitere Reflexion des Politischen und der Demokratie. Die großen Diskurse der Geschichte, die Meta-Erzählungen, sind nämlich seiner Meinung nach an ihr Ende gekommen. Es gibt keine allgemein gültige Wahrheit mehr, kein letztes Ziel der Geschichte, auf

59 Jean-François Lyotard zielte hiermit auf die Tatsache, dass sich »die von der Aufklärung bzw. der Moderne verkündete ›Große Erzählung‹ vom Fortschritt der Menschheit, der Vernunft oder der Harmonie einer klassenlosen Gesellschaft [...] als Trugbild eines heilsgeschichtlichen Versprechens erweist. Das Projekt der Moderne jedoch, so Lyotards Befund, ist nicht abgeschlossen, muss aber die von ihr unbemerkten narrativen Muster des Fortschritts bzw. des erfüllbaren Sinns von Geschichte als Fiktion, als ›Metaerzählung‹ reflektieren.« (Tholen 2005: 308 [Herv. i. O.]) Dadurch wollte Lyotard nicht zuletzt auf die Delegitimierung der politischen Weltanschauungen und der metaphysischen Gründungsgeste der Philosophie hinweisen (vgl. Bedorf & Röttgers 2010: 14).

den hin sich die Politik ausrichten könnte (vgl. Lacoue-Labarthe & Nancy [1982] 1997: 130f). Der Verlust des Glaubens an große Erzählungen, an einigende Ideen und Werte nötigt deshalb dazu, »die Einrichtung der Gesellschaft als unendlich politische Aufgabe zu begreifen, als unüberschaubares Ensemble von Konfliktlinien, an denen immer wieder neue Entscheidungen zu treffen sind.« (Flügel et al. 2004: 11) Das Politische gilt es deshalb aus ihrer Sicht neu zu begründen und ihm eine neue Bedeutung zuzuweisen.

Zudem sprechen beide Autoren von dem *Entzug* des Politischen. Damit meinen sie, dass das hier beschriebene Ende der großen Erzählungen nicht nur zu einem Ende führt, sondern dass es sich um den Prozess einer Erfüllung und eines Endes handelt, »der zu einer Despezifizierung des Politischen führt, zu seiner Verallgemeinerung, so dass sich das Politische schließlich zugleich als omnipräsent und verschwunden bzw. entleert erweist.« (Hebekus & Völker 2012: 16) Jeder Ort des Politischen wird verloren, »es taucht überall auf und nirgends.« (Flügel et al. 2004: 11) In einem solchen Prozess erfüllt sich und entzieht sich das Politische zur gleichen Zeit. Dieser doppelten Bewegung der Erfüllung und des Endes liegt die Annahme zugrunde, dass der gegenwärtige Mensch, mit Hannah Arendt argumentierend, als Schöpfer seiner selbst (lat. *animal laborans*) in einem sozialen, von politischer Qualität gelösten – sprich immanenten – Raum lebt, in dem die Unterscheidung zwischen der Freiheit und der Autorität schwindet (vgl. Nancy & Lacoue-Labarthe 1983: 192 zit.n. Hebekus & Völker 2012: 18).

Das Schwinden der Differenz zwischen Freiheit und Autorität wird durch die Auflösung der Transzendenz charakterisiert. Im Zeitalter des klassischen Totalitarismus legitimierte nämlich die Transzendenz bzw. die Alterität (Andersartigkeit) des Regierenden seine Macht. Lacoue-Labarthe und Nancy skizzieren in dieser Hinsicht drei Ursprünge einer solchen Alterität: sie könnte entweder als eine gleichzeitige Artikulation der Macht als einer Gewalt und der Autorität als einer Transzendenz entstehen (Faschismus), oder ihren Ursprung in der Beziehung der Gemeinschaft zu einer unvergänglichen Idee haben (Kommunismus), oder aber sich als eine Beziehung der Gemeinschaft zu sich selbst entwickeln (Selbstdarstellung des italienischen Faschismus unter Mussolini) (vgl. Lacoue-Labarthe & Nancy [1982] 1997: 130). Anstelle der Inkorporation der Transzendenz im klassischen Totalitarismus erleben wir aber, gerade durch die Streichung der Differenz zwischen Freiheit und Autorität, eine Auflösung der Transzendenz. Beide Autoren begreifen deswegen den Entzug des Politischen als den Entzug der Transzendenz (vgl. a.a.O.: 129). Die Folgen dieses Entzugs zeigen sich dann in dem Einzug eines neuen, *weichen* Totalitarismus, der alle Sphären des menschlichen Lebens umfängt.⁶⁰ Dieser

60 Das Wortspiel Entzug – Einzug ist in dem verwendeten französischen Begriff *retrait* angelegt. Dieser Ausdruck soll auch auf die Möglichkeit eines Neuanfangs hinweisen: »Das Verb *re-tracer*, auf das der *re-trait* zurückgeht, bedeutet eben auch, die Konturen neu zu ziehen.«

Totalitarismus entsteht entlang einer neuen Homogenisierung des Politischen und wird über diskursive Techniken und eine Ideologie des Konsenses erschaffen (vgl. Hebekus & Völker 2012: 22), was im Verweis auf die grundlegende Konflikthaftigkeit der Gesellschaft kritisiert wird (vgl. Mouffe 2007; 2014).

Als Schlussfolgerung dieses Entzugs und des Einzugs einer neuen, weicheren Spielart von Totalitarismus wird die Tatsache genannt, dass Demokratie »nicht mehr als Gegensatz des Totalitarismus verstanden werden [kann], sondern die Ununterscheidbarkeit beider [...] ein neues, kritisches Nachdenken über den Begriff der Demokratie selbst [erfordert].« (Ebd.) Und es ist die Herausarbeitung der Frage nach dem Entzug des Politischen, die dann zu der Formulierung der Essenz des Politischen beitragen soll (vgl. a.a.O.: 24).⁶¹ In Abgrenzung zu den, heute wie damals aktuellen Formen der Kritik, vor allem der Dekonstruktion, sehen Lacoue-Labarthe und Nancy die Aufgabe des kritischen philosophischen Zugangs jedoch darin, eine Haltung einzunehmen, die »die Bedingungen der Unmöglichkeit als aktuelle Bedingungen der Möglichkeit« (a.a.O.: 23) versteht. Das heißt, dass sie in der Unmöglichkeit einer endgültigen Definition des Politischen, welche auf ein eigenständiges Prinzip oder auf ein Axiom zurückgeführt werden müsste, die Möglichkeit und sogar die Notwendigkeit sieht, das Politische neu zu denken und neu zu erfinden (vgl. Lacoue-Labarthe & Nancy [1982] 1997: 131).⁶² Die Art und Weise wie uns das Politische und seine Essenz oder, um es mit Worten von Lacoue-Labarthe und Nancy wiederzugeben, wie uns das Konzept der *politischen Transzendenz* dazu verpflichtet, es erneut aufzunehmen und zu durchdenken (vgl. a.a.O.: 129f), wird

(Bedorf & Röttgers 2010: 14) Deshalb kommt neben der ersten (rückziehen) und der zweiten (entziehen) auch eine dritte (noch einmal ziehen) Bedeutung dem Begriff zu (vgl. Hebekus & Völker 2012: 17).

61 Dabei gilt es auf das Konzept der Negativität zu achten und dieses herauszuarbeiten, denn in der Kritik des neuen Begriffs des Politischen bzw. seiner Essenz besteht die Aufgabe erstens darin, eine notwendige kritische Distanz zu dem Politischen einzunehmen, und zweitens darin, den reduzierenden Dualismus zwischen dem Realsozialismus und dem Kapitalismus zu überwinden (vgl. Hebekus & Völker 2012: 24).

62 Im Vergleich zu Lacoue-Labarthe und Nancy meint bspw. André Brodocz, dass wir für die Unentscheidbarkeiten, »die wir nicht nicht-entscheiden können, [...] einen neuen, einen ›dynamischen Begriff des Politischen als kontinuierlichen Kampf um Kontinuirung.« brauchen (Brodocz 2007: 171 [Herv. i. O.]) Er schlägt dabei vor, zwischen einer symbolischen Dimension, welche die Macht fokussiert, die die Konstitution sozialer Einheiten durchzieht und die als soziale Praxis immer wieder neu hergestellt werden muss, und einer instrumentellen Dimension, welche sich auf die Macht bezieht, die bei der Strukturierung sozialer Einheiten zum Einsatz kommt, welche wiederum durch die Handlungen der Akteure immer wieder neu hervorgebracht werden müssen, zu unterscheiden (vgl. ebd.). Für Oliver Marchart demgegenüber muss sich das politische Denken als Denken des Politischen neu erfinden, und zwar deshalb, »weil das Politische auf die Frage der Gründung verweist, die sich jeder Gesellschaft stellt, sobald sich die Gewissheiten, Prinzipien und Werte, auf denen sie gebaut ist, als fungibel erwiesen haben.« (Marchart 2010: 8)

auch darüber entscheiden, welche kritisch-theoretische Fragestellungen sich dar- aus in Bezug auf die Demokratie und die ihr innewohnende Untrennbarkeit von den Formen des Totalitarismus, zu dessen weichen Formen das Präventionsdispositiv gehört, entwickeln lassen.

Zusammenfassend lassen sich folgende Aspekte der Differenzierung zwischen der Politik und dem Politischen benennen:

- Erstens gilt es die Begriffe der Politik und des Politischen klar voneinander zu trennen. Während die Politik einen Bereich der Praxis (Riccours *la politique*) und ein konkretes Verfahren auf der ontischen Ebene beschreibt, wird mit dem Begriff des Politischen auf philosophische Bedingtheit (Nancys und Lacoue-Labarthes *Essenz*) und auf die rationale gemeinschaftliche Übereinstimmung auf der ontologischen Ebene hingewiesen.
- Zweitens befinden sich die Wurzeln der Krise in der doppelten Bewegung des Entzugs und des Einzugs des Politischen, da jede Erfüllung gemeinschaftlicher Ziele zu einer Auflösung, einem Entzug des Politischen führt, wodurch sich das Politische zur Neubestimmung bereitstellt. Deshalb bedarf es einer ständigen Überprüfung der Formen des Regierens, um die darin enthaltenen Totalisierungsprozesse dechiffrieren zu können.
- Drittens, die Totalisierungsprozesse entstehen durch das Schwinden der Differenz zwischen Freiheit und Autorität und der damit einhergehenden Immanent-Werdung des sozialen Raumes. Die Auflösung der Transzendenz in eine weichere Form von Totalitarismus erfordert demnach eine kritische Untersuchung der bestehenden immanenten Regierungsordnungen und -technologien, wie denen des Präventionsdispositivs.

Auf der ontologischen Ebene lässt sich daher die Krise der Demokratie vor dem Hintergrund dessen betrachten, wie der Begriff des Politischen bestimmt und ausgelegt wird. Wenn das Politische als Inbegriff des Regierens verstanden wird, gilt es seiner eigentlichen Essenz eine inhärente Spannung zuzuweisen. Oliver Marchart spricht in diesem Sinne von dem assoziativen (auf das Zusammenleben gerichteten) und von dem dissoziativen (auf die Machtausübung gerichteten) Aspekt des Politischen. Aus der Konzentration auf den einen oder den anderen Aspekt lassen sich dann zwei Traditionslinien bzw. Forschungsperspektiven beschreiben:

- Zum einen ließe sich die sog. *arendtianische* Traditionslinie benennen, die auf den assoziativen Aspekt des Politischen fokussiert, die Bedeutung des Raums der Freiheit und der Deliberation betont und auf die Möglichkeiten und Hindernisse des gesellschaftlichen Zusammenlebens sowie seiner vernünftigen und ideellen Einrichtung und Regierung hinweist.

- Zum anderen wäre die sog. *schmittianische* Traditionslinie zu nennen. Diese richtet ihren Blick auf den dissoziativen Aspekt des Politischen und hebt die Wirksamkeit von Machtverhältnissen hervor. Dabei untersucht sie die Konfliktlinien, Brüche, Spaltungen und Antagonismen, die aus und in den Versuchen, eine Regierungsordnung herzustellen, entstehen (vgl. Marchart 2010: 35ff).

Der zweitgenannten Tradition wird die Analyse der Regierungstechnologien zugeordnet, die in der Gesellschaft immanente Machteffekte zeitigen und zu einer weichen Totalisierung des sozialen Raumes führen. Die Kritik dieser Regierungstechnologien besteht darin, ihre Mechanismen, zugrundeliegenden Rationalitäten und herrschenden Diskurse zu durchleuchten und zu hinterfragen.

5.1.3 Präventionsdispositiv als Regierungstechnologie

Wird der Präventionsdispositiv als Regierungstechnologie bezeichnet und auf seine Machteffekte hinterfragt, die nicht als »ursprüngliche Gegebenheiten« (Kerchner 2006: 151), sondern als auf Handlung anderer gerichtete Handlungen (vgl. Foucault [1982] 2005: 285) gedacht werden, so geschieht dies vor dem Hintergrund des Machtbegriffes, mit dem Michel Foucault gearbeitet hat. Diese Handlungen operieren in einem gesellschaftlichen Kontext und schaffen bestimmte Dispositionen, d.h. Räume, Rationalitäten und Mittel, die es ermöglichen, andere Menschen zu gewissen Handlungen zu führen. In diesem Sinne stellt ein Dispositiv der Prävention solche Räume, Rationalitäten und Mittel – wie z.B. Subjektivierungsweisen – dar, die es möglich machen, die Menschen zum präventiven Umgang mit sich selbst zu führen. Dieser Mechanismus bleibt insofern problematisch, als es vorbeugende Maßnahmen als Mittel zum Erfolg stilisiert, deren Gegenpol die Niederlage in Form von Erschöpfung, Depression oder Burnout ist. So fixiert er in den gesellschaftlichen Diskursen die Vorstellung, dass hohe Leistungen gepaart mit präventivem Umgang soziale Sicherheit und Anerkennung sichern können, wogegen der Verzicht auf Prävention oder die Wahl einer anderen Lebensweise diese mindert. Belohnt wird daher nicht nur die Leistung, sondern die Leistung mit Prävention, und damit die anscheinend klügere Alternative, die der Gesellschaft vorteilhaft ist und gefördert werden soll. Damit funktionalisiert sich der Umgang mit sich selbst, der einerseits dem ökonomischen Zweck der Selbstmaximierung dient und andererseits ein garantiertes Handlungsmanual zur Sicherung der eigenen Gesundheit enthält.

Der funktionalisierte Umgang mit sich selbst ließe sich mit der anfangs angedeuteten Krise der Demokratie und der Problematisierung des Politischen als zwei Seiten einer Medaille betrachten. Wird einerseits die Demokratie von der Perspektive eines Denkens des Politischen »als ein kritisch-subversiver Modus des Befragens begriffen« (Flügel-Martinsen 2017: 239), welcher »von Versuchen der Be-

gründung eines festen Modells der Demokratie absieht« (ebd.), so wird andererseits durch das Wirken des Präventionsdispositivs ein funktionaler Umgang mit sich selbst befördert, welcher in immer intimere Bereiche der Subjekte eindringt und die politische Macht an ihre Körper – und Psyche – festmacht (vgl. Foucault [1973] 2015: 91f). Der Kampf um die Demokratie als »eine Selbstregierungspraxis jenseits letzter Gewissheiten« (Flügel-Martinsen 2017: 240) verbindet sich hier mit der Kritik an einer Machtform, »durch die das Individuum dazu gelangt, sich selbst als Subjekt zu konstituieren.« (Foucault [1983] 2009: 18) Damit soll das Präventionsdispositiv jenen Techniken der Macht zugeordnet werden, mit deren Hilfe die gegenseitige und wechselhafte »Ko-Formierung von modernem souveränen Staat und modernem autonomen Subjekt« (vgl. Lemke 2000: 32f) stattfindet, was seine politikwissenschaftliche Erforschung und Kritik erzwingt.

5.2 Wandelnde Arbeitsverhältnisse

Arbeitsverhältnisse konstituieren einen Bereich, in dem das Wirken des Präventionsdispositivs ganz konkret beobachtet und festgestellt werden kann. Die Untersuchung der wandelnden Arbeitsbeziehungen und der damit einhergehenden Anforderungen an die Individuen können daher nahelegen, wie der Wirkungsmechanismus in der Tat funktioniert. Darum wird im Folgenden zuerst der neoliberale Wandel und die Umdeutung von Arbeits- und Regierungsverhältnissen diskutiert. Im Anschluss daran werden die aus unterschiedlichen Stellen an die Subjekte gestellten Anforderungen untersucht, sowie ihre dazu notwendigen Mittel gezeigt. Im abschließenden Teil werden die Effekte einer doppelten Selbstregierung in den Arbeitsverhältnissen problematisiert und ihr Bezug zum Präventionsdispositiv skizziert.

5.2.1 Neoliberale Umdeutung von Arbeits- und Regierungsverhältnissen

Arbeitsverhältnisse werden als eine Sphäre bezeichnet, wo psychisches Leiden am deutlichsten zum Ausdruck kommt (vgl. Iacovides et al. 2003; Tröster 2013; Bakker & Costa 2014; Bianchi et al. 2014). Wenn die Individuen nicht mehr die erwünschte Leistung erbringen können, zeigt sich dies deutlich an wachsenden Fehltagen und der damit einhergehenden sinkenden Produktion bzw. Wettbewerbsfähigkeit des Unternehmens. Dadurch wird nicht nur die wirtschaftliche Seite des Problems der Gesundheit von Arbeitnehmern thematisiert, sondern ein generelles Unbehagen angesichts des psychischen Wohlbefindens, wie dies Patrick Kury in seiner Studie zur *Geschichte des Stresses* in den westlichen Gesellschaften rekonstruiert hat (vgl. Kury 2012). Damit bieten die wandelnden Arbeitsformen eine passende Negativfolie, die die gesellschaftliche Problematisierung der psychischen Gesundheit veranschaulichen kann.

Aktuell wird die oben angedeutete Wandlung durch die neoliberale Ausprägung wirtschaftlicher und gesellschaftlicher Prozesse gekennzeichnet. Neoliberalismus als ökonomisches Denk- und Handlungsmuster grenzt sich von der liberalen Vorstellung vom Individuum ab, das sich zielgerichtet nach seiner Profit-Maximierung sehnt, rational kalkuliert und seinen Nutzen bei allen seinen Entscheidungen sucht. Stattdessen wird das moderne Individuum im Neoliberalismus vom Wirtschaftsobjekt, d.h. einer auf dem freien Markt verhandelbaren Arbeitskraft, zum Wirtschaftssubjekt, d.h. einem aktiven Teilnehmer der Wirtschaftsverhältnisse umdefiniert. Ein solches Wirtschaftssubjekt muss sich selbst regulieren, aus den verschiedenen Arbeitsmarktoptionen die aktuellsten, profitabelsten und innovativsten wählen, damit es sich in dem Wettbewerb mit anderen Individuen und ähnlichen *Selbstunternehmern* durchsetzen kann.

Die Individuen als Wirtschaftssubjekte leben heute in Arbeitsverhältnissen, die sich durch wachsende Flexibilisierung und Prekarisierung von Arbeit, Entgrenzung zwischen Privat- und Arbeitszeit (vgl. Flick 2013: 19), ständige Erreichbarkeit, Abgrenzungsschwierigkeiten (vgl. Voswinkel 2017: 76) und immer neue Ansprüche an Produktivität, Effizienz, Kreativität und Innovationskraft (vgl. Boltanski & Chiappello 2010: 20ff) auszeichnen. Wenn sie dann an den immer höheren Anforderungen scheitern und nicht mehr mithalten können – was in Form von Arbeitslosigkeit, Armut oder psychischem Leiden wie Burnout-Syndrom gedeutet wird –, richtet sich die Aufmerksamkeit auf ihre individuellen Eigenschaften und Kompetenzen, die gestärkt oder erweitert werden müssen, damit sie weiter konkurrenz- und produktionsfähig bleiben. Gegen diese Vorstellung eines Individuums als Selbst- bzw. Arbeitskraftunternehmers (vgl. Bröckling 2007; Pongratz & Voß 2003) richten sich zahlreiche kritische Stimmen, die die wandelnden Arbeitsprozesse und die damit entstehenden Subjektivierungsformen als Gegenstand einer neuen, neoliberalen Regierungspraxis betrachten, welche im direkten Verhältnis zum Dispositiv der Prävention steht.

Die neoliberale Denk- und Handlungsrationale regiert durch die Anrufung und Zurichtung eines Subjektmodus, eines *Homo oeconomicus*. Wurde im Liberalismus des 18. und 19. Jahrhunderts das Individuum als rational handelndes Wesen anthropologisch vorausgesetzt, so wird im Neoliberalismus des 20. und 21. Jahrhunderts der *Homo oeconomicus* als ein künstlich formbares Wesen betrachtet, das zwar den wirtschaftlichen Profit sucht, doch die Dynamik der Marktprozesse nicht überblicken kann. Die sodann suggerierte Omnipräsenz des Marktes ermöglicht es, die Individuen stets als ökonomisch Handelnde anzurufen und sie durch Bereitstellung von Freiheiten zur permanenten Entscheidungsfindung anzuleiten (vgl. Bröckling 2004: 63). Diese Entscheidungsfindung bzw. Selbstregierung erschien im Verlauf der Zeit als eine effizientere Regierungsweise im Vergleich zum direkten Zwang und körperlicher Gewalt. Um die Menschen auf einem abgegrenzten Territorium zu regieren und regierbar zu machen, bedarf es nur indirekter Ein-

flussnahme um »prophylaktisch den Marktprozess sicherzustellen.« (Mönch 2018: 247) Somit ließe sich das liberale und neoliberale Regieren nicht nur als eine ökonomische Schule, Wirtschaftstheorie oder gar Ideologie lesen, sondern auch, in Anlehnung an Michel Foucault, »als eine Praxis, das heißt als eine auf Ziele hin orientierte und sich durch kontinuierliche Reflexion regulierende ›Weise des Tuns.« (Foucault [1979] 2003: 1020f [Herv. i. O.]) Diese Weise des Tuns braucht selbst-regulierende und also selbst-regierende Subjekte, die genau mit der Figur des Homo oeconomicus übereinstimmen. Damit wurde eine Schnittstelle zwischen Neoliberalismus und Regierungspraxis geschaffen, die es ermöglicht, die bei den Arbeitsprozessen stattfindenden Wandlungen gleichzeitig als Regierungs- und Machteffekte zu deuten (vgl. Mönch 2018: 257f).

5.2.2 Äußere und verinnerlichte Ansprüche des neoliberalen Subjekts

Wie im vorigen Abschnitt gezeigt, hat in den letzten Jahrzehnten neben dem Strukturwandel der Arbeitsverhältnisse auch ein Wandel der Subjektformen stattgefunden. Im Zentrum der neoliberalen Ansprüche an die Individuen steht ein Appell an die Meisterung einer modernen Optimierungs- und Leistungskunst. Leistung als solche wird zum wichtigsten Prinzip und »Maßstab für die Bewertung der eigenen Arbeit« (Kratzer et al. 2015: 164) und zu einem gesellschaftlichen Anerkennungsmerkmal erhoben. Diese Ansprüche werden von den Individuen weder erzwungen noch erwünscht. Sie erscheinen als bloße Gegebenheiten, denen sie sich intuitiv anpassen und die für sie »als objektive, interessenneutrale ›Sachnotwendigkeiten« in Erscheinung treten.« (Böhle 2003: 140 zit.n. Mönch 2018: 276 [Herv. i. O.]) Indem die Individuen auf diese Ansprüche antworten und sie für ihre eigenen halten, folgen sie der (Selbst-)Regierungsweise eines *neoliberalen Subjekts*. Dieses Subjekt fokussiert auf seine individuelle Leistungssteigerung, lernt zwischen den besten Optionen auszuwählen, kalkuliert die Balance seiner Kräfte und Reserven und seiner Wünsche und Möglichkeiten, lernt das Privat- und Familienleben mit den Arbeitsanforderungen zu verbinden und in die verschiedenen Lebensphasen planbar zu investieren. Zu diesen Selbststeuerungsfunktionen gehört auch, das Humankapital möglichst effektiv, langfristig und mit hohen Renditen einzusetzen. In dieser Hinsicht steht das neoliberale Subjekt vor der Neu-Definition der eigenen Gesundheit als »erlernbarer subjektiver Kompetenz.« (Mönch 2018: 285)

Gesundheit kann als Eigenkapital gebraucht werden, um die oben benannten Ziele zu erreichen. Mehr noch, sie kann selbst optimiert und gestärkt werden, damit sie zur besseren Wettbewerbsfähigkeit verhelfen kann (vgl. Brunnett 2018: 338). Dadurch allerdings, dass das neoliberale Subjekt selbst für seinen Erfolg haften muss, ist es im gleichen Maße auch für sein Misslingen verantwortlich: »Überforderung oder Scheitern werden nun individualisiert, Versagen des Einzelnen wird als persönliches Scheitern am Diktat der Selbstoptimierung gelesen.« (Flick 2013:

32) Die Individualisierung der Erkrankung zeitigt zugleich auch neue Normalisierungsprozesse. Indem nicht-kranken, d.h. normalen Arbeitnehmern im öffentlichen Diskurs unterstellt wird, dass sie mit den an sie gestellten Arbeitsanforderungen klarkommen, werden alle anderen zu Sonderfällen und müssen dementsprechend behandelt werden (vgl. Voswinkel 2017: 89). Das gleiche gilt auch für die psychische Gesundheit: »Psychisches Leid ist individuelles Leid und soll auch ebenso behoben werden.« (Flick 2013: 32)

Vor dem Hintergrund der Individualisierung von Gesundheit und der (Neu-)Normalisierung der Arbeitsprozesse werden die Burnout-Betroffenen als diejenigen neoliberalen Subjekte wahrgenommen, die ihren Ansprüchen an Effizienzsteigerung und Ökonomisierung, in öffentlicher oder privater Sphäre, nicht gerecht geworden sind. Diese Vorstellung zieht zumindest zwei direkte Konsequenzen nach sich. Die Burnout-Betroffenen müssen sich zum einen permanent für ihr Versagen rechtfertigen. Zum anderen erfahren sie neue Barrieren und Vorurteile bei dem Versuch der Wiedereingliederung in das Arbeitsleben. Werden sie im ersten Fall mit der Unzufriedenheit über die eigenen Leistungen konfrontiert, die für sie nicht die entsprechende Belohnung gebracht haben (vgl. Engelbach & Haubl 2017: 119f), so erleben sie im zweiten Fall auf jeweils unterschiedliche Weise Stigmatisierungen: »Leiden Arbeitnehmer an psychischen Überlastungen, dann kommen zu den dadurch verursachten Leistungsdefiziten noch die Angriffe auf ihren Selbstwert hinzu, die von vorurteilsbeladenen Kollegen und Vorgesetzten ausgehen.« (Haubl 2017: 155) Das entscheidende Merkmal bleibt in beiden Fällen unverändert: Den Subjekten wird mitgeteilt, dass ihnen nur durch noch höhere Leistungen, in Form von Rechtfertigung eigener Leistungen oder Abgrenzung gegen fremde Angriffe, ihr gesellschaftlicher Platz garantiert werden kann.

Die oben genannten Leistungsansprüche basieren im Neoliberalismus grundsätzlich auf einem Tauschverhältnis »zwischen einer zu erbringenden Leistung der Arbeitskraft und einer Gegenleistung der Arbeitsorganisation, nicht nur, aber hauptsächlich ausgedrückt in Geld bzw. materiellen Gratifikationen.« (Kratzer et al. 2015: 49) Durch das Verkaufen bzw. Umtauschen des Humankapitals, mithin auch der psychischen Fähigkeiten, verhandelt das neoliberale Subjekt auf dem Arbeitsmarkt. Es wird allerdings nicht nur zum Austausch seiner Fähigkeiten und Kompetenzen gefordert, sondern auch zu deren Erweiterung und der Bemeisterung seines Selbst, zur sog. *Selbstverwirklichung*. Dieser neue Anspruch an das neoliberale Subjekt »artikuliert sich erwerbsarbeitsbezogen vor allem in Erwartungen von Beschäftigten im Hinblick auf eine ›subjektivierende‹ Arbeitsgestaltung, oft im Sinne von Interessantheit, Abwechslungsreichtum, Kreativität und Gestaltungsfreiräumen (in) der Arbeit.« (a.a.O.: 77) Der daraus resultierende Druck zur Selbstverwirklichung und Arbeits-Subjektivierung führt zur Entwicklung der bereits beschriebenen interessierten Selbstgefährdung, bei der sich »Beschäftigte gesundheitlich ›gefährden‹, um beruflich leistungsfähig zu sein.« (Flick 2013: 15 [Herv.

i. O.)) Damit wird das neoliberale Subjekt auf eine doppelte Weise zum Selbstregieren geführt: Indem es den äußeren Leistungsansprüchen und gleichzeitig den verinnerlichten Selbstverwirklichungsansprüchen folgt.

5.2.3 Effekte doppelter Selbstregierung – Anknüpfung an Präventionsdispositiv

Um den Facetten der oben umschriebenen doppelten Selbstregierung konkreter nachzugehen und einige Konturen des Präventionsdispositivs im Hinblick auf die sich wandelnden Arbeits- und Selbstregierungsformen klarer zu umreißen, werden im Folgenden die Ergebnisse zweier Metaanalysen zusammengeführt und diskutiert.

Die erste Metaanalyse geht auf die Untersuchung der Selbstverhältnisse von Beschäftigten ein und beleuchtet an ausgewählten Beispielen, wie die Praxis der Selbstverwirklichung (oder Selbstsorge) »im Umgang mit den sich wandelnden Anforderungen aussieht.« (Flick 2013: 21)

- So zeigen die Ergebnisse zum einen, dass die Beschäftigten zwei Formen der Anerkennung als für sich relevant deuten: »Der danach als fürsorglich und bedürftig anerkannt zu werden, und der danach als leistungsstarkes und autonomes (Arbeits-)Subjekt Anerkennung zu finden.« (a.a.O.: 197) Dabei wird in der beruflichen Sphäre die Leistungsstärke, in der privaten Sphäre dagegen die Bedürftigkeit mehr zum Ausdruck gebracht (vgl. a.a.O.: 198). Um sich beruflich zu realisieren, brauchen die Subjekte eine Anerkennung, die auf ihrer Leistung beruht. Um sich privat zu realisieren, sollte die Bereitschaft zur Fürsorge und die Akzeptanz eigener Verletzlichkeit durch die anderen anerkannt werden. Die Arbeitssphäre wird so von den Subjekten als Ort gedeutet, an dem sie Kämpfe austragen können, wobei die private Sphäre als Rückzugs- und Heilungsort fungieren soll, wo die Wunden der Arbeitswelt heilen sollen. Darin wird die primäre Orientierung an der Arbeit sichtbar, die das private Leben zu bestimmen sucht, und nicht umgekehrt.
- Als zweites Ergebnis hat die Studie nahegelegt, dass die Befragten mit dem Gefühl der Ohnmacht konfrontiert sind, indem sie sich Anforderungen ausgesetzt fühlen, denen sie nicht gewachsen sind (vgl. a.a.O.: 203). Dieses Gefühl resultiert aus der Unmöglichkeit, die Versprechen des selbstunternehmerischen Handelns einzulösen (vgl. ebd.). Die immer komplexer werdenden Aufgaben können die Beschäftigten nie vollständig bearbeiten und bewältigen, was mit dem Versprechen der Selbstverwirklichung, das den neoliberalen Subjekten vermittelt wurde, kollidiert. So wachsen auf der einen Seite die Möglichkeiten zur Selbstverwirklichung, auf der anderen Seite entzieht sich diese den Subjekten mit jeder neuen Leistung, die nie ihr Ziel erreicht, sich zu vervoll-

ständigen, sich völlig zu realisieren. So kann, paradoxerweise, das permanente Ohnmachtsgefühl die Idee befördern, dass »wenn man nur an sich selbst arbeitete, würde darin ein letzter Handlungsspielraum liegen.« (a.a.O.: 204)

- Schließlich, anknüpfend an die zwei vorherigen Ergebnisse, hat die Studie das Entstehen eines funktionalen und produktiven Selbstverhältnisses nahegelegt, das im Weiteren als *Selbstimmunisierung* gedeutet werden kann (vgl. a.a.O.: 255). Indem die Beschäftigten große Anforderungen nicht bewältigen können und mit dem Gefühl von Frustration und Ohnmacht konfrontiert sind, suchen sie sich »Aktionsfelder, in denen sie garantierte Selbstwirksamkeit erleben.« (Ebd.) Indem das Bedürfnis nach Anerkennung eigener Leistungen nicht in den vorgegebenen Arbeitsfeldern vollständig eingelöst werden kann, wird dieses in Bereichen gesucht, wo die passenden Möglichkeiten dazu bestehen, wie z.B. Sportleistungen oder Arbeitsleistungen, die nicht unbedingt geleistet werden müssen (vgl. a.a.O.: 256). Erst durch die Bewältigung selbst justierter Leistungsniveaus können sich die Beschäftigten mit Wertschätzung begegnen und anerkennen. In der neoliberalen Regierung des Selbst zählt die Leistung, egal, in welcher Form und an welchem Ort sie auftritt.

Die zweite Metastudie führt eine weitere Analyseebene in die Diskussion der Selbstregierungsverhältnisse neoliberaler Subjekte ein. Hier hat sich die Studie darauf konzentriert, wie die Behandlung von arbeitsbedingten psychischen Störungen durch die Therapeuten vollzogen wird und insbesondere darauf, wie die letztgenannten diese Störungen identifizieren und therapeutisch interpretieren. Drei Deutungsmuster konnten hier beobachtet werden.

- Einerseits beinhaltet die meist vorgekommene (Um-)Deutung der Psychotherapeuten »eine Infragestellung der Arbeitserzählung, was mit einer gleichzeitigen Irrelevanzsetzung arbeitsbezogener Themen einhergeht.« (Flick 2017: 224) Indem bei diesem Deutungsmuster die geäußerten Arbeitsbelastungen »bereits als Ausdruck der Pathologie betrachtet [werden]« (ebd.), werden die äußeren Umstände und gesetzten Arbeitsbedingungen relativiert und als irrelevant interpretiert. Worauf es hingegen ankommt ist ein besseres professionelles Wissen und ein gesunderes Verhältnis zur eigenen Arbeit (vgl. a.a.O.: 225), alles Kompetenzen, an denen die Beschäftigten selbst arbeiten müssen.
- Wenn die Arbeitsverhältnisse doch noch als eine Belastungsquelle zugelassen werden, folgern die Psychotherapeuten nicht selten daraus, »dass es nur Verstrickungen sein können, die jemanden freiwillig in solch belastenden Arbeitsbedingungen verweilen lassen.« (a.a.O.: 226) Es wird daher erwartet, dass jeder, der sich unwohl und belastet an seinem Arbeitsplatz fühlt, diesen wechseln oder ihn umzugestalten versuchen würde. Wer ihn hingegen behält, der sucht laut den Therapeuten »aus neurotischen Gründen etwas für

sich in diesen belastenden Bedingungen: »Wer bleibt, ist krank« (a.a.O.: 227 [Herv. i. O.]), was zur Normalisierung arbeitsbedingter Erkrankungen, wie das Burnout-Syndrom, führen kann.

- Bei dem letzten (Um-)Deutungsmuster werden die prekären Umstände von den Psychotherapeuten anerkannt. Allerdings sollen sich die Beschäftigten bei ihrer Therapie mit sich selbst befassen und die Tatsachen, die sie belasten, einfach akzeptieren lernen. Statt sich dagegen zu wehren, sollen sie bei sich selbst anfangen und die eigenen Potentiale suchen, um »sich zukünftig besser abgrenzen zu können.« (a.a.O.: 229) So transformiert dieses Deutungsmuster äußere Belastungen »in interne Möglichkeitsräume« (ebd.) und verschiebt das Interesse von dem Sozialen auf die Subjekte. So wird durch die Therapie die ohnehin präsente Selbstbezüglichkeit »nun auch für diejenige Patientengruppen, die in ihren subjektiven Krankheitstheorien ihre Arbeitsbedingungen in den Blick nehmen, verstärkt.« (a.a.O.: 231)

Die zwei Metaanalysen haben die Macht-Effekte der doppelten Selbstregierung von beiden Seiten beleuchtet, und zwar am Beispiel der inneren Selbstverwirklichungsanforderung (als Selbstdeutung von Anforderungen bei der ersten Metaanalyse) und am Beispiel einer Leistungsanforderung, die auf die Arbeitssubjekte von außen hinzukommt (als (Um-)Deutungen arbeitsbezogener Erkrankungen in der zweiten Metaanalyse). So gesehen entsteht in den neoliberalen Arbeitsverhältnissen bei den Subjekten ein doppelter Effekt: zum einen kommt es zu einer »Dethematisierung überindividueller Strukturen« (Flick 2013: 298), zum anderen wird ihnen eine »Illusion von Autonomie und Handlungsfähigkeit« vermittelt (Flick 2017: 231). Gegen diese Befunde richten sich andere Studien, die an den Selbst- und Fremdansprüchen von Beschäftigten zweifeln lassen. Nick Kratzer et al. sind in ihrer Studie zu den Legitimationsproblemen der Beschäftigten zum Schluss gekommen, dass die neoliberalen Werte »kaum über eine legitimatorische Basis unter den Beschäftigten [verfügen], ihre Basiswerte werden nicht zu Handlungsorientierungen der Beschäftigten.« (Kratzer et al. 2015: 395) Die Subjekte scheinen daher aus dieser Perspektive nicht den neoliberalen Ansprüchen ausgesetzt zu sein und folgen diesen auch nicht. Gleichzeitig, so Kratzer et al., werden sie bei den Beschäftigten auch nicht thematisiert: »Bestimmte Ansprüche und Erwartungen, die enttäuscht werden könnten, werden gar nicht (mehr) an die betriebliche und gesellschaftlich-ökonomische Ordnung gestellt.« (Ebd.) Ob sich daraus folgern ließe, dass die Beschäftigten als neoliberale Subjekte die Anforderungen bereits soweit verinnerlicht und verselbstständigt haben, dass sie gar nicht mehr das Bedürfnis haben, diese als programmatische Leitsätze bewusst zu artikulieren, bleibt abzuwarten. Der leere Ort der Legitimationsbasis entzieht sich sowohl einer direkten Kritik (vgl. ebd.) als auch einem direkten Widerstand. Was nicht zu identifizieren und zu benennen ist,

kann auch nicht kritisiert oder umgeworfen werden. Gerade an diesem Ort kann das Präventionsdispositiv am besten ansetzen.

Die Prävention gesundheitsgefährdender Arbeitsverhältnisse und Verhaltensweisen erscheint in erster Weise als eine Notwendigkeit. Sie ist an die, berufsbezogene oder private, Möglichkeitsräume neoliberaler Subjekte gebunden und erscheint allen Beteiligten als selbstverständlich: »Eine Verweigerungshaltung in Bezug auf Prävention wirkt nicht nur wie eine ›Entscheidung gegen den Zeitgeist‹, sondern wird als ›individuelles Unvermögen gedeutet, mit den Anforderungen Schritt zu halten‹ (Jürgens 2009: 221).« (Mönch 2018: 298) Daher kann das Präventionsdispositiv am einfachsten dort operieren, wo es nicht in Frage gestellt wird und wo es sich unter dem Mantel einer von den Subjekten *selbst erwünschten* präventiven Hilfe verbergen kann. Indem sich nämlich die Subjekte nicht auf strukturelle, sondern individuelle Probleme beziehen, indem sie unter doppelten Leistungsansprüchen leiden und diese auf sich selbst beziehen, und indem sie neoliberale Denk- und Handlungsweisen nicht hinterfragen bzw. um sie nicht wissen, stellen sie das ideelle Raster des Homo oeconomicus dar, das die »Kontaktfläche zwischen Individuum und Macht« (a.a.O.: 257), und somit den Bereich der Regierungstechnologien, abbildet. So lassen sich die verschiedensten Verhaltensweisen, die in den Arbeitsbeziehungen auftreten, als Versuche deuten, neue, auf präventiver Rationalität aufbauende Regierungsverhältnisse zu etablieren.

5.3 Problematisierung der Gesundheit

Die wachsende Sorge um die psychische Gesundheit hat ihre historischen Entwicklungsphasen. Das folgende Kapitel soll daher die Art und Weise diskutieren, wie Gesundheit zum Gegenstand öffentlicher Problematisierung geworden ist und welche historischen Wendepunkte dabei zu beachten sind. Des Weiteren wird sich die Aufmerksamkeit auf die Psyche als einen neuen Ort der Machtkämpfe richten, der im Zuge einer allgemeinen *Psychopolitik* neue Bedeutung gewinnt. Schließlich wird das Burnout-Syndrom als eine Regierungstechnik des Präventionsdispositivs diskutiert, was die Frage eröffnet, inwiefern die psychischen Zustände von Subjekten auch in Gegen-Kämpfen angesetzt werden können.

5.3.1 Gesellschaftliche Problematisierung psychischer Gesundheit

Die Thematisierung der psychischen Gesundheit als eines gesellschaftlichen Problemfeldes lässt sich nicht eindeutig geschichtlich verorten und umreißen. In der Geschichte westlicher Gesellschaften hat die psychische Gesundheit unterschiedliche Ausprägungen und Facetten angenommen, je nachdem, in welchem Zusammenhang sie zu den jeweils prägenden sozialen und kulturellen Wandlungen stand. Als eine mögliche Option, ihre geschichtliche Problematisierung

kurz aufzuzeigen, bietet sich die Beschreibung paradigmatischer Veränderungen an, die das Problematisieren von seelischen, und später psychischen, Zuständen erfahren hat. Im Folgenden werden fünf solche Veränderungen beschrieben:

- Eine erste Kontur der Vorgeschichte des psychischen Diskurses lässt sich in der antiken Sorge um Melancholie erkennen. Für den antiken Menschen stellte eine depressive Stimmung keinen Grund für Beunruhigung dar, denn sie gehörte zu seinem Wesen. Die schwarze Galle (griech. *melaina chole*) wurde als ein eigenständiger Körpersaft angesehen, welcher, im richtigen Mischungsverhältnis mit den anderen Säften, »konstitutiv für gesunde Menschen« war (Abels 2015: 93). Dementsprechend wurde die Melancholie von den antiken Philosophen nicht als eine Krankheit bezeichnet (vgl. ebd.), sondern als ein Leiden der Seele, das »aus ihrer falschen Führung resultiert.« (Abels 2015: 117) Auch deswegen haben sich die Interventionen vornehmlich auf die Beruhigung der Seele durch Meditationen, Exerzitionen und Gelassenheitsübungen konzentriert.
- Im Mittelalter lässt sich die Sorge um die Seele im Begriff der *Acedia* (griech. *akedeia*) zusammenfassen, mit der im übertragenen Sinne die »Müdigkeit des Herzens« (a.a.O.: 119) bei den Mönchen bezeichnet wurde. Es handelte sich hierbei vornehmlich um eine religiöse Versuchung der frühchristlichen Mönche, sie von dem Gebet und von dem religiösen Leben in den Klöstern abzuhalten, sie in Schwermut, Müdigkeit und Trägheit fallen zu lassen und somit die christliche Glaubenspraxis zu vernachlässigen (vgl. ebd.). Die an die Sorge um die müde Seele anknüpfenden Praktiken haben sich vor allem als Aufforderung zur physischen Arbeit (vgl. ebd.), als Gedankenkontrolle durch die »Einübung des Todes« (a.a.O.: 121) oder als Buß- und Beichtpraktiken, die vor allem mit Wiedergutmachung verbunden waren, manifestiert (vgl. a.a.O.: 128f).
- Mit dem Erscheinen der Aufklärung fand eine Transformation der Traurigkeit, der Melancholie, statt. Diese Transformation konnte dadurch geschehen, »dass sich die entstehende Psychiatrie sowie die populären Versuche, die Melancholie mithilfe einer ›Erfahrungsseelenkunde‹ zu erfassen, zunehmend auf das Konzept der ›Psyche‹ stützen, das in der Folge den Rekurs auf die Seele verdrängen wird.« (a.a.O.: 148 [Herv. i. O.]) Durch eine solche Verschiebung konnte das Innere des Menschen »stärker zum Objekt der Intervention werden, zum Ziel und zum Maßstab der Bemühungen und Techniken zur Selbstveränderung« (ebd.). Im Vergleich zur Feudalgesellschaft, wo die Seele noch »den Bezugspunkt für die Auseinandersetzung mit dem Selbs [bildet], steigt nun die Psyche zum hegemonialen Deutungsschema von Innerlichkeit auf.« (a.a.O.: 149) Diese psychologischen Deutungsmuster entstehen also erst in dem Moment, »in dem mit der Aufklärung auch die Idee des modernen Individuums entsteht, das alle theologischen Bestimmungen abgelegt hat.« (Sonntag 1988 zit. n. Abels 2015: 148)

- In der Moderne findet ein weiterer Paradigmenwechsel mit den Freud'schen Untersuchungen des menschlichen Bewusstseins und Unterbewusstseins statt. Die an ihn anlehrende Entwicklung und Verbreitung von Praktiken der Psychoanalyse und Psychotherapie haben den »im psychologischen Sinne ›gläsernen Menschen« produziert (Meschnig 1993: 13 [Herv. i. O.]) und zu einer »massiven Diskursverschiebung in der Konzeption des Selbst« geführt (Abels 2015: 179).
- Im 20. Jahrhundert ließen sich die Perioden der Problematisierung psychischer Gesundheit etwas klarer abgrenzen. So zeigt Patrick Kury, dass das erste Konzept, welches den Stress und mithin die psychische Gesundheit zum ersten Mal als ein »gesamtgesellschaftliches Anliegen« (Kury 2012: 297) thematisierte, die sog. *Neurasthenie* war. Anders als bei der dazu komplementären Hysterie, handelte es sich um eine psychische Störung bzw. Belastung.⁶³ Bei der Behandlung dieser Störung ging man davon aus, dass »im Körper dynamische Vorgänge wirken, die ein innerorganisches Gleichgewicht anstreben. Zentral dabei ist der Terminus der ›Homöostase‹, der die Fähigkeit des Organismus bezeichnet, selbstregulierend zu wirken.« (Seyle 1957: 24f zit.n. Kury 2012: 28 [Herv. i. O.]) Der menschliche Organismus, so dachte man, funktioniert wie ein Stromkreislauf und nach dieser Erkenntnis wurde er auch behandelt (vgl. a.a.O.: 296). Im Gegensatz zur Neurasthenie ging das zweite Konzept der sog. *Managerkrankheit* »von einer stärker mechanistischen Vorstellung des Körpers aus. Diese eng mit der Entwicklung der Industrialisierung verbundene Konzeption deutete den menschlichen Körper als eine Art Maschine.« (a.a.O.: 29) Besonders im Deutschland der 50-er Jahren stellte diese psychische Krankheit »einen direkten Zusammenhang her zwischen Herzkreislauf, Automatisierung und den gestiegenen Belastungen durch Wiederaufbau und Wirtschaftswachstum nach dem Zweiten Weltkrieg.« (a.a.O.: 296) Dem dritten Konzept des *Burnouts* gingen die biochemische (vgl. Abels 2015: 195ff) und epidemiologische (vgl. a.a.O.: 206) Phase des Depressionsdiskurses voraus, die das Bild von der Depression geprägt und das Phänomen psychischer Störungen wie Burnout-Syndrom medikalisiert und individualisiert haben. Dadurch wird das Burnout-Syndrom »in Analogie zum Allgemeinen Anpassungssyndrom und Stress als Störung der

63 Die Entwicklung unterschiedlicher Konzepte von Geisteskrankheiten wurde auch von der Diskussion um geschlechtliche Differenzen begleitet. Hysterie, z.B. assoziierten die Mediziner mit weiblichen Reaktionen, wobei die Neurasthenie als eine männliche Stressreaktion verstanden wurde. Wie die Diskussion um Neurasthenie zeigt, legten viele Autoren diese Diagnose »als männliches Komplement zur Hysterie aus und in der Tat kann man dies an den prozentualen Häufigkeiten der jeweiligen Diagnosen bei Männern und Frauen verfolgen. Galt die Sorge der Mediziner bis dato vor allem den hysterischen Frauen, so kamen mit der Neurasthenie nun auch vermehrt die Männer in den Fokus medizinischer Überlegungen.« (vgl. Shorter 1994: 377 zit.n. Abels 2015: 173) Damit wird ein Forschungsdesiderat umrissen, das an wissenschaftlichem Interesse gewinnt (vgl. Pfüttsch 2017).

Botenstoffe, also des biochemischen Informationsaustauschs, begriffen.« (Kury 2012: 296)

Die oben aufgeführte Periodisierung soll nicht eine zeitliche oder geschichtliche Abfolge abbilden, sondern vielmehr aufzeigen, wie sich die Problematisierung psychischer Gesundheit gewandelt und welche unterschiedlichen Formen sie angenommen hat. Die vielschichtigen Facetten dieser Entwicklung bestimmen nämlich auch die Entstehung und Funktionsweise des Präventionsdispositivs. So bezieht sich dieser z.B. auf die Freud'schen Untersuchungen, dank welchen die moderne Psychologie das Postulat verbreiten kann, »dass das Subjekt von verborgenen Kräften bestimmt wird, die ihm nicht bewusst sind.« (Meschnig 1993: 12) Um diese zu benennen und interpretieren zu können, bedarf es eines Expertenwissens. Ein Experte kann jedoch nur dann etwas bewerkstelligen, wenn der Mensch eine Aussage über sich macht, d.h. etwas gesteht – worin die mittelalterliche Sorge um die Seele zum Ausdruck kommt. Indem die Buß- und Beichtpraktiken den Weg zu den Technologien des Geständnisses gebahnt haben, wurde »das Vordringen in die geheimsten Nischen des Individuums, die Kenntnis seiner verborgensten Wünsche und die Transformation eines kulturellen Zwanges in ein individuelles Gefühl der Freiheit« möglich (ebd.).⁶⁴ Auch die spätmodernen industriellen und kapitalistischen Entwicklungen, die die Thematisierung stressbedingter Störungen begleitet haben, zeigen, wie sich die Psyche unaufhaltsam zur Projektionsfläche gesell-

64 Den Anfang dieser Technologien und deren Wandlungen verortet Meschnig in die vormoderne ökonomisch-politischen Veränderungen. So wurde bspw. durch die zunehmende Individualisierung und Auflösung traditioneller Bezüge das Subjekt aufgefordert, in sich selbst eine Identität zu erzeugen. »Das moderne Subjekt ist nicht stumm. Im Gegenteil: es muss sprechen. Bestimmte Formen des Wissens, wie sie etwa in der Psychologie, der Pädagogik oder auch der Medizin angestrebt werden, verlangen nach einem sprechenden Subjekt. Da aber das Subjekt gleichzeitig nicht mehr weiß, was ihm entgeht, braucht es technische Verfahren und kompetente Fachleute um seine Wahrheit an den Tag zu fördern.« (Meschnig 1993: 84) Meschnig zeigt in seiner Studie auch weitere Modifikationen, durch die die Produktion der Wahrheit seitens des Subjekts die westliche psychische Landschaft geprägt hat (vgl. a.a.O.: 84ff). In ähnlicher Weise untersuchte auch Ingar Abels, wie durch den Depressionsdiskurs »jene Form der Normalisierung genau wirkt, die auffällige Subjekte an einem Set von positiven Wissensbeständen misst, pathologisiert und dadurch erst normalisiert.« (Abels 2015: 80) Die Problematisierung der Depression entlarvt sie dann durch die Hinterfragung der Praktiken, die die depressiven Subjekte hervorbringen, definieren und subjektivieren (d.h. sie zur Selbstführung anleiten): »Mit welchen Techniken soll das Subjekt auf sich einwirken oder auf sich einwirken lassen, um sich als depressives Subjekt zu identifizieren und dann zu verändern? Was sind die genauen Ziele dieser Interventionen, die als Antwort auf eine spezifische ›Sorge um Depressionen‹ gegeben werden? Gibt es in diesem Sprechen ein leises, implizites Raunen darüber, wie Subjekte zu Beginn des 21. Jahrhunderts mit ihren Traurigkeiten und Melancholien umgehen sollen?« (a.a.O.: 81 [Herv. i. O.]

schaftlichen Unbehagens und zum Terrain politischer Machtkämpfe entwickelt hat (vgl. Rau 2010: 417).

5.3.2 Psyche als Ort der Machtkämpfe

Wie im letzten Teil gezeigt wurde, war die menschliche Seele bzw. Psyche als Gegenstand zahlreicher Thematisierungen in der Geschichte westlicher Gesellschaften durchaus präsent. Die Individuen haben dadurch gelernt, über ihr psychisches Wohlbefinden nachzudenken, es als öffentliches Thema zu präsentieren und die erlebten Befindlichkeiten vor sich und vor den anderen zu gestehen. Mit dieser Verselbstständigung des psychischen Diskurses wurden die Individuen zu immer größerer und umfangreicherer Transparenz und Offenheit geführt. Die psychische Gesundheit, gleichwie ihre Negation, die Krankheit, lassen sich dadurch »als soziale und zugleich diskursive Konfliktfelder« betrachten (Poczka 2017: 17). Sie verbinden in sich ebenso individuelle Eigenschaften wie sozial und diskursiv eingeprägte Verhaltensweisen, Normen und Erwartungen. Das gegenwärtige Verständnis von Psyche kann daher als »ein materialisiertes Ensemble von modernen Konzepten und Praxen des Selbst verstanden werden, das es dem Einzelnen erlaubt, sich praktisch und sinnhaft als individualisiertes Subjekt zu sich und anderen ins Verhältnis zu setzen und dieses Verhältnis durch eine reflektierte Arbeit am Selbst führen und verändern zu können.« (Rau 2010: 179) Die Arbeit an sich selbst korrespondiert in diesem Sinne mit den neoliberalen Ansprüchen an die Subjekte, sich selbst optimal zu organisieren und den inneren wie äußeren Anforderungen entsprechend zu handeln. In ihrer Studie zur *Psychopolitik* geht Alexandra Rau aus einer der westlichen Gesellschaften gestellten Diagnose der »Subjektivierung von Arbeit« (vgl. Moldasch & Voß 2002a zit.n. Rau 2010: 9) heraus. Die Ursachen ihrer Entstehung sieht sie einerseits darin, dass Beschäftigte zur Selbststeuerung von Arbeitsprozessen aktiviert werden und »einem Erfordernis zur Selbst-Organisation und Selbst-Überwachung ausgesetzt sind« (vgl. Lohr 2003: 511 zit.n. Rau 2010: 10), und andererseits darin, dass sie, als Subjekte der Arbeit, »sowohl sinnvolle Arbeitsinhalte als auch die Gestaltung der eigenen Arbeitsbedingungen« einfordern (Rau 2010: 11). Diese, mit dem fortschreitenden kapitalistischen Strukturwandel einhergehenden Anforderungen an die Selbstsorge, werden von manchen Forschern als die Wirkung eines Aktivierungsdispositivs umschrieben (vgl. Gilles 2008; Abels 2015). Im Zentrum dieses Dispositivs stehen disparate Aktivierungsstrategien, mit denen komplexe Technologien der Selbst-Aktivierung beschrieben werden, »die darauf zielen, die eigenen physischen, psychischen und sozialen Fähigkeiten als aktivierbare Ressource zu erkennen.« (Abels 2015: 255) Beispiele solcher Strategien lassen sich »innerhalb der Re-Organisation der öffentlichen Verwaltung, in Management-Ratgebern und den Appellen an eine aktive Gestaltung der Lebensführung und der Gesundheit finden.« (a.a.O.: 244) Mit ihrer Hilfe wird die Psyche nicht nur

zum »Objekt von Interventionen, die sie lediglich leistungs- und widerstandsfähiger und das Individuum damit arbeitsfähiger machen« (a. a. O.: 276f), sondern zu einer offenen Arena, »in der Individuen Themen der Selbstbestimmung und des Glücks verhandeln.« (Abels 2015: 277; vgl. auch Duttweiler 2004) So gedeutet wird die Psyche zu einem Kampf-Terrain, »auf dem und durch das regiert werden kann, wo Verletzungen (Scham, Entwürdigung, Verlust von Integrität, Desidentifikation usw.) wie auch Ermächtigungen (Anerkennung, Befreiung usw.) statt haben; wo all dies ungleich verteilt und normativen Vorstellungen unterworfen wird; wo es ein Begehren nach dem Selbst gibt, das ausbeutbar ist (vgl. Butler 2001: 12).« (Rau 2007: 43) Und es ist dieses Terrain, auf dem sich die Psyche mit den Regierungstechnologien verschränkt und zu einer allgemeinen Psychopolitik wird.

Psychopolitik ließe sich als ein Set von alltäglichen Strategien und Praktiken deuten, »die sich auf die Führung und Bearbeitung der Technologien des Selbst beziehen und im Modus der Psyche mit Herrschaftstechniken vermitteln.« (Rau 2010: 295) Mit diesem Begriff wird eine Regierungsweise bezeichnet, die heutzutage den Aufstieg psychologischer Rationalitäten markiert, welche Befreiung, Normalität und Orientierung verheißten und zur »Vervielfältigung des Lebens, der Möglichkeiten des Fühlens und Wahrnehmens oder schlicht [zur] Möglichkeit, anders zu leben« führen sollten (Abels 2015: 192). Gleichzeitig ist durch die Verschränkung von Regierungstechnologien und popularisierten psychischen Geständnissen die menschliche Psyche deutlich durchsichtiger und lesbarer, und damit auch verletzbarer, geworden. Die Psyche funktioniert daher nicht nur als eine »reflektierte Praxis von Menschen« (Foucault [1978] 2004: 359 zit. n. Rau 2010: 180), sondern auch als ein Terrain, von dem ausgehend und um es gruppiert »Kämpfe geführt werden (können).« (a. a. O.: 417) Die Individuen können nämlich ihre innersten Bewegungen und Sehnsüchte nur dann gestehen, wenn sie in einem diskursiven Feld erst einmal intelligibel erscheinen können. Erst das Benennen und In-Wort-Fassen eines Gefühls oder eines Gedankens macht die psychischen Zustände plausibel und zugänglich. So kann die Psyche als ein diskursiv hervorgebrachtes Problemfeld charakterisiert werden. Und es ist ihr Eintreten »als Diskurs und Praxis auf signifikante, und zwar hegemoniale Weise ins Feld der Macht« (ebd.), die es erlaubt, von *Psycho-Politik* zu reden. Aus macht- und herrschaftskritischer Perspektive eröffnet sich dann Frage, wie sie als Ort der Subjektformation und gleichzeitig als Ort, wo »Kämpfe um das Selbst« (ebd.) ausgetragen werden, funktioniert.⁶⁵ Die Sub-

65 Rau verbindet das Terrain der Kämpfe, das sie in der Psyche entziffert, mit den emanzipatorischen Anforderungen der feministischen Bewegung. Am Beispiel der Selbsterfahrungsgruppen, in denen die Frauen ihre Erfahrungen der Unterdrückung teilen, demonstriert sie die Programmatik dieser Kämpfe: »Indem Frauen sich in einem gruppenspezifischen Prozess zu Psychoexpertinnen ihrer selbst ermächtigen, werden sie im selben Atemzug nicht nur Gesellschaftsanalystikerinnen, darüber hinaus erhält die persönliche, therapeutische Selbsterforschung den Status einer politischen Strategie, eines politischen Kampfmittels, das ver-

jektformation ebenso wie die Kämpfe um das Selbst knüpfen unmittelbar an die neoliberale Regierungsrationaltäten an, die sich auf zwei Ebenen etabliert haben:

- Auf der strukturellen und institutionellen Ebene bildet sich im 18. und 19. Jahrhundert eine liberale Rationalität der Gesundheitsregierung, deren Entwicklung »auf einer andauernden Rationalisierung der Verfahren [basierte], durch die die Menschen zu einem bestimmten gesundheitsbezogenen Verhalten angeleitet und Regierungen zu bestimmten gesundheitspolitischen Strategien motiviert und für diese legitimiert wurden.« (Poczka 2017: 421)
- Auf der individuellen Ebene kommt es im 20. Jahrhundert und am Anfang des 21. Jahrhunderts zur schrittweisen *Psychiatisierung* des Alltags (vgl. Castel et al. [1979] 1982). Das Funktionieren dieser Rationalität offenbart sich in dem ständigen Praktizieren psychischer Hygiene durch Gespräche über eigene Gefühle, Gedanken, Träume, Vorstellungen, Sehnsüchte usw.

Beide Rationalitäten lassen sich als Bestandteile neoliberaler Regierungsregime bezeichnen, welche einerseits eine institutionelle Veranlagung benötigen und andererseits auf Wissensproduktion – durch individuelle Geständnisse – angewiesen sind. Ein kennzeichnender Aspekt neoliberalen Regierens ist im Weiteren die permanente Differenzierung: »Die liberale Regierung darf, um effektiver zu sein, vor allem nicht unnötig regieren. Dafür ist eine Unmenge an Differenzierungen nach dem Kriterium der optimalen Regierbarkeit des jeweiligen Problems und der für jedes Problem geeignetsten Techniken vorzunehmen.« (Poczka 2017: 434) Daher muss auch das psychische Befinden kontinuierlich differenziert werden, um für jede neue Diagnose eine passende Heiltechnik anwenden zu können und die Individuen auf sie zu verweisen. So gewinnen sie nicht nur das Gefühl, dass sie um ihre *Störungen* und *Erkrankungen* wissen und dass diese *heilbar* sind, sondern dass sie mit ihren Zuständen *normal* leben und sie für *selbstverständlich* und natürlich halten können. Die neoliberale Psychopolitik setzt also solche Mechanismen ein, »die es für jedes Individuum zum persönlichen Nachteil machen, ihrer Rationalität zuwider zu handeln.« (Ebd.) Eine solche Differenzierung kann beispielhaft an dem Problematisieren des Burnouts veranschaulicht werden.

spricht, die patriarchale »Unterdrückung zu besiegen«. Wenn folglich das Private für politisch erklärt wird, bedeutet dies nicht zuletzt zu erkennen, dass sich das politische in der psychischen Struktur (wie im Psychosexuellen) spiegelt und verdichtet. Es wird damit zum Ort und zum Modus einer feministischen widerständigen Praxis. [...] Politisch zu sein und sich die Welt gestaltend anzueignen heißt also auch, sich selbst und die Beziehung zu anderen authentisch zu leben.« (Rau 2010: 288 [Herv. i. O.]

5.3.3 Burnout als Regierungstechnik des Präventionsdispositivs

Anlehnend an die neoliberale Taktik der Differenzierung zählt Burnout zu einer Störung, die nicht eindeutig definiert werden kann. Dem liegt die Tatsache zugrunde, dass sich seine Definition in den meisten Fällen »auf einzelne Personen und nicht auf das Verhalten einer ganzen Kohorte im Zeitverlauf« bezieht (Burisch 2014: 239). Damit dürfte »die Zahl inoffiziell-persönlicher Definitionen bzw. Varianten [...] annähernd der Gesamtzahl Betroffener entsprechen.« (Hillert & Marwitz 2006: 280) Gerade wegen der personalisierten und also individuell differenzierten Beschreibung des psychischen Befindens beim Burnout ließe sich diese Störung als eine neoliberale Regierungsform entschlüsseln. Bei dieser psychischen Erscheinung ist es der Betroffene selbst, der seinen Zustand beschreiben und deuten muss, trotz der Verwirrung, die damit einhergeht: »Er ist Bewohner einer Zwischenwelt. Offiziell ist er nicht krank. Er fühlt sich aber auch nicht gesund. Wie soll er also diesen Zustand interpretieren und wie soll er seine Beschwerden einordnen?« (Brendt & Sollmann 2012: 23) Wird dann die Störung als individuelle Angelegenheit präsentiert, braucht sie auch auf der individuellen Ebene eine entsprechende Behandlung. An dieser Stelle knüpfen die Praktiken des Präventionsdispositivs an.

Wie die Forscher zeigen, fokussieren die meisten Ansätze zur Burnout-Prävention auf »Verhaltensprävention« – also auf Modifikation der individuellen Risikofaktoren: 86 Prozent der Studien bezüglich Prävention von Stress-Belastung und Burnout beziehen sich auf die individuelle Ebene, wobei meist kognitiv-verhaltenstherapeutische Interventionen empfohlen werden (Walter/Krugmann/Plaumann 2012).« (Gross 2016: 260 [Herv. i. O.]) Diese Strategie des Präventionsdispositivs dient im Licht der neoliberalen Leistungslogik zum einen dem Auftrag zur Selbstoptimierung: »Burnout soll von den Betroffenen möglichst zügig, unter Einsatz optimaler Ressourcen und durch den vollen persönlichen Einsatz bearbeitet und gelöst werden.« (Heinemann & Heinemann 2016: 248) Andererseits inkorporiert das Dispositiv der Prävention auch die (möglichen) Versuche der Betroffenen, ihr Burnout als Anerkennung für die vollbrachten Leistungen zu akzeptieren und Burnout als persönliche Auszeichnung umzudeuten, und zwar so, »dass man jetzt die »Anerkennung für das Arbeitsleid« (wenn schon nicht für die früher geleistete Arbeit) sucht – und im Falle der Veröffentlichung einer Burnout-Symptomatik oft auch findet.« (Gross 2016: 263 [Herv. i. O.]) Als eine Regierungstechnik funktioniert dabei auch die dazu notwendige therapeutische Behandlung.

Die psychotherapeutischen Maßnahmen und Verfahren zeitigen unterschiedliche Effekte bei der Behandlung des Burnout-Syndroms. Aus kritischer Perspektive lassen sich Aspekte kontrollierender und disziplinierender Techniken beobachten, die in der introspektiven, auf sich selbst bezogenen Therapie enthalten sind. Christina Sonnenfeld schrieb dazu: »[D]er Zwang zur positiven, und vor allem selbsttätigen

gen Auflösung von Leiden soll die Seele ruhig stellen. Abwesenheit jeglicher unkalulierbarer Irritationen, keine Leiden, keine Schmerzen – das ist das Ideal.« (Sonnenfeld [1989] 2016: 33) Damit soll nicht nur die Problematisierung innerer Konflikte und Schwierigkeiten mit der Selbstbemeisterung als Gegenstand der Kritik erscheinen, sondern auch der breitere, gesamtgesellschaftliche Kontext reflektiert werden:

»Eine Fokussierung ausschließlich auf einen dekontextualisierten Homo oeconomicus kann die Individualisierung und Pathologisierung gesellschaftlicher Probleme nur fördern, statt diese Entwicklung zu problematisieren. Daher bleibt die Tätigkeit der Therapeut/innen eine eminent politische – auch und gerade dann, wenn sich Ärzte/Ärztinnen und Therapeuten/Therapeutinnen als ›unpolitische‹ Experten/Expertinnen verstehen.« (Gross 2016: 265f [Herv. i. O.]

Indem das Präventionsdispositiv als eine Selbstverständlichkeit, und also unproblematisch erscheint und daher keiner Reparatur oder gar Verwerfung bedarf, braucht es eine sensiblere Zugangsweise, um seine Wirkung und seine unterschwelligsten Machteffekten zu entfalten. Wird nämlich Burnout als »eine Wirkung neoliberaler Gouvernamentalität« (Hillebrand 2013: 131) identifiziert, so gilt es diese Regierungstechnologie zu hinterfragen und ihre Mechanismen genauer auszuloten. Wie bereits erwähnt, finden um die Prozesse der Subjektformierung und der Führung des Selbst mannigfache Kämpfe statt, die von der Psyche aus strukturiert werden (vgl. Abels 2015: 193) und die einen konstitutiven Moment des Regierens darstellen (vgl. Maasen 2011: 9). Es handelt sich dabei um ganz konkrete Kämpfe, die die Individuen in ihren Selbstregierungspraktiken vollziehen: »Kämpfe um Teilhabe, Schutz, Rückzug, die Möglichkeit, jemand anders zu sein, Kämpfe um Solidarität und um die Möglichkeit, nicht identisch sein zu müssen mit sich selbst.« (Abels 2015: 193) Selbst bei Burnout können diese Kämpfe unterschiedlich aussehen. So kann man bspw. »die Selbstbeschreibung als Burnout-Opfer auch lesen als eine subversive Verwendung des rhetorischen Arsenal der neoliberalen Optimierungsgesellschaft.« (Gross 2016: 263) Oder, wird der Burnout als Scheitern an der aktiven Gestaltung des Selbst und an der Sorge um die eigene Gesundheit gedeutet, so erwächst gerade aus diesem Scheitern »das Potenzial, Gesundheit gesamtgesellschaftlich in Begriffen und Konzepten zu problematisieren, welche politisch über die neoliberale Programmatik hinausweisen.« (Brunnett 2007: 181)

Die Kämpfe um das Selbst können allerdings auch auf einer kollektiven Ebene stattfinden. Einer der ersten Versuche eines solchen öffentlichen und kollektiven Kampfes war z.B. die Demonstration der aktivistischen Gruppe *Feel Tank Chicago* im Jahr 2003. Gekleidet in Pyjamas und Bademantel wollten die Demonstranten die Depression und das *feeling bad* ihrer neurochemischen Deutungshoheit entziehen und »im Zusammenhang mit neoliberalen Arbeits- und Lebensverhältnissen, mit Homophobie, Sexismus und postkolonialem Rassismus als public feelings [...] poli-

tisieren. Das Gefühl in einer Sackgasse zu stecken, nicht zu wissen, was zu tun ist, nicht aufstehen zu können oder blockiert zu sein, ist demnach nicht als Krankheitssymptom zu betrachten, sondern als Ausgangspunkt für politisches Engagement und soziale Veränderung.« (Bernet 2012: 189) Diese kollektiven und individuellen »Kämpfe um Subjektivierung« (Rau 2010: 44) gilt es im Rahmen einer kritischen Untersuchung zunächst »als solche überhaupt sichtbar zu machen und sie als solche anzuerkennen« (ebd.), was auch das vorliegende Projekt beabsichtigt hat.

5.4 Das Denken in Risiken

Für einen fruchtbaren Boden, auf dem die Prävention gesellschaftlich thematisiert werden und gedeihen konnte, hat die wachsende Problematisierung des Risikos gesorgt. Die Problematisierung des Risikos lässt sich erstens entlang der historischen Entwicklung der Verpflichtungsbeziehungen zwischen dem Staat bzw. der Gesellschaft und dem Individuum beobachten. Zweitens können ihre Formen vor dem Hintergrund der globalen Entwicklungen beschrieben werden. Schließlich lässt sich drittens die Problematisierung des Risikos als ein Diskurs auffassen, der quer zu den beiden obengenannten Themen liegt. Die drei unterschiedlichen Dimensionen der Risiko-Problematisierung werden in dieser Reihenfolge kurz umrissen.

5.4.1 Historische Konturen der Risikoproblematisierung

Die historische Entwicklung der Risiko-Problematisierung folgt drei wechselnden Linien zwischen der individuellen und der gesellschaftlichen Verantwortung für Risiken.

- Die erste Linie fing mit der Notwendigkeit an, wirtschaftlichem Schaden vorzubeugen. Diese Notwendigkeit hat womöglich mit dem Aufbau institutionalisierter Marktbeziehungen sowie mit den Entdeckungen neuer Transportwege im 16. Jahrhundert an Bedeutung gewonnen. Mit der Versicherung von Waren und Gütern sollte eine »Übernahme von Verlustrisiken gegen vorherige Prämienzahlung« erzielt werden (Conze 2018: 43). Wenn die Unsicherheiten, die mit dem ökonomischen Handel verbunden waren, in Risiko verwandelt wurden, konnte das Geschäft auf seine konkreten Fallstricke berechnet und versichert werden: »Denn versichert werden nicht unkalkulierbare Gefahren oder Unsicherheiten, sondern kalkulierbare Risiken. Diese Transformation von Unsicherheit und Gefahr in Risiko ist der Kern des Versicherungsgeschäfts.« (Ebd.) Diese wirtschaftliche Rationalität wurde von einer rechtlichen Auffassung der bestehenden Verträge begleitet. Demnach haben sich die Fragen der Verantwortung für mögliche Risiken mit der Versicherung der Güter und Waren und der rechtlichen Haftung für die entstehenden Übel verbunden, was zu einer

Entstehung des Dispositivs der *Haftung* führte, »wodurch jede*r für sich selbst verantwortlich gemacht werden konnte.« (Perthus 2016: 28)

- Die zweite geschichtliche Linie hat mit der industriellen Revolution begonnen. Mit ihr haben sich Fragen der Arbeits-, Unfall- und Altersvorsorge auf neue Weise gestellt und drängten den Staat zur Sorge für die beschäftigten Bürgern und ihre Familien. Die sodann entstehenden *Versicherungsgesellschaften* fungierten als Gesellschaften, »in denen an die Stelle sozialer Unsicherheit für die große Mehrheit der Bürger eine seitens des Staates garantierte allgemeine soziale Absicherung trat. Der Sozialstaat spielte eine fundamentale Rolle, wo es um das ›Begrenzen von Risiken‹ ging.« (Castel 2009: 24 [Herv. i. O.]) Damit wechselte die »Sicherheitsfrage vom Problem der ›Verantwortlichkeit‹, der ›Haftung‹, zum Problem der ›Solidarität‹, der ›Gesamtschuldnerschaft‹.« (Ewald [1986] 1993: 16 [Herv. i. O.]) An die Stelle des Dispositivs der Haftung tritt somit das Dispositiv der *Solidarität* bzw. das Dispositiv der *sozialen Sicherheit*. Dieses Dispositiv erwächst aus der Erkenntnis, dass die Gesellschaft »die Übel selbst erzeugt, die auf ihr lasten und ist daher gezwungen, ihre eigenen Formen der Sicherung zu finden. Die Gesellschaft als Ganzes muss für und gegen sich selbst einen Mechanismus, ein Dispositiv einrichten, das beides miteinander vereint und verschränkt: Unsicherheit, Ungewissheit, Leben mit dem Risiko auf der einen und Absicherung, Risikominimierung, Planbarkeit auf der anderen Seite.« (Bohlender 2010: 103f) Mit diesem Dispositiv ist die Prävention gegenüber arbeitsbedingten Risiken »als staatliche Aufgabe behandelt worden, die kollektiv zu lösen ist. Es ist fortan weniger um die Frage gegangen, wer die Schuld für die Schäden trägt, sondern wie die Risiken gesellschaftlich verteilt werden und wer die entstehenden Schäden tragen sollte.« (Perthus 2016: 29)
- Die dritte Linie am Ende des 20. Jahrhunderts zeichnet sich durch wandelnde und brüchige soziale Strukturen bzw. durch eine »Erosion zentraler Institutionen der ›organisierten Moderne‹ (Wagner 1995) – Arbeit, Familie und Sozialstaat« aus (Bührmann 2012: 145 [Herv. i. O.]). Diese Entwicklungen führen zu einer erneuten *Individualisierung* sozialer Probleme wie Arbeitslosigkeit, Pflege oder gar Kinderbetreuung, von denen der Staat immer mehr absieht und sie »sowohl finanziell wie auch strukturell in Frage« stellt (Castel 2009: 26). Zygmunt Bauman beschreibt diese Veränderung als einen »Ausverkauf staatlicher Hoheitsrechte im Bereich der Bereitstellung von Sicherheit und Gewißheit. Der Staat als wichtigster (vielleicht sogar monopolistischer) Anbieter von Sicherheit und Gewißheit nimmt die Sorgen und Ansprüche seiner Untertanen nicht mehr ernst.« (Bauman 2000: 216) Schließlich änderte sich mit der Betonung des ökonomischen Denkens und der Verschiebung politischer Orientierung »von wohlfahrtstaatlichen Zielsetzungen zu solchen von Wettbewerbsfähigkeit und (ökonomischem) Wachstum« (Virchow 2008: 230 zit.n. Perthus 2016: 30) auch das politische Kalkül des Risikos. Das Risiko wird ab dann »teilweise entsozia-

lisiert, individualisiert und privatisiert, damit private Individuen eigenverantwortlich für ihren Schutz sorgen.« (Perthus 2016: 30) Das Dispositiv der Solidarität wird so durch das Dispositiv der *Sicherheit* ersetzt, für die jeder alleine sorgen muss (vgl. ebd.).

Die sich wandelnden Entwicklungen der individuellen Haftung, kollektiven Solidarität und der erneut privatisierten Sicherheit zeigen, wie die diskursive Präsenz des Risikos und seine Formen in unterschiedlichen Kontexten thematisiert wurden. Je nach den wirtschaftlichen Fortschritten und verknüpft mit der Etablierung eines rechtlichen Systems (wie François Ewald im Verweis auf die Erklärung der Menschen- und Bürgerrechte (franz. *Déclaration des Droits de l'Homme et du Citoyen*) und des Code civil (franz. *Code civil des Français*) gezeigt hat (vgl. Ewald [1986] 1993: 59ff), wird das Risiko und seine Vorbeugung allmählich zum Gegenstand gesellschaftlicher Abhandlung.

5.4.2 Globale Dimension des Risikos

Das Problematisieren des Risikos findet im 20. Jahrhundert auch auf einer breiteren Skala statt. Vor allem die Erfahrungen mit den Atomwaffen in Hiroshima und Nagasaki und später auch die Nuklearkatastrophen in Kernkraftwerken Tschernobyl oder Three Mile Island haben das Potential der Bedrohung auf eine globale Ebene erweitert. Die Globalisierungs- und Digitalisierungsentwicklungen haben die globale Dimension des Risikos gezeigt und so zu einer erneuten Reflexion der bestehenden und möglichen Risiken und Gefährdungen gezwungen. In diesem Zusammenhang hat Anthony Giddens sieben Aspekte eines möglichen Risikoprofils der modernen, globalen Gesellschaft herausgearbeitet und folgenderweise skizziert:

- »Globalisierung von Risiken« im Sinne ihrer ›Verstärkung«; Beispiel: der Atomkrieg kann das Überleben der Menschheit bedrohen;
- ›Globalisierung von Risiken« im Sinne der ›zunehmenden Zahl kontingenter Ereignisse«, die jeden oder zumindest eine gewaltige Anzahl der Bewohner des Planeten betreffen; Beispiel: Veränderungen der globalen Arbeitsteilung;
- Risiken, die aus der ›gestalteten Umwelt« bzw. der ›vergesellschafteten Natur« hervorgehen: das Einsickern menschlichen Wissens in die materielle Umwelt
- die Entstehung ›institutionalisierter Risikoumwelten«, die die Lebenschancen von Millionen berühren; Beispiel: Investitionsmärkte;
- ›Bewußtsein vom Risiko als Risiko«: die ›Wissenslücken« bei Risiken lassen sich nicht mehr durch religiöses oder magisches Wissen in ›Gewißheiten« verwandeln;

- die ›weite Verbreitung des Risikobewußtseins‹; viele der Gefahren, denen wir kollektiv gegenüberstehen, sind einer großen Öffentlichkeit bekannt;
- ›Bewußtsein von den Grenzen des Expertenwissens‹; kein Expertensystem kann von den Experten restlos beherrscht werden, wenn man die Konsequenzen in Betracht zieht, die sich aus der Übernahme von Fachprinzipien ergeben.« (Giddens [1990] 1995: 156 [Herv. i. O.]

Die ersten vier genannten Risikogruppen können um weitere gegenwärtige Faktoren erweitert werden, wie die globale Erwärmung, transkontinentale und ökologische Migration, Cyberterrorismus usw. Die letzten drei Aspekte des Risikoprofils globaler Gesellschaften hängen mit der Unmöglichkeit einer transparenten massenmedialen Berichterstattung zusammen, was bspw. bei der Brexit-Kampagne, der US-Wahlen 2017 und 2020 oder anhand der populären Desinformationsportale zu beobachten ist. Gerade die Unkontrollierbarkeit des Wissensflusses stellt neue Risiken dar, die von den Regierungen nicht selten als Grund für verstärkte Überwachung und Zensur dienen. Auf den Grundlagen eines solchen globalen Risikokonzepts kann dann versucht werden, »bevölkerungs- bzw. populationenbezogene oder individuumzentrierte Prävention zu praktizieren. Dabei darf man sich nicht täuschen lassen: es kann sein, daß das Risikokonzept explizit gar nicht genannt, sehr wohl aber seine spezifische Methodik realisiert wird. Insofern kann man bereits von seiner Verallgemeinerung sprechen, die in Alltagshandeln ein- geht.« (Schulz & Wambach 1983: 9)

Hier zeigt sich die spezifische Seite des Übergangs vom Risiko zur Prävention, die sich in konkreten Regierungspraktiken realisieren kann. Paradox bleibt dabei, dass die Risiken, wie Anthony Giddens betont, »notwendig ›irreal‹ [sind], denn ein deutliches Bild von ihnen könnten wir uns nur machen, wenn sich Ereignisse abspielten, die zu schrecklich sind, um sie sich auszumalen.« (Giddens [1990] 1995: 167) Die betäubende Wirkung solcher Risiken besteht darin, dass die breite Bevölkerung einfach lernt, mit ihnen klarzukommen. Sie sind anwesend, doch die Vorstellung ihrer Bedrohung kann einerseits nicht überprüft werden, andererseits wirkt sie ziemlich paralytisch und verunmöglicht eine normale Lebensweise, was am Ende zur Entwicklung verschiedener Anpassungsreaktionen führt (vgl. a.a.O.: 168).

5.4.3 Vom Risikodiskurs zu Präventionspraktiken

Die Profilierung des Risikodiskurses fängt einerseits mit seinen historischen Grundlagen an, andererseits mit der Erzeugung einer bestimmten Empfindlichkeit gegenüber spezifischen Situationen, Prozessen oder Eventualitäten. Die Begrifflichkeiten wie Risiko, Gefahr, Verletzlichkeit, Ungewissheit, Unsicherheit, Unbestimmtheit oder Kontrollverlust antizipieren eine quasi entstandene Lücke,

die mit dem Wissen um das *Nicht-Wissen*, also um etwas, was noch nicht existiert, aber mit einem mehr oder weniger sicheren Wahrscheinlichkeitsgrad auftreten kann, gefüllt werden muss, damit sie intelligibel und regierbar gemacht werden kann. Es ist diese Wissens-Lücke, die Sorgen und Unbehagen schafft und damit Regierungspotentiale erzeugt. Das Empfindlich-Machen für bestimmte Risiken kann dann auf das Kontrollieren und Regieren ganzer sozialer Schichten und »ihrer ›vorausschauenden Verwaltung aus der Distanz« zielen (Castel 2011: 27 [Herv. i. O.]). So können gewisse Individuen oder Bevölkerungsgruppen als risikoreich eingestuft werden, womit die Einführung entsprechender Mechanismen ihrer Kontrolle und Überwachung einhergeht.⁶⁶

Ähnlich verhält sich der Risikodiskurs bei der Sorge um die Gesundheit der Bevölkerung und des Einzelnen, indem anstelle einer diagnostizierten Krankheit »die potentielle Krankheit als statistisch virtuelles, als prognostizierbares, kalkulierbares und eventuell vermeidbares Faktum [tritt]. Dieses Schema beherrscht unterdessen viele Interventionsbereiche. Ob somatische, psychische, soziale ›Fehlentwicklungen‹ auftauchen, es wird versucht, sie so früh wie möglich zu erkennen und im Keime zu ersticken.« (Schulz & Wambach 1983: 9 [Herv. i. O.]) Sodann verbinden sich der Risikodiskurs mit der Kriminalisierung einzelner Bevölkerungsgruppen, die durch Fehlentwicklung für die Gesellschaft bedrohlich sein können:

»Ettiketierungen wie ›Problemkind‹, ›verhaltensgestört‹, ›auffällig‹, ›zurückgeblieben‹, ›Schulversager‹, ›Schulschwänzer‹, ›Ausreißer‹ etc. sollen auf diejenigen Kinder und Jugendlichen aufmerksam machen, die aufgrund ihrer Verhaltensweisen auf dem Wege zu ernsthafteren Vergehen und Verstößen sind. Zunächst werden die Symptome dieser ›Prädelinquenz‹ anhand von individuellen Verhaltensweisen in Kindergarten, Vorschule, Schule, Familie aufgespürt, wobei, wie gesagt, immer davon ausgegangen wird, daß, wenn nicht rechtzeitig interveniert wird, aller Wahrscheinlichkeit nach die Eskalation zu kriminellen Handlungen eintritt. Eine direkte Wechselbeziehung zwischen gegenwärtigen Verhaltensauffälligkeiten und künftiger Kriminalität wird aufgezeigt: z.B. zwischen Leseschwäche und Delinquenz (Taglianetti 1975; de Hirsch 1972), ja, sogar zwischen Leseschwierigkeiten und Neigung zu Gewalttätigkeit (Andrew 1979), zwischen Sprachstörungen und Delinquenz (Mulligan 1972; Stevenson u.a. 1978) oder insgesamt zwischen Schulversagen bzw. Drop-out und Delinquenz (Elliot & Voss 1974). Die Korrelation zwischen individuellem Risikoverhalten und Kriminalität als statistische Größe scheint desto beliebiger zu sein, je jünger der Symptomträger ist.« (Hellerich & Wambach 1983: 130 [Herv. i. O.]

66 Diese Identifikation von Risikogruppen und –Individuen könnte sich dabei nach Robert Castel quantifizierbarer Methoden bedienen, die jeder Gruppe und jedem Einzelnen sein eigenes Risikoprofil erstellen kann: »An die Stelle von Menschen aus Fleisch und Blut tritt das Gewölk statistischer Korrelationen.« (Castel 2011: 27)

Somit konnte eine wissensbasierte Problematisierung des Risikos aus der Prävention ein Regierungsinstrument machen, das auf vielen Gebieten Anwendung findet: »Getreu der alten Volksweisheit ›Vorbeugen ist besser als Heilen‹ wurde und wird der Präventionsgedanke in Medizin und Gesundheitswesen, bei der Unfallbekämpfung, in der Äußeren Sicherheit und auch im Bereich der Inneren Sicherheit und Kriminalitätsbekämpfung aufgegriffen (Frevel & John 2014: 347 [Herv. i. O.]).⁶⁷ Umgekehrt haben auch Methoden aus anderen Gebieten Eingang in die Präventionsprogramme gefunden, wie das Beispiel des Screenings veranschaulicht, das aus polizeilichen bzw. polizeiförmigen Fahndungsmethoden übernommen wurde (vgl. Schulz & Wambach 1983: 9). Gerade mit der Entwicklung und Etablierung wissenschaftlicher Forschung konnte ein qualitativer Bruch in der Betrachtung der Prävention erkennbar werden.

Der gängige Blick auf die Prävention entziffert diese als Einführung von Maßnahmen, die der Entstehung einer unerwarteten oder bedrohlichen Situation vorbeugen sollen. Prävention oder Vorbeugung suggerieren zuerst ein reflexives Schutzbedürfnis, »wird doch impliziert, dass die Vermeidung (Prophylaxe) bzw. die Verhinderung (Prävention) schlechter Dinge (Erkrankung, Verletzung, Viktimisierung etc.) doch ›gut‹ sei.« (Frevel & John 2014: 347 [Herv. i. O.]) Außerdem sind Vorsorge und Prävention seit den ersten Kulturen bekannt und also historisch und erfahrungsgemäß begründet: »Schäden durch verschiedene Maßnahmen zuvorkommen, als Bedeutung des lateinischen ›*praevenire*‹, wie zum Beispiel Schutz gegen Angriffe oder das Anlegen von Nahrungsvorräten, hat es bereits in Hortikulturgesellschaften als Vorsorgetechniken für die erntelose Zeit und zur Vorbereitung auf die nächste Aussaat gegeben (vgl. Schüle in 1983: 23).« (Perthus 2016: 27 [Herv. i. O.]) Doch erst das Umwandeln von Unsicherheiten in wissenschaftlich generierte Gewissheiten (vgl. Bröckling 2008: 40) hat aus den präventiven Maßnahmen Selbstverständlichkeiten und notwendige Bestandteile der Politik gemacht. Die »Generalisierung des Risikos« (Schulz & Wambach 1983: 9) sorgte für Akzeptanz präventiver Interventionen, die die ganze Gesellschaft als »risikobehaftet begriffen und damit zum Objekt von präventiven Strategien« (Perthus 2016: 32) machten. Ihre Auswirkungen treten dann nicht nur in Form von Gesetzen oder Handlungsempfehlungen auf, sondern wirken gleichzeitig auch

67 Bernhard Frevel und Tobias John greifen diesen Gedanken auf und beziehen sich in ihren Analysen zur kooperativen Sicherheitspolitik auf das Stufenkonzept der Prävention von Gerald Caplan (1964), dessen primäre Prävention »auf die gesellschaftlichen Bedingungen von – hier: abweichendem/kriminellem – Verhalten [zielt].« (Frevel & John 2014: 347) Gerade die Produktion und die Differenzierung des kriminellen Verhaltens bildeten den Ausgangspunkt für Foucaults Untersuchungen zu Einsperrungs- und Überwachungspraktiken. Die Kategorien der Unterteilung in delinquente und konforme Verhaltensweisen ließen sich demnach als diskursiv erzeugte und an Machttechnologien eingebundene Regierungsrationalitäten begreifen (vgl. Foucault [1975] 2008).

in den Alltagsdiskursen. Eine bedeutende Rolle spielt dabei das Übertragen des Risikos auf die Zukunft. So müssen die Subjekte schon heute kalkulieren, wie sie ihre künftigen Arbeits-, Familien- und Lebenslagen sichern können.

Die gleichzeitige Globalisierung und Individualisierung des Risikos geht bei der Bevölkerung wie bei den Einzelnen mit dem »Versprechen auf Sicherheit« (Beck [1986] 2016: 25; vgl. auch Castel 2011: 24f) und dem Verlangen nach Schutz und Gefahrenvorbeugung einher und bildet auf dieser Basis – der Verbindung von Selbst- und Fremdtechnologien des Regierens – ein präventives Regierungsensemble, welches im Zuge der Problematisierung von Risiko und Sicherheit »Führungsverhältnisse arrangiert« (Opitz 2008: 217) hat, die Michel Foucault mit dem Begriff der Gouvernamentalität bezeichnete. Die Gouvernamentalität der Gegenwart operiert mit dem etablierten Risikodiskurs und der damit verbundenen Entwicklung des Sicherheitsdispositivs, die im nächsten Teil diskutiert wird.

5.5 Sicherheit und Gefahr

Die Sicherheit gehört mittlerweile zu einem unabdingbaren Bestandteil moderner westlicher Gesellschaften. Kaum eine Regierung kann sich den Sicherheitsfragen entziehen, mehr noch, keine Regierung kann sich als legitim darstellen, ohne die Sicherheit des Staates und der Gesellschaft zu garantieren. Sicherheit bietet also eine ideale Schablone, vor deren Hintergrund die Problematisierung des Regierens diskutiert werden kann. Im Folgenden werden daher zuerst drei Achsen des Sicherheitsdiskurses betrachtet, zweitens, die Konturen eines Sicherheitsdispositivs als einer modernen Regierungstechnologie umrissen, und schließlich drittens die Wechselbeziehungen zwischen dem Sicherheits- und dem Präventionsdispositiv beschrieben.

5.5.1 Die Sorge um die Sicherheit

Die internationale Beunruhigung hat in den letzten Jahren und Dekaden zugenommen. Zum einen hat sich das zwar bedrohliche, doch immerhin stabile bipolare System mit zwei Weltmächten mit Ende des Kalten Krieges aufgelöst. Die Hegemonie der Vereinigten Staaten als einzig gebliebenen Weltmacht konnte seitdem einen globalen Frieden nicht garantieren. Zu der wachsenden Zahl lokaler Konflikte, in die mittlerweile keine Großmacht eingreifen kann, ohne in eine internationale Isolation getrieben zu werden, kommt auch die wachsende Bedrohung durch den internationalen Terrorismus, vor allem seit der Millenniumswende. Auf dem Feld internationaler Politik steigen daher die Spannungen zwischen den Nationalstaaten, was für eine erhöhte Sensibilität gegenüber der globalen Sicherheit sorgt.

Die Sorge um die Sicherheit findet allerdings auch auf der lokalen bzw. regionalen Ebene statt. Innerhalb nationaler Staaten erregen die Sicherheitsfragen zusammen mit dem Phänomen des Populismus (vgl. Flecker & Krenn 2009: 329)

immer breitere Massen und führen nicht selten zu irrationalen und panischen Reaktionen, wie dies die europäischen und nordamerikanischen Flüchtlingskrisen beispielhaft nahegelegt haben. Zusätzlich dazu erfordern die unkontrollierbaren Cyber- und Finanzattacken neue Maßnahmen, die die sensiblen Daten vor Missbrauch schützen sollten. Durch die Digitalisierung und Vernetzung haben globale Sicherheitsfragen zusätzlich an Relevanz gewonnen.

Die einfache Skala der globalen und lokalen Sicherheitsproblematik bietet nur eine Veranschaulichung dessen, wie verbreitet und immanent die Sicherheit als tagtägliches Thema wirkt, abgesehen von Sicherheitsbelangen, die jeden Einzelnen auf unterschiedliche Weise noch konkreter betreffen. Doch der Diskurs um Sicherheit, seine Genealogie und seine gesellschaftliche Funktion lassen sich viel konkreter entlang von drei Achsen diskutieren, die an Michel Foucaults Untersuchungen anknüpfen (vgl. Foucault [1978] 2006).

5.5.2 Drei Achsen des Sicherheitsdiskurses

Als erste Achse ist die *Raumachse* zu nennen. Besonders anschaulich wird dies am Beispiel der Europäischen Union: »Blickt man zurück, so gab es noch nie in der Geschichte Europas so lange Frieden am Stück, jetzt bereits seit 70 Jahren. Und das in einer Welt, in der rings um uns herum über 40 bewaffnete Konflikte schwelen, die jedes Jahr mindestens 170.000 Menschenleben fordern.« (EU 2019) Für die Staaten Europas spielt die Sicherung des Friedens auf dem eigenen Territorium eine andauernd bedeutende Rolle. Und das nicht nur in den modernen Zeiten. Die Geschichte des Abendlandes wird von Sicherheits- und Sicherungsfragen von Anfang an durchdrungen, worauf, z.B. die Beschreibungen unbekannter Territorien auf den Europäischen Landkarten hinweisen:

»auf alten Landkarten symbolisierten bedrohliche Tier- oder Fabelwesen (*hic sunt leones*, *hic sunt dragones*) unbekannte und daher unkontrollierte Gebiete; aber auch die Bezeichnung von nicht im westlich-europäischen Sinne regierten Völkern als ›Barbaren‹ oder ›Wilde‹ verweist auf die Sicherheits- beziehungsweise Unsicherheits- und Bedrohungsvorstellungen, die mit angeblich unregierten Räumen verbunden sind.« (Conze 2018: 128f [Herv. i. O.]

Damit hat, zumindest in Europa, eine *Versicherheitlichung* unregierter Räume (vgl. ebd.) begonnen, die das Territorium als Machtsymbol erschlossen und problematisiert hat. Die Territorien und Räume besitzen unterschiedliche Qualität, werden von mehr oder weniger bedeutenden Transport- und Handelswegen durchkreuzt und müssen also nicht nur gesichert werden, sondern sichern die Stabilität des Staates selbst. Räume müssen deshalb erst dann *versichert* werden, wenn sie einem spezifischen Zweck dienen sollen, nämlich dem Machterhalt und dem Regierbar-Machen. Diese souveräne Ausübung der Macht richtet sich demnach »auf die Grenzen eines Territoriums.« (Foucault [1978] 2006: 27)

Als eine zweite Achse des Sicherheitsdiskurses lässt sich die Achse der *Bevölkerung* nennen. Das Territorium regierbar zu machen heißt, seine Bevölkerung durch disziplinarische Techniken zu Gehorsam und Unterwerfung zu führen. Eine solche disziplinarische Sicherheitstechnologie, die nicht über unmittelbaren Zwang, sondern durch Errichten von Praktiken der Selbstführung agiert, lässt sich an der Geschichte des HIV/AIDS-Diskurses ablesen:

»Von seinen Anfängen bis zu seiner aktuellen pandemischen Verbreitung steht HIV/AIDS für ein komplexes Beziehungsgefüge zwischen Regierenden und Regierten, auf dem sich ein mächtiges transnationales Schutz- und Sicherheitsdispositiv errichten konnte. Mit einer Konsequenz wie kein anderes Dispositiv vor ihm hat das im »epidemischen Zeitalter« (Singer 1993) von AIDS entstehende Sexualitätsdispositiv den Sex bestimmter Bevölkerungsgruppen mit Ansteckung und Tod identifiziert und den Topos der bedrohlichen Sexualität aktualisiert, um scharfe Grenzen zwischen »gefährdeten« und »gefährlichen« Körpern zu ziehen. Die epidemiologische Konstruktion von »Risikogruppen« – im Gegensatz zu risikanten »Praktiken« – ist von Beginn an eine wirkmächtige Aussageformation im AIDS-Diskurs. Sie stilisiert in den USA der 1980er Jahre Homosexuelle, Schwarze und Lateinamerikaner_innen zu Agent_innen des Todes, so wie sie heute ganze Kontinente und Regionen – von Afrika über die karibischen Inseln bis Lateinamerika und weiter nach Südostasien – als Gefahrenzonen entwirft.« (Laufenberg 2014: 325 [Herv. i. O.]

Am Beispiel des Sexualitätsdispositivs wird deutlich, wie die Bevölkerungsgruppen differenziert, normiert, kriminalisiert und eben dadurch regierbar gemacht werden. Das Differenzieren anhand von Geschlechterdefiziten und Konstruktionen von Risiken etabliert »eine Abhängigkeitsbeziehung zwischen Instanzen der Sicherheit und Ge- bzw. Versicherten [...]. Durch diese Abhängigkeit stehen die Versicherten in der Schuld bzw. in der Macht der Schutzgewalten. Sie sind durch diese Macht in einem eminenten Sinne verwund- und ausbeutbar. Darum ist Sicherheit gefährlich.« (Folkers 2018: 464) So wird die Bevölkerung durch statistische Verfahren, wirtschaftliche Zielsetzungen und wissenschaftliche Problematisierungen nach und nach zum Regierungsgegenstand und Objekt der Machttechniken gemacht (vgl. Foucault [1978] 2006: 120).

Eine dritte Achse des Sicherheitsdiskurses entfaltet sich vor dem Hintergrund des *Zeithorizonts*. Das Sicherheitsversprechen richtet sich nicht nur auf Räumlichkeiten und auf die Bevölkerung und deren Bestandteile, sondern auch auf die »Überwindung der Unbestimmtheit der Zukunft.« (Kaufmann 2015: 26) Das hängt mit der wachsenden Risikosensibilität zusammen, die es ermöglicht, die Dimensionen der Sicherheit zu erweitern und zeitlich unbegrenzt zu halten. Risiken als Gefahren, die noch nicht entstanden sind, aber in der Zukunft entstehen können, erzeugen Unsicherheit: »Unsicherheit (*insecurity*) wird hier als Ungewissheit

(*uncertainty*) gedeutet, dadurch entkonkretisiert und zum Gegenstand nicht mehr reaktiver, sondern ›proaktiver Sicherheitspolitik‹ (Christopher Daase) gemacht.« (Conze 2018: 55) Damit wandelt sich das Verständnis der Sicherheit als reaktiver Politik zur Sicherheit als proaktiver bzw. vorbeugender Politik. Mit ihr entstehen auch weichere Formen der Sicherheitsmaßnahmen, die sich zweckrationaler Strategien bedienen und die

»in ihrem Kern und Selbstverständnis auf ein subjekt- und situationsunabhängiges Durchspielen von Unsicherheitssituationen hinaus[laufen]. Subjekt- und situationsunabhängig (und damit dekontextualisiert) ist dieses Durchspielen, weil es unabhängig vom konkreten Fall einem bestimmten Kalkül gehorcht. Gemeint ist Wahrscheinlichkeitskalkül, das vor der Renaissance unbekannt war, im 17./18. Jahrhundert einen rasanten Aufstieg erlebte und sukzessive soweit universalisiert wurde, dass der Wahrscheinlichkeitsbegriff im 20. Jahrhundert ›den Begriff der Kausalität allmählich verdrängt hat.« (Bonß 2010: 44 [Herv. i. O.]

Basierend auf dem Wahrscheinlichkeitsgrad des Auftretens einer Gefahr können auch Sicherheitsfragen gradiert und grenzenlos werden. Was als Sicherheitsrisiko gilt und was nicht mehr, kann auf einer Skala eingestuft und dementsprechend als politische Agenda verzeichnet werden. Dies bezeugt der Begriff der *erweiterten Sicherheit*, welcher »seit den 1970er Jahren – und das nicht nur in Deutschland – aus dem politischen Vokabular nicht mehr verschwunden [ist].« (Conze 2018: 50) So können dank der proaktiven Sicherheit, d.h. zwecks Vermeidung bzw. Minimierung des Risikos, notwendige Schutzmaßnahmen veranlasst werden, die die Aktualität der Gefahr, die bekämpft und abgewehrt werden soll, immer wachhalten (vgl. Demirović 2008a: 245).

Die drei schematischen Achsen des Sicherheitsdiskurses veranschaulichen, wie sich die Rationalität der Sicherheit sukzessive entwickelt hat und sich Räume, Bevölkerung und Zukunft als Elemente der Sicherheitspraxis vereinnahmt hat. Die Verbindung dieser Elemente zusammen mit einer bestimmten Rationalisierung des Politischen (vgl. Opitz 2008: 218), die das Regieren dieser Elemente intelligibel macht, hat die Entwicklung eines Sicherheitsdispositivs ermöglicht, dessen Aufgabe darin besteht,

»[d]as Territorium nicht mehr befestigen und markieren, sondern die Zirkulationen gewähren lassen, die Zirkulationen kontrollieren, die guten und die schlechten aussortieren, bewirken, daß all dies stets in Bewegung bleibt, sich ohne Unterlaß umstellt, fortwährend von einem Punkt zum nächsten gelangt, doch auf eine solche Weise, daß die dieser Zirkulation inhärenten Gefahren aufgehoben werden.« (Foucault [1978] 2006: 101)

5.5.3 Konturen des Sicherheitsdispositivs

Das Sicherheitsdispositiv beschreibt zunächst eine analytische Kategorie, mit der die Regierungsarrangements der Moderne, die versuchen, ein kontrollierbares Territorium, disziplinierte Individuen und eine gegen Gefahren und Prozessstörungen gesicherte Bevölkerung einzurichten (vgl. Foucault [1978] 2006: 27), untersucht werden können. Dieser Regierungsmechanismus lässt sich durch folgende vier Aspekte umschreiben:

Zum einen ist für eine solche Regierungspraxis nicht das Betreiben eines sicheren Überlebens zentral, sondern die Steigerung der wirtschaftlichen Produktivitätsmöglichkeiten, der Natalität und Vitalität der Bevölkerung sowie der Militärfkraft. Um dies alles störungsfrei sichern zu können, bedient sich das Sicherheitsdispositiv der beobachteten Gesetzmäßigkeiten des Marktes und der damit beginnenden liberalen Rationalität. Die Entstehung des Sicherheitsdispositivs bzw. der Sicherheitsdispositive – die auf unterschiedlichen Territorien und zu unterschiedlichen Zeiten verschiedene Formen angenommen haben –, ist »an die liberale Gesellschaft, den liberalen Staat und an liberale Gouvernementalität gekoppelt.« (Conze 2018: 103) Gerade der liberale Ordnungsgedanke strukturiert aufs Neue die Machtverhältnisse zwischen seinen Komponenten. Die Macht im (liberalen) Sicherheitsdispositiv operiert dann »nicht normativ und ausgrenzend, sondern lässt die Dinge geschehen. Sie orientiert sich an statistischen Normalitätserwartungen, die die Grenzen des Akzeptablen festlegen, und stützt sich auf ein Kalkül, das die Kosten der Machtanwendung einbezieht.« (Demirović 2008a: 242) Damit liegt das Spezifikum eines Sicherheitsdispositivs darin, »die Verbindung liberaler Freiheit (des Einzelnen) mit einem fortexistierenden Koordinations- und Regulationsinteresse des Staates« zu schaffen (Conze 2018: 103).

Zum anderen agiert das Sicherheitsdispositiv als eine Rationalität, bei der es darum geht, »weder den Standpunkt des Unterbundenen noch den Standpunkt des Verbindlichen einzunehmen, sondern ausreichend Abstand zu gewinnen, damit man den Punkt erfassen kann, an dem die Dinge sich ereignen, seien sie nun wünschenswert oder nicht.« (Foucault [1978] 2006: 75) Dieser analytische Blickwinkel entlarvt das Dispositiv der Sicherheit als eine immanente Regierungsordnung, die die Verläufe nicht erzwingt, sondern sie kanalisiert, die Dinge nicht erzeugt, sondern sie differenziert, die Bevölkerung nicht gefährdet, sondern zum Objekt der Sicherheitsmaßnahmen macht, um »deren Lebensbedingungen zu gestalten und zu sichern.« (Folkers 2018: 449) Gerade dank diesem immanenten Bezug zur Realität konnte sich das Sicherheitsdispositiv erfolgreich etablieren. Und zwar indem es unaufhörlich seine Elemente in Bezug zueinander gebracht, in Gang gesetzt und überwacht hat: »das Gesetz verbietet, die Disziplin schreibt vor, und die Sicherheit hat – ohne zu untersagen und ohne vorzuschreiben, wobei sie sich eventuell einiger Instrumente in Richtung Verbot und Vorschrift bedient – die wesentliche

Funktion, auf eine Realität zu antworten, so daß diese Antwort jene Realität aufhebt, auf die sie antwortet – sie aufhebt und einschränkt oder bremst oder regelt.« (Foucault [1978] 2006: 76)

Außerdem ließe sich das Sicherheitsdispositiv im konkreten historischen Wandel als ein Faktum, als eine faktische Wirksamkeit beschreiben. Ob auf direkte und sichtbare Weise (beobachtbar an architektonischen Arrangements wie Grenzen, Barrieren, Waffensystemen usw.) oder indirekt und unterschwellig (wie im Falle der Überwachungssysteme, Propaganda oder Gesetze) funktioniert das Sicherheitsdispositiv als ein Ensemble ganz konkreter Objekte, Praktiken und Subjektivierungsformen. Damit wird dem Begriff des Dispositivs eine doppelte Form verliehen:

»Es ist nicht nur das, was von einer einheitlichen Logik durchweht ist, es ist auch das Prinzip, das diese einheitliche Logik weiter ausbreitet, ein wirksames Dispersions- und Distributionsprinzip. Die Vorsilbe des Begriffs wird oft übersehen. Es ist ein Dis-positiv, also weder eine Gegebenheit, die einfach so beobachtbar wäre, noch eine bloße epistemische Konstruktion. Das Dis-positiv ist ein nicht positiver, nicht unmittelbar sichtbarer Teil der Wirklichkeit. Etwas, das die Positivitäten, die Gegebenheiten anordnet, verteilt und verbindet.« (Folkers 2018: 213)

Schließlich nimmt das Dispositiv der Sicherheit außer räumlichen auch zeitliche Konturen an, wie dies bereits bei der Problematisierung des Sicherheitsdiskurses erwähnt wurde (vgl. Conze 2018: 127). Die erzeugten Gefährdungen und Risiken ziehen dann nicht nur das Versprechen von Sicherheit und Ordnung nach sich (vgl. a.a.O.: 147), sondern auch eine zeitliche Vorstellung von dem, wie und vor allem wann die Gefahren abgewehrt werden sollen. Wenn sich Sicherheit in konkrete Maßnahmen umschreibt, so folgen diese einem Zeitplan bzw. einer Zeitachse, auf der sich die jeweiligen Schritte ereignen sollen. Damit eröffnet das Dispositiv die Zeitasche in Richtung Vergangenheit und in Richtung Zukunft: »Die mühevollen Entstehungsgeschichte des Dispositivs bleibt als sein Gedächtnis präsent und spannt so ein Feld geteilter Problemlagen und konditionierter Möglichkeiten auf, das zukünftige Reaktionsbildungen nicht determiniert, aber mehr oder weniger wahrscheinlich macht.« (Folkers 2018: 457f) Dieses Gedächtnis enthält Taktiken und Strategien des Machterhalts, die sich an verschiedene geschichtliche Entwicklungen bzw. Ereignisse kontinuierlich anpassen. So war bspw. für die Regierungen des 17. und 18. Jahrhunderts der Nahrungsmangel »das Musterbeispiel für ein Ereignis, das es aus einer ganzen Anzahl von Gründen zu vermeiden gilt, die offensichtlich sind.« (Foucault [1978] 2006: 53) Andererseits haben die Entwicklungen in den städtischen Räumen zur Bearbeitung ihrer Zukunft geführt, d.h.

»daß die Stadt nicht im Zusammenhang einer statischen Wahrnehmung aufgefaßt oder gestaltet wird, die für den Augenblick die Vollkommenheit der Funktion gewährleisten würde, sondern sie öffnet sich für eine nicht genau kontrollierte oder kontrollierbare, nicht genau bemessene oder meßbare Zukunft, und die gute Stadtgestaltung ist genau folgendes: dem Rechnung tragen, was geschehen kann.« (a.a.O.: 39)

Mit der Entwicklung des Sicherheitsdispositivs wird also eine permanente Problematisierung der Zukunft in die Regierungspraxis eingeführt (vgl. Conze 2018: 44). Die vier Konturen umrahmen skizzenhaft die Wirkungsweise eines Dispositivs der Sicherheit. Dieses lässt sich nicht als ein bloßes geschichtliches Ereignis begreifen, sondern eher als eine wandelnde Form der Regierungstechnologien, die sich durch die Anpassung an neue Ereignisse und Widerständigkeiten fortentwickeln. So könnte sich im Regierungsdenken der Staatsräson das *Disziplinardispositiv* als eine entsprechende Regierungstechnologie durchsetzen, im liberalen Regierungsdenken das *Sicherheitsdispositiv* und, als Fortsetzen dieser Logik, im neoliberalen Regierungsdenken das *Präventionsdispositiv*.

5.5.4 Vom Sicherheits- zum Präventionsdispositiv

Eine Trajektorie des Übergangs vom Dispositiv der Sicherheit zum Dispositiv der Prävention beschreiben zu wollen heißt, diejenigen Wende- und Bruchpunkte aufzugreifen, die auf eine veränderte Wahrnehmung von Regierungsproblemen hinweisen. Auch Gefahr oder Sicherheit werden damit als Ergebnisse »einer Deutung von Realität« (Conze 2018: 70) verstanden, die sich im Zeitverlauf wandeln und unterschiedliche Formen aufnehmen kann. Um diese Wandlungen beobachten zu können, erweisen sich vier Perspektiven als besonders hilfreich.

Die erste, *historisch-philosophische Perspektive* nimmt den Wandel von der Vormoderne zur Moderne in den Blick und mit ihm auch den Wandel der Logik von Welterklärung. So basierte die vormoderne Welterklärungslogik darauf, »dass alles auf einen absolut geltenden Ursprung zurückgeführt und als seine Hervorbringung verstanden werden konnte.« (Vobruba 2010: 252) Demgegenüber machen die Menschen der Moderne die Erfahrung, »dass hinter ihnen nichts ist, sie sehen sich ›rückverwiesen auf sich selbst‹. Dies hat Konsequenzen. ›Diese Rückverwiesenheit auf sich selbst‹ wurde überwiegend als ambivalente Erfahrung zwischen Verlust von Sicherheit und Chance zur Selbstgestaltung registriert und beschrieben.« (ebd. [Herv. i. O.]) Der moderne, auf sich selbst verwiesene Mensch muss seine Lebens- und Überlebenschancen an sich selbst binden und statt sich auf eine *vis major* zu stützen, muss er in sich selbst die nötigen Ressourcen aufbauen, die eigene Kalküle präzisieren, das Funktionieren der Gesellschaft überblicken und die Selbstgestaltung anhand der vorgeschriebenen Prinzipien praktizieren. Das moderne Individuum muss mithin die Sicherheit zu einem der zentralen Ziele seiner

Selbstgestaltung machen (vgl. a.a.O.: 253). Dieser von der Vormoderne zur Moderne stattfindende Wandel lässt sich an der Behandlung von Krankheiten und ihrer Prävention gut illustrieren. Als Beispiel lassen sich hier die Sicherheitsmaßnahmen des zentralafrikanischen Stammes *Lele* zur Bronchitis nennen. Die Prävention gegen Bronchitis besteht bei diesem Stamm nicht darin, »sich auf die Umwelt anders einzustellen oder die Umweltbedingungen zu verändern. Statt sich um ›heilklimatische Bedingungen‹ zu bemühen, kommen vielmehr magische Praktiken zum Einsatz, wie Amulette, die gleichsam präventiv zu tragen sind.« (Bonß 2010: 39) Bei diesem Stamm wird die Sorge um eine höhere Gewalt praktiziert. Demgegenüber präferiert die moderne Behandlung entweder eine Verhaltens- (Einstellung auf die Umwelt) oder Verhältnisprävention (Veränderung der Umweltbedingungen), bei der die Individuen mitmachen müssen. Die Prävention legt daher nicht so sehr den Fokus auf die Gefahren als vielmehr auf die Konzentration auf ihre (eigenen) Behandlungsmöglichkeiten.

Eine zweite, *sozial-staatliche Perspektive* konzentriert sich auf das Verhandeln der Sicherheitsfragen zwischen dem Individuum und dem Staat. Wie bereits gezeigt wurde, findet am Übergang vom Sicherheits- zum Präventionsdiskurs eine Dynamik statt, »angesichts derer von einer ›Wiederkehr der sozialen Unsicherheit‹ zu sprechen ist.« (Castel 2009: 25 [Herv. i. O.]) Diese Dynamik löst die Debatte aus, inwiefern der Staat die Rückkehr der sozialen Unsicherheit begünstigt und wie die Prozesse der »Entkollektivierung, beziehungsweise der ›Re-Individualisierung‹« (ebd. [Herv. i. O.]) vor dem Hintergrund der sich neu etablierenden Machtregimes zu verstehen sind. Die Verlagerung der Verantwortung auf die Individuen kann unterschiedlich interpretiert werden, so Matthias Bohlender: »Die einen machen ideologiekritisch den ›Neoliberalismus‹ verantwortlich; die anderen sprechen im soziomoralischen Jargon von ›Überforderung‹ und ›Maßlosigkeit‹; wieder andere bedienen sich einer bio-politischen Sprache und befürchten eine Art ›sanften Tod‹ durch ›demographischen Wandel‹.« (Bohlender 2010: 122 [Herv. i. O.]) Hier findet die Prävention ihren Ankerpunkt darin, dass sie einen zukünftigen Risikohorizont erzeugt. Indem die individuellen Belange sehr unterschiedlich ausfallen und nicht mit einer einzigen Regierungsstrategie behandelt werden können, provoziert die Prävention eine Suche nach einem gemeinsamen Nenner, auf den sich ihr Fokus richten kann. Was für sie fehlt ist

»eine neue bedrohliche, gefährliche Figur, auf die man sich einigen und die die institutionelle Regierungsfurcht erregen könnte, um mit neuen Mitteln und Instrumenten diese Figur zu identifizieren und zu vermessen, von allen Seiten einzukreisen, zu ›fördern und zu fordern‹, zu ermächtigen, zu überwachen und zu disziplinieren. Was fehlt, ist der fokussierte Zielpunkt einer bislang noch zerstreuten Angst (vor Prekarität, Terrorismus, Migration und befremdlicher Religiosität), der die Akzeptabilitätsbedingungen für die neuen Regierungstechnologien her-

vorbringen könnte. Einstweilen begnügt man sich noch mit dem ›Arbeitslosen.«
(Bohlender 2010: 122 [Herv. i. O.]

Eine dritte, *epistemisch-theoretische Perspektive* zeigt die Verschiebung von der Sicherheit als einer natürlich gegebenen Konstante zur Sicherheit als einer kontextuell und diskursiv hervorbrachten Kategorie. Die Wissenschaft hat sich mithin davon verabschiedet, »aus wissenschaftlicher Warte vorab festlegen zu wollen, was Sicherheit ›ist‹ und welches Problem ›wirklich‹ auf die Sicherheitsagenda gehört. Sicherheit wird nicht als kontextunabhängige, objektive Gegebenheit angesehen, sondern als eine diskursive Figur, deren kontextspezifische soziale Verwendung Probleme erst in Sicherheitsprobleme transformiert und sie einer spezifischen Behandlung zugänglich macht.« (Opitz 2008: 214f [Herv. i. O.]) Die sodann vollzogenen Akte der *Securitization* – der Hervorhebung ausgewählter Themen und Rechtfertigung der dazu notwendigen Gegenmaßnahmen – bauen auf eine vorherige Problematisierung und Politisierung des Risikos und der Sicherheit auf. Das Sicherheitsdispositiv kann daher im gewissen Sinne als Vorläufer des Präventionsdispositivs thematisiert werden, indem es geschafft hat, eine Rationalität des Sicherheitsbewusstseins zu erzeugen und gesellschaftlich akzeptabel zu machen. Es ist diese Art der »Rationalisierung des Politischen« (a.a.O.: 218), die die präventiven Angriffe und Sicherungsmaßnahmen »erst intelligibel macht« (ebd.) und die die Wahrheitsregime erzeugen kann, welche »in die Konstituierung der gefährlichen Subjekte unserer Gegenwart involviert sind.« (Ebd.) Und von gefährlichen zu präventierbaren Subjekten bleibt dann nur ein kleiner Schritt.

Eine letzte *emotions-geschichtliche Perspektive* kann auch als paradigmatisch für den Übergang und die gleichzeitige Überschneidung von Sicherheits- und Präventionsdispositiv gelten. Gefahr wahrzunehmen und nach Sicherheit zu verlangen sind auch emotionale Reaktionen. Angst und Sorge, Ohnmacht und Schutzbedürfnis, Unsicherheit und Vertrauen begleiten den Sicherheits- und Präventionsdiskurs und überlappen sich dort, wo es um ihre politische Regulierung geht. Werden die Sicherheitsfragen als Schutz gegenüber exogenen bzw. unkontrollierbaren Faktoren dargestellt, kann insbesondere das Vertrauen die Funktion erfüllen, wie Eckart Conze im Verweis auf Niklas Luhmann zeigt, die soziale Komplexität zu reduzieren, um ein sog. *Systemvertrauen* wiederherzustellen (vgl. Conze 2018: 165). Dadurch kann die Macht gezielter und effektiver eingreifen und wirken. Werden dahingegen die Sicherheitsfragen als endogene, der Gesellschaft und dem Individuum innewohnende Faktoren präsentiert, so bewirkt dies, wie Andreas Folkers im Verweis auf Roberto Esposito nahelegt, immunologische Reaktionsmuster:

»Gefährdungen regen nämlich zu Selbstbeschreibungen an, so wie das Immunsystem eines Organismus immer dann, wenn es durch eine schädliche Beeinträchtigung provoziert wird, eine Selbstrepräsentation erzeugen muss, die es erlaubt, das Eigene vom Eindringenden, das Harmlose vom Gefährlichen zu unterschei-

den. Die Selbstbeschreibung im Angesicht der Gefahr hat insofern bereits eine sichernde, selbstvergewissernde Funktion.« (Folkers 2018: 215)

In diesem Sinne bezieht sich die provozierte und vorgenommene Beschreibung der Selbstgefährdung auch auf eine allgemeine Gesellschaftsbeschreibung, »die diese Gefährdung in einem größeren Zusammenhang verortet und ihr so einen genuin ›sozialen‹ Sinn gibt.« (ebd. [Herv. i. O.]) Daraus lässt sich schließen, dass einem jeden Dispositiv »eine spezifische Version der Gesellschaft« zugeordnet wird (vgl. a.a.O.: 216), allerdings auch umgekehrt, dass jede Gesellschafts(-selbst-)beschreibung ein bestimmtes Dispositiv ins Leben ruft. Im Fall der neoliberal geprägten Gesellschaftsbeschreibung wächst insbesondere die Sorge um das Emotionale der Individuen (vgl. Penz & Sauer 2016), die die Sorge um das Vernünftige der Individuen verdrängt:

»Objektivität, Allgemeinheit und auch Beständigkeit zeichnen die Rationalität aus. So ist sie der Emotionalität entgegengesetzt, die subjektiv, situativ und volatil ist. Emotionen entstehen vor allem beim Wechsel der Zustände, bei Veränderungen der Wahrnehmung. Rationalität geht dagegen mit Dauer, Konstanz und Regelmäßigkeit einher. Sie bevorzugt stabile Verhältnisse. Die neoliberale Ökonomie, die zur Steigerung der Produktivität immer mehr Kontinuität abbaut und mehr Unbeständigkeit einbaut, treibt die Emotionalisierung des Produktionsprozesses voran. Auch die Beschleunigung der Kommunikation begünstigt deren Emotionalisierung, denn die Rationalität ist ›langsamer‹ als die Emotionalität. Sie ist gleichsam ›ohne Geschwindigkeit‹. So führt der Beschleunigungsdruck zu einer ›Diktatur der Emotion‹.« (Han 2015: 64f [Herv. i. O.]

Die Rationalität des Präventionsdispositivs baut im Vergleich zur Rationalität des Sicherheitsdispositivs auf die Sorge um die Emotionen, um die Zukunftsängste, um das *Noch-Nicht-Geschehene*, nicht auf das klar als bedrohlich zu Bezeichnende. Präventiert werden müssen Zukunftsängste, die dem momentanen Sicherheitsgefühl im Wege stehen. Mit anderen Worten, sicher fühlen kann man sich dann, wenn man die Unsicherheiten präventiv durchdenkt. Sicherheits- und Präventionsdispositiv befinden sich daher weder in Kollision noch im Widerstand zueinander. Vielmehr leihen sie sich die Instrumente und Technologien, mit denen das Regieren reibungslos gelingen kann.

5.6 Zwischenfazit

Wie eingangs erwähnt, besteht die Aufgabe der gesellschaftstheoretischen Kontextualisierung des Präventionsdispositivs darin, auf drei konkrete Fragenstellungen einzugehen. Und zwar zu untersuchen, welche Veränderungen des Subjektmodus in dem untersuchten Dispositiv zu beobachten sind, welche soziale Wandlungen

das Entstehen des Dispositivs eingeleitet und begleitet haben und welche Macht-Wissens-Nexus ihm innewohnend sind.

Bezogen auf die erste Frage lässt sich eine bestimmte Veränderung des Subjektmodus beobachten. So hat sich in der zweiten Hälfte des letzten Jahrhunderts eine Subjektivierung der präventiven Verantwortung vollzogen, in der die individuellen Akteure bzw. »das ›präventive Selbst‹, jenes rationale, krankheitsminimierend agierende Subjekt« (Lengwiler & Madarász 2010: 16 [Herv. i. O.]) ist, das selbst für seine Gesundheit die Verantwortung trägt. Dagegen konstituiert die individuelle Verweigerung der Prävention »einen zusätzlichen und neuen moralischen Schuldvorwurf.« (Cremer-Schäfer 2016: 20) Dies ist durch einen doppelten Charakter der neuen Subjektform zu erklären:

- Zum einen wird »das selbstständige, mündige Subjekt« (Schulz & Wambach 1983: 9) gefordert, das zur »Selbstbestimmung und Eigenverantwortlichkeit« (ebd.) fähig ist und den neoliberalen Leitmotiven der »Autonomie«, »Selbstorganisation« und »Zielstrebigkeit« folgt (Bohn 2017: 110 [Herv. i. O.]).
- Zum anderen wird allerdings eben dieses Subjekt »durch die permanente Supervision des Staates und der Unternehmen, gleichgültig, ob diese nun als Hilfe oder Herrschaft geriert, an seiner Entfaltung gehindert und damit negiert« (Schulz & Wambach 1983: 9) und soll sich, um seiner Gesundheit willen, auf sich selbst beziehen und sich »in der ›Achtsamkeit‹, ›Selbstakzeptanz‹ und ›Selbstwertschätzung« üben (Bohn 2017: 110 [Herv. i. O.]).

Dieser *Uneindeutigkeit* des Subjekts ist zum einen der »Pluralisierung der Subjektgrenzen« (Beck/Nonß/Lau 2001: 43 zit.n. Poferl 2009: 239) zu verdanken, in welcher »das Individuum (...) als ›Quasi-Subjekt‹ (...) Resultat ›und‹ Produzent seiner Vernetzung, Situierung, Verortung, Gestalt ist.« (Beck/Nonß/Lau 2001: 44 zit.n. Poferl 2009: 239 [Herv. i. O.]) Damit erscheint das *präventive* Subjekt als die größte Gefährdung für sich selbst und gleichzeitig als die alleinige Chance, dieser Gefährdung vorzubeugen. Mehr noch, in Verbindung mit dem Appell an Authentizität, durch den man das, »was man tut, so darstellt, als wäre es voll und ganz Ausdruck des eigenen Selbst (und das noch auch glaubt)« (Schneider 2009: 284) wird das neue, präventive Subjekt als ein *freies* Subjekt gedacht, als eines, »das alles das, was es soll, von sich aus ohnehin schon will.« (Wernstedt 2017: 194) Hier verbinden sich also zwei Anforderungen, die im Präventionsdispositiv wirken: die Anforderung, das eigene Verhalten als Wahrheit über sich selbst darzustellen, und die Anforderung, das eigene Verhalten als freie Willensentscheidung erscheinen zu lassen. Dieser stumme Zwang zur *authentischen Authentizität* einerseits und *gewollten Freiheit* andererseits »ist das strategische Funktionsprinzip der gesellschaftlichen Formierung von individualisierter Subjektivität im Zuge forcierter ›subjektivierender«

Individualisierung« (Schneider 2009: 284 [Herv. i. O.]), die das Präventionsdispositiv begünstigt.

Die Frage der sozialen Wandlungen zeigt, dass das Präventionsdispositiv durch eine veränderte Wahrnehmung des Risikos und des Gefahrensinns entstehen konnte. Zum einen war die Sensibilisierung für Risiken ein Grund »für die Umstellung von Nachsorge auf Prävention. Man will alles unternehmen, damit es erst gar nicht zu Unfällen kommt.« (Münkler/Bohlender/Meurer 2010: 8) Dem haben auch die nuklearen Bedrohungen des kalten Krieges stark verholfen und dafür gesorgt, dass sich die Militärdoktrin der Prävention »gewissermaßen auf die gesamte Gesellschaft ausgedehnt [hat].« (Ebd.) Zum anderen wurde mit dem Begriff des *Gefahrensinns* eine »Verknüpfung von Zukunft und Gegenwart, das Hineinwirken der Zukunft in die Gegenwart« geschaffen (Conze 2018: 119). Das Projizieren zukünftiger Ereignisse in die Gegenwart und der Versuch ihrer Kalkulation führt dann zu ihrer politischen Bearbeitung (vgl. ebd.), zur Entwicklung notwendiger und bestmöglicher Maßnahmen, die auf eine von den zwei Zukünften – entweder der ohne Prävention oder der mit Prävention bzw. auf beide möglichen Zukünfte zugleich – vorbereiten sollen: »Dies alles ist noch kurioser, wenn man mitbedenkt, dass keiner Zukunft und keiner Vergangenheit irgendeine Form der Realität unterstellt werden kann. Die Zukunft ›ist‹ nicht wirklich. Sie bietet, wie man auch sagen könnte, keinen Widerstand, sie ist nicht widerständig.« (Fuchs 2008: 364 [Herv. i. O.]; vgl. auch Hölscher 2017) Damit schafft das Präventionsdispositiv die Illusion einer mehr oder weniger gefährdenden Zukunft, die gebändigt und kontrolliert werden muss, damit sie *keinen* Widerstand leistet, obwohl sie ihn in der Tat auch nicht leisten kann. So gesehen wird Prävention und der darin wirkende Gefahrensinn »zur Regierungstechnik im Sinne von Foucaults *Gouvernementalität*.« (Conze 2018: 119) Als Regierungstechnologie gelingt es der Prävention, »diese paradox anmutende Zeitform als ›natürliche‹ Voraussetzung des Vollzugs ihrer Operationen und ihrer Selbstreflexion zu behandeln und die offenkundige Künstlichkeit ihrer Temporalität auszublenden. Sie nimmt sich als Realität.« (Fuchs 2008: 364f) Gerade darin, in der inszenierten Selbstverständlichkeit, besteht ihre eigene Gefährdung. Die Taktik, die sie anwendet, beruht auf dem durch das Sicherheitsdispositiv eingeführten und bis in die Körper und Psychen der Individuen eingeflossenen Gefahrensinn: »In einer Welt existentieller Unverwundbarkeit bedürfte es der Vorbeugung nicht.« (a.a.O.: 373f) Die Körper und Psychen der Burnout-Betroffenen wurden somit lange auf die Prävention vorbereitet. Ihre disziplinierte Selbstsorge, ihre verstärkten Leistungsantriebe, ihre forcierte Selbstbezüglichkeit und schließlich, die Appelle an ihre psychische Resilienz gegenüber ihren *eigenen* Anforderungen erzeugten Subjekte, die für die Burnout-Prävention *reif* sind.

Im Hinblick auf die Macht-Wissens-Verhältnisse, die das Präventionsdispositiv arrangiert, lässt sich die vorangegangene Argumentation fortführen. Indem die

Prävention auf das Bändigen der Zukunft ausgerichtet ist, versucht sie, »in der Gegenwart Definitionsmacht über die Zukunft zu gewinnen.« (Kappeler 2016: 62) Wird dann von der »Prävention als tyrannischem Zeitregiment der Gegenwart« (a.a.O.: 57) gesprochen, so impliziert dies im Weiteren, dass sie das Wissen über Zukunft kontinuierlich produzieren, problematisieren und regieren muss. Mit anderen Worten, das Machtregime der Prävention operiert vorausschauend, weil präventiv. Indem sie Probleme herstellt, erscheint sie im Nachhinein als ihre Lösung, als Lösung, die sie selbst vorgesehen hat. Allerdings können Lösungen unterschiedlich ausfallen, je nachdem, welche *Version* der Zukunft antizipiert wird, womit »zwangsläufig Konflikte verbunden [sind]. Da diese Konflikte ebenfalls durch Macht entschieden werden, setzen sich normalerweise die Präventionsinteressen der Machtzentren durch, so daß Prävention empirisch zur Festigung von gegebenen Machtverhältnissen beiträgt.« (Schülein 1983: 17) Die umgekehrte Seite dieses Bezugs besteht darin, dass das Beherrschen-Wollen von Zeit »regelmäßig sein Gegenteil [produziert], das Beherrscht-Werden von der Zeit« (Kappeler 2016: 62), und zwar nicht nur in dem Sinne, dass die Zukunft genau so kommen muss, wie sie projiziert wurde, sondern auch in dem Sinne, dass die Prävention selbst Zeit erfordert, bis ihre Maßnahmen Wirkung zeigen. Was dann offen bleibt, ist die Frage, wer die Grenzen dafür setzt, wie lange ein konkretes Problem präventiert werden muss, damit es nicht bzw. nicht in dem Maße bedrohlich erscheint, wie dies erwartet wird.

Des Weiteren produziert Prävention immer neue Risiken und parasitiert an ihrer »Sensibilisierung dadurch, dass sie selbst unentwegt Gefahren in Risiken »umoperiert«, deren Vermeidungsmöglichkeit aber andererseits und im selben Zuge mitangezeigt wird, eben als: Prävention.« (Fuchs 2008: 368 [Herv. i. O.]) Die Risiken werden dann an die Körper und Psychen der Subjekte und an ihre diskursive Hervorbringung geknüpft. So können mögliche Risiken schon bei der vorgeburtlichen Untersuchung (engl. *Screening*) produziert werden, um Anomalien festzustellen (vgl. Hellerich 1983: 138f), oder anhand der Familiendiagnose bestimmt, um Abweichungen zu beobachten (vgl. a.a.O.: 142f). Selbst eine gelebte Andersartigkeit, eine non-konforme Lebensweise kann risikoreich und daher behandlungsbedürftig erscheinen (vgl. a.a.O.: 145f). Damit wird »das Konzept des Risikos zum zentralen Bestandteil, ja, zur wissenschaftlich-technischen Voraussetzung der neuesten Methoden der Früherkennung und Prävention.« (Schulz & Wambach 1983: 8) Risiko fungiert dann durch seine wissenschaftsbasierte Differenzierung als Generator neuer Probleme, auf die sich die präventiven Maßnahmen beziehen und so »in das gesamte menschliche Leben eindringen wollen.« (a.a.O.: 10)

6 Verknüpfungen zwischen den dispositiven Elementen

Ein Dispositiv kann erst dann als Dispositiv, d.h. als eine wirkmächtige Regierungstechnologie beschrieben werden, wenn die Elemente, aus denen es bestehen soll, aufeinander verweisen und miteinander verknüpft sind. Die bisherigen Teilanalysen zu den jeweiligen Elementen haben die Verknüpfungen und Verhältnisbestimmungen »zwischen Diskurs, Nicht-Diskurs, Subjektivation und Objektivation in Bezug auf sozialen Wandel« (Bührmann & Schneider 2012: 109) bereits angedeutet.

Das Ziel dieses Kapitels besteht darin, die bestehenden Verhältnisbestimmungen noch stärker zu verdeutlichen und die wechselseitigen Verbindungen zwischen den Elementen des Präventionsdispositivs anschaulich zu rekonstruieren. Dabei sollen sie nicht als *per se* vorausgesetzt oder zwingend in Beziehung zueinander gebracht werden. Vielmehr richtet sich die Rekonstruktion ihrer Verhältnisse darauf, ihre gegenseitige Bedingtheit und Angewiesenheit, und damit ihre Zugehörigkeit und Funktionalität, zu überprüfen. Im Folgenden werden also die Verhältnisbestimmungen zwischen Diskurs und nicht-diskursiven Praktiken, zwischen Diskurs und Objektivationen, zwischen Diskurs und Subjektivationen, sowie zwischen Subjektivationen und nicht-diskursiven Praktiken, zwischen Subjektivationen und Objektivationen, sowie zwischen nicht-diskursiven Praktiken und Objektivationen beschrieben (s. Abb. 1).

6.1 Diskurs und nicht-diskursive Praktiken

Der Diskurs wurde im Rahmen dieser Untersuchung auf drei Ebenen untersucht – als Spezialdiskurs, als Interdiskurs und als Elementardiskurs –, die das Wissen um Prävention in unterschiedlichen Ausprägungen – als Aufforderung zum Arbeitsschutz (Spezialdiskurs), als Teil der Unternehmenskultur (Interdiskurs), als ein Weg zurück in die Normalität (Elementardiskurs) – produzieren und transferieren. Die Analysen konnten zeigen, wie das Wissen in diesem Diskurs zirkuliert und verschiedene Formen annimmt.

Demgegenüber wurden die nicht-diskursiven Praktiken daraufhin untersucht, wie sich das Wissen um die Prävention des Burnout-Syndroms in konkrete Handlungen und Verhaltensweisen umsetzt. Am Beispiel von konkreten Umsetzungsweisen (ErgoScouts, Gamification u.a.) wurde gezeigt, wie sich Prävention auf natürliche Weise in den (Unternehmens-)Alltag integriert und als eine nicht-diskursive, nicht sprachlich artikulierte Praxis vollzogen hat.

Illustrierend für die Verknüpfung dieser beiden Dispositiv Elemente kann die Praxis der interessierten Selbstgefährdung dienen (nicht-diskursive Praktiken), die in den Geständnissen von Burnout-Betroffenen (Elementardiskurs) in gleicher Weise vorkommt. So berichten viele von ihnen, dass sie trotz der Gefährdungen nicht

imstande waren, ihr hohes Leistungstempo zu reduzieren (vgl. Yvette 2008: 18; Silvia 2009: 15; Roland 2012: 52f u. a.). Genau auf diese Art und Weise wird die interessierte Selbstgefährdung auch von den Arbeitsorganisationsforschern beschrieben (Interdiskurs), die sie dann in ihre Empfehlungen zur Verbesserung des innenbetrieblichen Gesundheitsmanagements miteinbeziehen. Interessierte Selbstgefährdung tritt dann nicht als betriebliche Störung auf, sondern als persönliche Unfähigkeit, die die Unternehmen wahrnehmen und für die Erreichung ihrer Ziele einsetzen können. Somit verbindet diese Praxis den Diskurs mit den nicht-diskursiven Praktiken.

6.2 Diskurs und Objektivationen

Der Diskurs um Prävention vollzieht sich nicht nur in nicht-diskursiven Praktiken, sondern auch in Gegenständen und Objekten. Diese Vergegenständlichungen bzw. Objektivationen von diskursivem Wissen wurden anhand verschiedener Kleingeräte wie Wearables oder Bioresonanzgeräte beschrieben, aber auch als räumliche ergonomische Einrichtungen oder ganze architektonische Konzepte wie das der heilenden Architektur.

Ein konkretes Beispiel, wie sich die Objektivationen soz. zurück auf die Diskurse beziehen, zeigt die Integration der Wearables-Apps (Objektivationen) in das betriebliche Gesundheitsmanagement (Interdiskurs). Hier werden vor allem die Führungskräfte als Zielgruppe angesprochen, da sie vor zahlreichen Aufgaben der Selbstsorge und der Sorge um die Beschäftigten stehen. »Die App ›Gesund führen‹ hilft Führungskräften, diese Herausforderungen zu meistern, psychische Überlastungen bei Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern zu erkennen und rechtzeitig gegenzusteuern – denn psychische Gesundheit ist Führungsaufgabe!« (psyGa 2013 [Herv. i. O.])

Ein zweites Beispiel bietet die Anwendung der HRV- oder Bioresonanzmessgeräte (Objektivationen), von denen ein konkreter Gebrauch in den Unternehmen (Interdiskurs) sowie bei den Burnout-Betroffenen (Elementardiskurs) gemacht wird. So bieten die HRV-Messgeräte die Messung der Schlafqualität der Beschäftigten, womit sie aus dem Schlaf »eine strategische Ressource und de[n] Schlüssel zur nachhaltigen Erhaltung der persönlichen Leistungsfähigkeit« machen (Ebner 2018: 200). Gleichzeitig werden die Bioresonanzgeräte in der individuellen Therapie als Präventionsmittel eingesetzt, wie dies ein Burnout-Betroffener beschrieben hat (vgl. Thomas 2006: 66).

Auch weitere Themen durchkreuzen und verbinden die Objektivationen mit dem Diskurs, wie die Sorge um den Körper und die dafür zur Verfügung stehenden präventiven Vergegenständlichungen einer heilenden Architektur. Damit wird nachgewiesen, wie diese beiden Elemente verbunden sind und sich gegenseitig, bspw. durch neue technologische Fortschritte und Möglichkeiten, bedingen.

6.3 Diskurs und Subjektivationen

Alle drei Diskursebenen haben auf eine bestimmte Art und Weise unterschiedliche Formen der Subjektivierung produziert, die sich zum Teil ergänzen, zum Teil überlappen und zum Teil weiterentwickelt haben. Dabei ist zu betonen, dass dies keineswegs in zeitlicher Abfolge erfolgt.

So hat der Spezialdiskurs mit der Aufforderung zum Arbeitsschutz und zur Prävention am Arbeitsort ein Subjekt hervorgebracht, das gefährdet ist und daher geschützt werden soll. Deswegen müssen nicht nur internationale Organisationen, sondern auch staatliche Regierungen und Verbände die Aufgabe übernehmen, entsprechende Leitlinien zu entwickeln und im Rahmen des Arbeitsschutzes das Interesse an der Prävention durchsetzen.

Der Interdiskurs hat die Wechselbeziehungen zwischen den Beschäftigten, den Führungskräften und dem Aufsichtspersonal bzw. dem betrieblichen Gesundheitsmanagement problematisiert und den jeweiligen Akteursgruppen im Unternehmen unterschiedliche präventive Subjektmodi zugeteilt. Demnach figurieren die Führungskräfte als Vorbild und gleichzeitig selbst als bedrohte Subjekte und müssen diese doppelte Aufgabe der Selbstsorge und der Sorge um die anderen meistern. Die Beschäftigten spielen eine besondere Rolle in der Unternehmensprävention, indem sie als Experten in eigener Sache auftreten und daher die Entscheidung über den Unternehmenserfolg bzw. -misserfolg in eigenen Händen haben. Das Aufsichtspersonal wird demgegenüber vor die Aufgabe gestellt, die selbstgefährdenden Subjekte, seien es nun Führungskräfte oder Beschäftigte, in einen auf ein Minimum reduzierten Gefährdungsmodus zu bringen.

In dem Elementardiskurs haben sich die Betroffenen mit sich selbst und mit ihrer Burnout-Störung auseinandergesetzt und verschiedene Facetten des ausgebrannten Subjekts produziert. Zu diesen zählen vor allem die Übernahme der Selbstverantwortung für das Burnout sowie die darauffolgende Therapie und zukünftige Prävention. Die Betroffenen müssen lernen, mit der Burnout-Erfahrung und mit der eigenen Labilität umzugehen, um den möglichen Wiederausbruch zu verhindern.

Die verschiedenen Verschränkungen zwischen dem Diskurs und der Subjektivation zeigen, wie sich diese Elemente gegenseitig bedingen, hervorbringen und wieder aufeinander beziehen.

6.4 Subjektivationen und nicht-diskursive Praktiken

Die Verschränkung der Subjektivation mit den nicht-diskursiven Praktiken wurde vor allem in der Schreibpraxis sichtbar. Indem die Burnout-Betroffenen in ihrer Suche nach Verständnis der eigenen Situation eine Praxis des Selbsterkennens als Schreibpraxis betrieben haben, haben sie sich zu sich selbst in unterschiedlicher

Weise positioniert und verschiedene Subjektmodi entwickelt. Das Stöbern in sich selbst, die Auseinandersetzung mit der eigenen Vergangenheit, die Qual der Sorge um die eigene Gesundheit, um die Zukunft und die Sicherung des eigenen Wohlstands, die Konflikte mit den Arbeitgebern und Familienmitgliedern oder Behörden, die Geständnisse vor sich selbst und vor den Therapeuten – all das haben sie schriftlich verfasst und als eine Projektionsfläche dargestellt, damit sie die innere Landschaft in sich selbst verbildlichen und anschauen konnten. Damit wurde die Beziehung zu sich selbst und die Beziehung zu den anderen, und mithin auch das Subjektverständnis von sich selbst, neu austariert.

Ein verbindendes Glied der nicht-diskursiven Praktiken und der Subjektivationen stellen auch die Praxis der interessierten Gefährdung, die oben beschrieben wurde, oder auch die einfachen Praktiken der Sorge um den Körper, um die Emotionen oder um das Denken. Sport treiben, sich gesunder ernähren, langsamer und bewusster atmen stellen Praktiken dar, die sich rückwirkend auf die Herstellung eines ausbalancierten, bewusst-lebenden und leistungsfähigen Subjekts beziehen.

Die nicht-diskursiven Praktiken und die Subjektivation verschränken sich an mehreren Stellen, auch dort, wo die Praktiken nicht als Präventionsmaßnahmen entstanden sind – wie gesundes Essen, Schlafen oder Sport –, sondern unter ihre Rationalität sukzessive miteinbezogen wurden.

6.5 Subjektivationen und Objektivationen

Auch Subjektivationen und Objektivationen als dispositive Elemente verbinden und unterstützen sich gegenseitig. Diese Verschränkung hat eine viel ältere Geschichte und geht auf die moderne wissenschaftliche Entdeckung des Menschen und seines Organismus, seiner psychischen Zustände und seines Körpers zurück. Zu der Zeit, wo der Mensch zum Objekt der Wissenschaften und der Wisenserforschung geworden ist, haben sich auch seine Untersuchungsmethoden und –instrumente entwickelt und etabliert. Diese gegenseitige Verschränkung von Technologien und Menschenlehre lässt sich auch an den gegenwärtigen Instrumenten beobachten.

Ein konkretes Beispiel bieten die Fitness-Tracker, die an dem Körper des Subjekts getragen werden und ihn über seinen gesundheitlichen Zustand taktmäßig informieren. Das Subjekt hat damit das Wissen darüber, welche Abläufe in seinem Körper gerade passieren und was es als nächstes zu tun hat. Dank ihrer Hilfe wird der Körper des Subjekts zu seinem Objekt, zu einem objektivierbaren und messbaren Gegenstand. Sodann kann ihn die Präventionsrationalität als das richtige Präventionsinstrument umdeuten und das Subjekt als jenes stilisieren, das seine Gesundheit und Leistungsfähigkeit in den eigenen Händen hat.

Ähnlich dazu verhält sich auch die Kultur der heilenden Architektur, die die Subjekte anspricht, die um ihre Gesundheit Sorge tragen und Orte suchen, wo sie

wieder neu auftanken und weiterleben können. Die unterschiedlichen Ausprägungen der Büroarchitektur zeigen zudem, wie sich das Subjekt in einem wachen Zustand halten, seinen Kraftverlust reduzieren und seine Leistungen dosieren kann. Somit wirkt sich das materielle Milieu auf das Subjekt in einer Weise aus, die seine *freiwillige* präventive Selbstsorge voraussetzt.

Die Objektivationen und die Subjektivationen verschränken sich kontinuierlich, indem die neuen Geräte und architektonischen Einrichtungen einen Subjektmodus hervorbringen und sich an ihn und seine Beziehung zu sich selbst fortlaufend anpassen. Die neoliberale Sorge um sich bekräftigt dieses gegenseitige Verhältnis, indem sie das Subjekt in ständiger Gefährdung vor dem Verlust der Gesundheit – und damit der Leistungskraft und des Wohlstands – festhält.

6.6 Objektivationen und nicht-diskursive Praktiken

Auch Objektivationen und nicht-diskursive Praktiken verbinden sich und bedingen sich gegenseitig. Die neu hervorgebrachten Instrumente zur präventiven Selbstsorge werden mit konkreten Gebrauchsanweisungen verbunden, die die burnout-betroffenen oder gefährdeten Subjekte befolgen müssen.

So erfordern die Gesundheits-Apps bestimmte physische Aktivitäten, damit die relevanten Informationen überhaupt erst aufgenommen werden können. Nach ihrer Auswertung folgen dann Empfehlungen zur Verbesserung der Aktivität oder ihrer Anpassung an das gewünschte Ergebnis. Das Laufen kann somit zu einem präventiven Laufen, das kurze Pausieren zu einem Aufatmen im Arbeitsmarathon und die achtsamen Essgewohnheiten zu stressreduzierenden Maßnahmen werden.

Auch die Ergo-Geräte fordern eine gesündere und präventivere Arbeitsweise, indem sie die bisherigen Handlungen ergonomischer und der natürlichen Körperhaltung und –bewegung angepasster machen und damit zu mehr Entlastung, Effektivität und zum besseren Wohlbefinden führen. Schließlich erzielen präventiv gestaltete Räumlichkeiten und architektonische Arrangements einen veränderten Umgang mit sich selbst. So fordert, z. B. das Konzept der *Reversible Destiny Lofts* eine gezielte Anstrengung, die »vor allem bei älteren Menschen dem geistigen und körperlichen Niedergang entgegenwirken« soll (Allplan Deutschland GmbH 2018).

Die nicht-diskursiven Praktiken und Objektivationen stehen in enger Verbindung zueinander, indem die technologischen Entwicklungen zu veränderten Handlungen und Umgangsweisen führen.

6.7 Zwischenfazit

Wie die knappen Darstellungen der Dispositiv Elemente nahegelegt haben, bestehen diese durchaus in einer engen Verbindung zueinander und bestätigen somit

die These, dass das Dispositiv der Prävention zurecht als eine Machtstrategie, wie sie Michel Foucault bezeichnet hat, betrachtet werden kann.

Außerdem, indem sich die dispositiven Elemente aufeinander beziehen, bleiben sie als ein funktionierendes Oberflächennetz »in einigen großen Wissens- und Machtstrategien miteinander« verkettet (Foucault [1976] 1977: 128). Eine Wissens- und Machtstrategie wie das Präventionsdispositiv ist zudem in soziale und gesellschaftliche Entwicklungen und Wandlungen eingebettet, die seine Funktionsweise bestimmen und die Möglichkeiten seiner Machtauswirkungen vorschreiben. Demnach kann sich dieses Dispositiv der Elemente anderer Dispositive bedienen, diese umwandeln und für eigene Zwecke nutzbar machen, wie dies mit den Elementen des Sicherheitsdispositivs oder des Aktivierungsdispositivs geschehen ist. Das gleiche gilt auch umgekehrt.

Das Dispositiv der Prävention kann schließlich durch seine Elemente unterschiedliche Themenfelder aufgreifen – wie das betriebliche Gesundheitsmanagement, die Krankenpflege, die soziale Vorsorge usw. – und diese als Zielscheibe der Politik (re-)definieren. Wenn es dann konkret um die Prävention von Burnout-Syndrom geht, können sich die Methoden durchaus auf andere psychische Störungen und Zivilisationskrankheiten ausdehnen – Depression, Histrionie, Borderline, ADHS, Boreout-Syndrom, Schizophrenie, Angststörungen usw. – und durch deren Problematisierung weitere Kenntnisse erhalten. Mit der funktionierenden Verbindung seiner Elemente wirkt das Dispositiv als ein Oberflächennetz quer durch die gesellschaftlichen Diskurse und sichert dadurch sein Überleben und Fortschreiben.

Diskussion der Ergebnisse

»Wir müssen die Systeme, die uns im Stillen lenken, ›aufs Spiel‹ setzen, vorführen, verändern und umstürzen.«

Foucault [1971] 2002: 235 [Herv. i. O.]

Der empirische Teil des Projekts hat die Funktions- und Wirkungsweise des Präventionsdispositivs anhand der Analyse seiner unterschiedlichen Elemente untersucht und beschrieben. Dabei wurden die jeweiligen Elemente zusammenfassend diskutiert und zueinander geführt. Um Redundanzen zu vermeiden und auf die leitende Forschungsfrage – Inwiefern hat sich Burnout-Prävention als Teil eines neoliberalen Präventionsdispositivs etabliert und welche Machteffekte und -wirkungen sind damit einhergegangen? – abschließend einzugehen, werden im Folgenden die Ergebnisse des Projekts entlang der gestellten Forschungsziele diskutiert.

1 Landschaft des Präventionsdispositivs

Als erstes wurde das Ziel gesetzt, die *Landschaft* des Präventionsdispositivs zu untersuchen, d.h. herauszufinden, wie sich der Diskurs um Burnout-Prävention entwickelt hat und inwiefern sich diese Entwicklung in nicht-diskursiven Praktiken, Gegenständen und Subjektmodi vollzogen und gesellschaftlich verankert hat. Die Analyse des Präventionsdispositivs hat schrittweise seine jeweiligen Bestandteile untersucht und beschrieben, wobei die Diskursanalyse den Grundstein für die gesamte Untersuchung gelegt hat.

Die Diskursanalyse hat gezeigt, wie das Wissen um Prävention zuerst in den Arbeitsverhältnissen auf internationaler Ebene thematisiert und problematisiert wurde und wie dieses Wissen später auf überregionaler europäischer Ebene aus unterschiedlichen Anlässen weitervertieft wurde. Schließlich hat das Beispiel Deutschlands gezeigt, wie die Initiativen zum Arbeitsschutz und zur Sicherheit auf dem Arbeitsplatz in konkreten präventiven Maßnahmen, Programmen, Leitlinien und Strategien umgesetzt wurden. Dieser Spezialdiskurs blieb allerdings

nicht nur auf der Ebene der Formulierung und Implementierung von politischen Maßnahmen, sondern hat sich in dem betrieblichen Gesundheitsmanagement widerspiegelt und verfestigt. Die Unternehmen sind sich dessen bewusst geworden, wie wichtig das Erhalten einer gesunden Belegschaft ist und weshalb es notwendig sei, in eine präventive Unternehmenskultur zu investieren. Gleichzeitig hat sich dazu ein breites Spektrum an Ratgeberliteratur etabliert, die den gestressten, ausgebrannten und ratlosen (Arbeits-)Subjekten den richtigen Umgang mit sich selbst beibringen möchte, insbesondere in Bezug auf die Wahrnehmung der körperlichen Symptome, der Arbeit mit den Emotionen sowie in der Kontrolle der eigenen Gedanken. Mit diesem Interdiskurs wurde das Wissen um Prävention in konkretere, alltagstaugliche Formen umgewandelt, die sowohl in den Betrieben, öffentlichen Institutionen und sonstigen Organisationen als auch in dem individuellen Tagesablauf integriert und praktiziert werden können. Schließlich hat die Diskursanalyse auf die individuellen Erfahrungen von Burnout-Betroffenen fokussiert und vor allem darauf, wie das Wissen um Prävention soz. von unten entsteht, d.h. inwiefern die Betroffenen selbst dieses Wissen (mit-)produzieren und (mit-)bestimmen, oder eben nicht. Diese Elementardiskursanalyse hat nachgewiesen, dass die Betroffenen sich selbst für ihr Unglück verantwortlich fühlen und in der Zukunft präventiv mit sich umgehen möchten. Das Burnout sehen sie nicht als ein gesellschaftliches Anzeichen, sondern als eine Verfehlung im eigenen Leben, die schon in der Kindheit und Familie teilweise vorprogrammiert wurde. Somit hat die Diskursanalyse in ihren drei Variationen – als Spezial-, Inter- und Elementardiskursanalyse – die Produktion des Wissens um Prävention und die Rationalisierung dieses Wissens, d.h. die Darstellung der Prävention psychischer Störungen als eines legitimen und selbstevidenten Regierungsproblems, nachgewiesen.

Im Weiteren hat sich die Analyse des Präventionsdispositivs auf seine nicht-diskursiven, materiellen und subjektformierenden Elemente konzentriert und ihre Verbindung zueinander sowie ihre gesellschaftstheoretische Kontextualisierung untersucht. So wurden zum einen die nicht-diskursiven Praktiken beschrieben, in denen sich ein präventiver Umgang mit sich selbst manifestiert hat. Zum anderen wurden Objekte und Gegenstände analysiert, in denen sich ein präventives Wissen materialisiert hat und die dadurch eine neue Funktionalität gewonnen haben. Dadurch konnten zu präventiven Gegenständen und Objekten auch solche werden, die ursprünglich einem anderen Zweck dienen sollten, wie z.B. Uhren, die zu Smartwatches geworden sind. Des Weiteren konnte im Zusammenhang mit der Burnout-Prävention die Entstehung neuer Subjektformen beobachtet werden. Diese Subjektformen wurden insofern von den Subjekten übernommen, als die letzteren das Burnout als persönliches Versagen akzeptiert und sich um eine totale Lebensumstellung bemüht haben. Allerdings konnten auch Unterschiede festgehalten werden, und zwar im Hinblick auf das konstitutive, sich gegenseitig bedin-

gende Verhältnis zwischen Gesundheit und Leistungsfähigkeit, die die Subjekte in ihren Berichten nicht thematisiert haben, sowie im Hinblick auf die Praxis des Sich-Selbst-Gefährdens, das in dem Interdiskurs stark, doch in den Selbsterfahrungsberichten nicht zentral und explizit thematisiert wurde. Schließlich wurde der Präventionsdispositiv in größere soziale Wandlungen und gesamtgesellschaftliche Kontexte gesetzt. Hier wurde die Wandlung der Subjektform beobachtet, durch die die Subjekte zur Selbstgefährdung einerseits und Selbstprävention andererseits angeleitet werden. Diese paradoxe Konstellation verbindet sich mit einer sicherheits- und präventionsgeleiteten Regierungskultur, die einen Zustand herstellt, in dem sich die Subjekte nach dem Schutz vor sich selbst sehnen und diesen von außen erwarten. Alle Elemente des Präventionsdispositivs verbinden sich in dem Maße, wie das diskursive Wissen um Prävention in ihnen enthalten ist und zwischen ihnen zirkuliert. Außerdem bedingen sie sich gegenseitig und setzen sich voraus, indem, z. B. für die Benutzung eines Geräts (Fitness-Tracker) eine entsprechende diskursive Software (App), ein bestimmter Subjektmodus (optimierendes Subjekt) und eine einverlebte nicht-diskursive Praxis (Sport treiben) vonnöten ist.

Die untersuchte Landschaft des Präventionsdispositivs wurde im konkreten Zeitraum (Ende des 20. und Anfang des 21. Jahrhunderts) und im bestimmten gesellschaftstheoretischen Kontext (Neoliberalismus) beschrieben. Sie kann unterschiedliche Formen annehmen, je nachdem, ob sie Praktiken, Diskurse, Subjektformen oder Gegenstände erzeugt. Die im Rahmen dieser Untersuchung beschriebenen Elemente entsprechen keineswegs einer erschöpfenden Darstellung des Präventionsdispositivs, sondern stellen vielmehr einen Faden dar, entlang welchem sein Wirken beobachtet und beschrieben werden kann. Das heißt zugleich, dass sich das Präventionsdispositiv in Zeit und Raum weiterentfalten und modifizieren kann, so wie dies am Beispiel der Disziplin und des Sicherheitsdispositivs, die eine Art *Vorläufer* des Präventionsdispositivs darstellen, sichtbar wurde. Die Untersuchung seiner Landschaft hat das Ziel erreicht, die Etablierung der Burnout-Prävention als einer immanenten Regierungsweise zu beschreiben und ihre gesellschaftliche Verankerung und Verselbstständigung nachzuweisen.

2 Machteffekte und Widerstandspotentiale

Als zweites wurde mit der kritischen Analyse der Burnout-Prävention das Ziel verfolgt, die im Präventionsdispositiv wirkenden Machteffekte, sowie die unterschiedlichen Arten von Widerstandspotentialen und –optionen, die das Präventionsdispositiv vorstrukturiert, zulässt oder zu verhindern sucht, zu erhellen.

Wie bei der Beschreibung der Dispositivanalyse nach Michel Foucault gezeigt wurde, reagiert das Dispositiv auf einen Notstand, d. h. auf eine Situation, die das herrschende Regierungsregime bedroht. Im Rahmen der vorliegenden Untersu-

chung wurde der Neoliberalismus als das dominierende politische Projekt bzw. das herrschende Regierungsregime bezeichnet. Demnach stellte sich die Frage nach dem Zusammenhang zwischen der Burnout-Prävention, als Variation eines Präventionsdispositivs, und dem Neoliberalismus, als dem dominanten Regierungsregime. Während der Analysen wurde deutlich, dass die Prävention des Burnout-Syndroms eng mit den Anforderungen an Leistungs- und Wettbewerbsfähigkeit verknüpft wird. So haben beispielsweise HRV-Messgeräte den Anspruch erhoben, auch die Schlafqualität zu messen und angesichts einer ganztägigen, ausbalancierten Verteilung von Leistung und Ruhepausen, die eigenen Optimierungsmöglichkeiten aufzuzeigen. Auch die Einrichtung des Büroraumes, welche zur *entspannten Wachheit* und damit zur besseren Arbeitsleistung beitragen soll – »Ich muss mich entspannen, um meine Leistungsfähigkeit weiter zu steigern« (Hillert/Koch/Lehr 2018: 43 [Herv. i. O.] –, zeugt von dem Versuch, die Prävention als Sicherung der neoliberalen Arbeits- und Regierungsweise zu gebrauchen. Schließlich unterstützt den Wettbewerb auch die Praxis der Gamification, die die Ziele des Unternehmens mit den eigenen Leistungs- und Erfolgszielen verschmelzen und dadurch die neoliberale Optimierung ungestört wirken lässt.

Das Präventionsdispositiv dient daher als ein Schutzmechanismus, der das neoliberale Regierungsregime vor seiner Hinterfragung oder gar seiner Auflösung behüten soll. So gesehen verhindert dieses Dispositiv weniger die tatsächlichen Ursachen – nicht zu leistende Leistungen, Individualisierung gesellschaftlicher Probleme, Verbreitung der Marktlogik in öffentliche und private Lebensbereiche usw. –, die zum Ausbrennen vieler Individuen führen, als vielmehr die Möglichkeit, diese Ursachen, und damit das herrschende Regime, radikal hinterfragen zu können.

Dieser Machtmechanismus wird dadurch gestärkt, dass er die disponierenden und disponierten Subjektivitäten nicht klar voneinander trennt, sondern sie in eine und dieselbe Subjektform verlagert. So besteht die Aufgabe des im Präventionsdispositiv erzeugten Subjekts darin, sich selbst gleichzeitig als Problem und als Lösung, als Gefährdung und als Präventionsinstrument, als den Disponierten und als den Disponierenden zu erkennen. Die Burnout-Betroffenen sollen sich als *Betroffene* anerkennen und gleichzeitig als *Experte in eigener Sache* anrufen und entsprechend behandeln (lassen). Damit wird auch der mögliche und erwünschte Widerstand in die eigene Regie übernommen und auf sich selbst gerichtet. Nicht mehr die gesellschaftlichen Strukturen und immanenten Regierungsweisen sollen offenbart und bekämpft werden, sondern der Kampf soll mit den eigenen Lebensmustern, Denkstrukturen, Emotionen und Körpern geführt werden. Hier ließe sich weiter fragen, inwiefern der Neoliberalismus die Kritik und Widerstände tatsächlich in sein »Raster integriert« (Mönch 2018: 314) und damit »jegliche Kontingenz der Subjekte« (a.a.O.: 315) produktiv wendet »und selbst zur Ware bzw. zum Produktionsfaktor« macht (ebd.). Wirkt er nicht eher dadurch effektiver und leiser,

dass er auf der einen Seite prekäre Lebens- und Regierungsverhältnisse installiert, die die Subjekte nicht imstande sind aufrechtzuerhalten, und auf der anderen Seite seine Unterstützung in Form einer ausbalancierten, den eigenen Ansprüchen geeigneten und nachhaltig produktiven Lebensweise anbietet? Schafft damit der Neoliberalismus gleichzeitig Prekarität und Lösungswege? Und ergänzt gerade die Prävention als immanente Regierungsweise die neoliberalen Ansprüche an grenzenlose Leistungssteigerung, die die Subjekte zur selbstgewollten Selbstaussbeutung treibt, indem sie die möglichen Schäden vorauszusehen und zu kompensieren sucht?

Die Machteffekte der Burnout-Prävention werden schließlich auch dort sichtbar, wo Widerstand geleistet wird. Wie dies in dem methodologischen Teil angedeutet wurde, lassen sich drei Weisen des Widerstands analytisch voneinander trennen.

2.1 Ein vordefinierter Widerstand

Angesichts des Widerstands, der von den immanenten Regierungsweisen vordefiniert wird und daher den Subjekten als natürlich erscheint, lässt sich Folgendes feststellen. Zum einen erscheint durch die Verlagerung der Verantwortung in die Regie der Subjekte der Widerstand als eine individuelle Entscheidung: »Arbeitnehmer_innen wechseln den Arbeitsplatz, reduzieren ihre Arbeitszeit und damit auch ihre Ansprüche auf Status, Bezahlung oder Karrierechancen.« (Menz et al. 2011 zit.n. Brunnett 2018: 339) Zum anderen stehen den Betroffenen und Gefährdeten zahlreiche Präventionsangebote zur Verfügung. Demnach neutralisiert die natürliche Sorge um sich – wer würde denn die eigene Gesundheit riskieren? – den Widerstand gegen präventive Maßnahmen. Sich gegen die Prävention zu stellen würde heißen, sich selbst bewusst zu gefährden und damit den eigenen gesellschaftlichen Ausschluss selbst zu vollziehen. In dieser *Selbst-Gefährdungs-Selbst-Erlösungs-Falle* manifestiert sich das Wirken des Präventionsdispositivs, das, wie bei allen anderen Dispositiven, stets verschleiert und der hautnahen Erfahrung entfernt bleibt: »Regieren ist keine ›lineare‹ Angelegenheit. Dispositive wirken immer nur auf Distanz, auch wenn Distanzen variieren.« (Fach 2008: 107 [Herv. i. O.]) Das Regieren auf Distanz gelingt dem Präventionsdispositiv dadurch, dass (auch) in ihm »eine Umschreibung gesellschaftlicher Herrschaftsverhältnisse in individuelle Probleme stattfindet – insofern Konfliktverhältnisse und gesellschaftliche Widersprüche als individuelle, psychische Unzulänglichkeiten deklariert, diskutiert und von den als defizitär markierten Individuen in der Regel auch so empfunden werden. Wenn man so will, hat man es somit in summa mit einer Politik der Entpolitisierung zu tun« (Rau 2018: 316), weshalb die Begründung der Prävention »als Verhinderungshandeln immer prekär bleiben [muss].« (Kessl 2005: 144)

2.2 Ein schützender Widerstand

Im Hinblick auf den Widerstand, den das Präventionsdispositiv gegen seine eigene Auflösung leistet, lassen sich folgende Beobachtungen festhalten. Einerseits handelt es sich beim Burnout um »eine ›Grundproblematik‹, mit der (wir) Menschen zu allen Zeiten und überall auf der Welt zu kämpfen hatten und haben.« (Weninger 2015: 16 [Herv. i. O.]) Die Erschöpfung und das Gefühl der Kraftlosigkeit gehören somit zu den fast alltäglichen Erfahrungen, die im Leben vorkommen, was ihre Behandlung nicht problematisch erscheinen lässt. Andererseits werden eben durch diese Alltäglichkeit die Belastung und der Stress auch aufgrund ihrer positiven Konnotation geschätzt:

»Über viel Stress und hohe Belastungen zu klagen, im Beruf und überhaupt im Leben, gehört in unserer leistungsfixierten Welt inzwischen zum guten Ton: 100 Mails habe ich pro Tag zu beantworten – 80.000 km pro Jahr bin ich auf der Straße – ich leiste jeden Monat 20 Überstunden! In jeder Klage schwingt aber auch ›Stolz‹ – Erschöpfungsstolz – mit. An seine Leistungsgrenzen zu gehen adelt: Ich bin gefragt, weil jederzeit erreichbar. Es wertet mich auf, weil ich unabkömmlich, wichtig, der Schnellste, die Beste bin.« (a.a.O.: 19 [Herv. i. O.]

Somit schützt sich das Präventionsdispositiv vor seiner Hinterfragung von allen Seiten – Vorbeugen reicht nie und kommt nie rechtzeitig genug und gleichzeitig darf es keine Irritationen hervorrufen, den Arbeitsaufwand und die eigene Arbeitsstelle bedrohen und erst recht nicht das Profil eines erfolgreichen neoliberalen Subjekts in Frage stellen. Die Prävention zu bedrohen würde bedeuten, die Sicherungsmechanismen der gesellschaftlichen Lebenslage auszuschalten, diese einem unbekanntem Ausmaß an Verletzlichkeit auszusetzen und damit die existenziellen Bedürfnisse aufs Neue austarieren zu müssen. Und gerade »[d]ie alltäglichen Ängste und Beunruhigungen der Menschen bilden das Scharnier zwischen existenziellen Bedürfnissen und gouvernementalen Interventionen.« (Eisch-Angus 2019: 60) Das Präventionsdispositiv operiert an den Widersprüchen, die es selber herstellt. Das Unbekannte wird hergestellt, damit es präventiert werden kann. Die Unsicherheit wird erzeugt, damit sie gegen Sicherheit ausgetauscht werden kann. Die existenziellen Bedürfnisse werden bedroht, damit die Subjekte durch Vorbeugung vor dem Untergang geschützt werden. Und gleichzeitig breitet sich »die Dunkelsphäre von Angst und Verunsicherung [...] umso intensiver aus[...], je sichtbarer für Sicherheit gesorgt wird.« (a.a.O.: 573) Diese prozessierende Zementierung der Prävention nährt sich an den selbst produzierten Problemen, die die Subjekte als ihre eigenen erkennen sollen.

2.3 Ein möglicher Widerstand

Schließlich, bezogen auf den Widerstand, den die disponierten Subjekte im Dispositiv leisten, d.h. sich dem Präventionsdispositiv widersetzen und ihm ungehorsam werden (können), lassen sich, bezogen auf Michel Foucault, vor allem zwei Formen benennen. Die erste Form antizipiert ein kollektives Gegen-Verhalten, das in Zeiten des Neoliberalismus auf dem Aufbau alternativer Regierungsordnungen beruht: »Die Etablierung alternativer Institutionen in den Bereichen der Bildung, des Gesundheitswesens und einer solidarischen Ökonomie heben sich deutlich von der neoliberalen Staatsdoktrin ab.« (Kastner 2008: 45) Durch die bisher immer noch äußerst schwammige Vorstellung von dem, wie die Burnout-Prävention tatsächlich wirkt und welche Machteffekte mit ihr entstehen, beschränkt sich diese Widerstandsform eher auf Selbsthilfegruppen oder wird von den Arbeitnehmerverbänden als Coaching oder Beratung auf individueller Ebene betrieben:

»Als Arbeitnehmerverband nehmen wir unsere Verantwortung wahr und engagieren uns für das Wohl der Angestellten. Weil das Thema Burnout und Stress so akut und verbreitet ist, bieten wir mit unseren Kooperationspartnerinnen von *rundum achtsam* eine eigene Themenreihe mit 3 Veranstaltungen an. Einmalig dabei ist deren ganzheitlicher Betrachtungsansatz – mit Körper, Geist und Psyche. Mit breitem fachlichem Know-how und eigenen Erfahrungen unterstützen sie vertrauensvoll und diskret.« (Rundum achtsam 2019)

Die zweite Form des Widerstands plädiert für zivilen Ungehorsam, eine Desertion, die »auf das Nicht-Befolgen von Befehlen, das Brechen von Normen oder ganz einfach die Verweigerung von Zustimmung« abzielt (Kastner 2008: 46). Die möglichen Umdeutungs- und Widerstandspotentiale dieser Art wurden bereits in vorherigen Teilen formuliert. Allerdings verbirgt sich in der veränderten Selbstführung bzw. Subjektivierungsweise das Risiko, »vom Neoliberalismus aufgenommen und funktionalisiert zu werden« (Bröckling 2007: 40f zit.n. Mönch 2018: 330), was den Widerstand umkehrt und die Kräfte noch mehr erschöpft. Das besagt im Weiteren, dass diese Art des Widerstands immer mit einer Macht, sich gegen den anderen – auch gegen ein immanentes Regierungsregime wie die Burnout-Prävention – wenden zu können, operieren muss. Das Ziel der Macht, wie sie im Rückgriff auf Friedrich Nietzsche Michel Foucault gedacht und analytisch gebraucht hat, besteht jedoch darin, »den Widerstand der entgegenstehenden Macht nicht nur zu erfahren, sondern zu brechen (überwinden), um die eigene Stärke zu steigern.« (Klass 2008: 153 [Herv. i. O.]) Nun erscheint auch diese Form des Widerstands bei den Burnout-Betroffenen bzw. –Gefährdeten als äußerst problematisch, denn sie verfügen nicht über Macht, weder als physische Kraft noch als psychisches Vermögen, mit der sie sich wehren, widersetzen oder Ungehorsam leisten können. Es stellt sich daher die Frage, ob Widerstand an dem *Nullpunkt*, in der Erfahrung der leib-

lichen und psychischen Ohnmacht, beginnen und wurzeln kann. Um dieser Frage nachzugehen, wird eine kurze Passage aus einer Burnout-Ratgeberliteratur zitiert, die das Thema Ohnmacht behandelt:

»Manchmal kämpfen wir gegen Windmühlen. Manchmal waren all die Mühen, all der Aufwand, all die Arbeit umsonst. All das hat nichts genutzt und nichts gebracht. Wir sind bis an unsere Grenzen gegangen und haben doch unser Ziel nicht erreicht. Ein Gefühl der Ohnmacht kann sich schnell in uns breitmachen. Wir fühlen uns schwach und leer. Wer kennt dieses Gefühl nicht? Es ist sehr unangenehm und belastend. Und doch kann gerade dieses Gefühl uns Demut lehren. Es kann mit dazu beitragen, dass wir als Menschen, als Persönlichkeiten wachsen und reifen und zu mitfühlenden, verständnisvollen und warmherzigen Menschen werden. Wer das Gefühl der Ohnmacht und Hilflosigkeit kennt, der hebt nicht ab, der bleibt »auf dem Teppich«, der läuft nicht Gefahr, überheblich und arrogant zu werden. Ohnmacht ist keine schöne, aber doch eine sinnvolle und wichtige Erfahrung.« (Gesing 2017: 60f [Herv. i. O.]

Die Ohnmacht tritt hier als belastend und doch als lehrreich auf. Als Konsequenz einer übermäßigen Anstrengung gegenüber Menschen und Tatsachen, die nicht zu bewältigen sind, und gleichzeitig als Möglichkeit, das Lebensschicksal wenden und neue Wege bahnen zu können. Als eine unangenehme Erfahrung, die Schwäche, Kontrollverlust und Leere spüren lässt, die aber Einhalt gebietet und den Weg zum Neubeginn weist. Das Gefühl der Ohnmacht begleitet die Erfahrung eines jeden Betroffenen. Und gleichzeitig bringt es das Negativbild des Neoliberalismus zum Erscheinen: »antriebslos, emotional erstarrt statt flexibel, zurückgezogen statt vernetzt, ohnmächtig statt ermächtigt, selbstzweifelnd statt selbstbewusst – konstitutionell überfordert.« (Bröckling 2007: 289ff zit.n. Mönch 2018: 335) Wenn das Präventionsdispositiv als immanente Regierungsweise versucht, die gesellschaftlichen Problemlagen auf die Subjekte zu übertragen, können umgekehrt auch die Lebenssituationen der Burnout-Betroffenen etwas über das Präventionsdispositiv und das dahinterstehende neoliberale politische Projekt sagen? Wessen Ohnmächtigkeitsgefühle werden durch die Subjekte erlebt und inszeniert? Signalisiert die Müdigkeit des Subjekts nicht eher die Ohnmacht des Regimes? Vor wessen Erschöpfung soll dann die Prävention schützen?

Ohnmächtig zu sein und einen Widerstand zu leisten scheint daher widersprüchlich zu sein. Doch, die Erschöpfung und Müdigkeit sind zugleich *Erfahrungen*, d.h. Momente, in denen Altes hinter sich gelassen wird und Neues entstehen kann, wo das Bestehende auf den Prüfstand gestellt wird. Die Müdigkeit inspiriert: »Die Inspiration der Müdigkeit sagt weniger, was zu tun ist, als was gelassen werden kann.« (Handke 1989: 74 zit.n. Böhme 2018: 28) Gerade diese inspirierende »Müdigkeit der negativen Potenz«, nämlich des »nicht-zu« (Han 2010: 60 [Herv. i. O.]), widersteht dem erlernten Drang, »sofort [zu] reagieren und jedem Impuls

[zu] folgen« (a.a.O.: 39f), der »bereits eine Krankheit, ein Niedergang, ein Symptom der Erschöpfung« ist (ebd.). Diese inspirierende Müdigkeit »als Kunst des Gelassen-Seins, das heißt, dem Sein näher als dem Gestell und dem Gerede des Man, wie Heidegger sagen würde« (Böhme 2018: 28), eröffnet neue Denkräume, erschließt Möglichkeiten, die sich im Leistungs- und Wachstumsmodus erschöpfen haben. Mit Gilles Deleuze gesprochen, kündigt die Erfahrung der Ohnmacht als inspirierende Müdigkeit eine *Politik des Schweigens* an:

»Die Schwierigkeit ist heute nicht mehr, dass wir unsere Meinung nicht frei äußern können, sondern Freiräume der Einsamkeit und des Schweigens zu schaffen, in denen wir etwas zu sagen finden. Repressive Kräfte hindern uns nicht mehr an der Meinungsäußerung. Im Gegenteil, sie zwingen uns sogar dazu. Welche Befreiung ist es, einmal nichts sagen zu müssen und schweigen zu können, denn nur dann haben wir die Möglichkeit, etwas zunehmend Seltenes zu schaffen: Etwas, das es tatsächlich wert ist, gesagt zu werden.« (Deleuze 1995: 129 zit.n. Hardt & Negri 2013: 21)

Erschöpfung macht schweigend. Nicht einmal den Schrei des Ärgers und der Wut lässt der kraftlose Zustand der Burnout-Betroffenen zu. Und doch, das ohnmächtige Schweigen und die provozierende Stille machen das Gegenüber, das immanente Machtregime, hilflos. Was ihm bleibt, ist die Zuflucht »bei reinem Zwang oder schlichter Gewalt« (Foucault [1982] 2005: 287) zu suchen. Ohnmacht als Ausdruck der Freiheit zu verstehen, die sich der Machtausübung widersetzen will (vgl. ebd.), heißt dann, die Macht über sich selbst als Zielscheibe und Produktionsfaktor des immanenten (neoliberalen) Regierens nicht abgeben zu wollen.

3 Regieren durch Vorbeugen

Als drittes haben sich die kritischen Auseinandersetzungen mit der Burnout-Prävention darum bemüht, die Mechanismen des Regierens durch Vorbeugen zu entschlüsseln und dessen charakteristische Wesenszüge zu hinterfragen. Diese lassen sich auf der Mikro- und Makroebene beobachten sowie anhand von drei Aspekten – die Zeit, der Körper und das Nicht-Existente – unterscheiden.

3.1 Regieren auf der Mikroebene

Wie die Analysen nahegelegt haben, wirkt das immanente Regierungsregime der Prävention vor allem auf der individuellen Mikroebene. Die Subjekte der Prävention werden produziert, angesprochen, angeleitet und präventiert bzw. zur Selbst-Prävention geführt. Hier wird die Verschränkung mit anderen Dispositiven bzw. ihren Teilen besonders anschaulich. Beispielfhaft zeigt das Niklas Rose in seiner

Studie zur *Politik des Lebens* (vgl. Rose 2009). Die neuen wissenschaftlichen Methoden und die damit einhergehende Untersuchung des menschlichen Körpers, menschlicher Psyche, menschlicher Gene, der individuellen Lebensweisen sowie der sozialpolitischen und kulturellen Rahmenbedingungen der Individuen haben ein Wissenskonglomerat hervorgebracht, welches das ganze Leben des Individuums vereinnahmen, überschauen, regulieren, kontrollieren, überwachen, modifizieren und führen kann. An dieses Wissenskonglomerat knüpfen die präventiven Praktiken auf eine Art und Weise an, die einer Abnormalität, einer Gefährdung bzw. einer Kontingenz vorbeugen kann. So interveniert bspw. Biokriminologie durch die Logik des Verdachts, des Vorhersehens und der Prävention, indem sie Anti-Bürger antizipiert, die vermehrt die Selbstkontrolle verlieren und dadurch eine gesellschaftliche Bedrohung darstellen, die auf doppelte Weise – durch das Verstehen der Bedingungen, die zu solchem Verhalten führen, und der damit einhergehenden Identifikation von Risiko-Bürgern einerseits und durch den Schutz der Bevölkerung vor den Einflüssen auf die psychische und physische Gesundheit, die von diesen Bürgern ausgehen können, andererseits – präventiert werden kann. Somit entsteht eine Wissenslücke bzw. eine politische Rationalität, die aus verschiedenen Quellen gefüllt und für Regierungszwecke brauchbar gemacht werden kann:

»Within this problem space, a new research program on the biology, neurology, neurochemistry, and genetics of crime has taken shape, seeking to locate biological processes, genetic markers, and risk factors for aggressive and antisocial conduct, and to develop techniques for identifying risky individuals. Through adoption studies, hormonal research, neurophysiological studies, and studies of intellectual ability, attention deficit disorder, and minimal brain dysfunction, researchers are searching for links between specific biological abnormalities and the propensity to commit violent crime, with a view to early identification, preventive intervention, and effective treatment. It is in these terms that a new molecular biopolitics of control is taking shape.« (a.a.O.: 241f)

Diese neue Biopolitik der Kontrolle braucht die präventive politische Rationalität, damit ihre Anwendungsmöglichkeiten ständig erweitert, optimiert und legitimiert werden können und sie sich in einer immanenten Regierungsweise auflösen kann. Auf der Mikro-Ebene besteht der Wesenszug des Regierens durch Vorbeugen darin, die bis in die Gene und tiefsten Eingeständnisse des Individuums eingedrungene Macht durch präventive Eingriffe zu instrumentalisieren.

3.2 Regieren auf der Makroebene

Die Makroebene des Wirkungsmechanismus des Präventionsregimes bezieht sich auf die Kehrseite des Neoliberalismus, die nicht nur die individualisierende und

aktivierende Dimension enthält, sondern auch selektive und rassistische Auswirkungen auf die Bevölkerung(-en) ausübt (vgl. Schultz 2011: 242). Diese Dimension des Regierens beleuchtet bspw. Susanne Schultz, die in dem Neo-Malthusianismus eine Idee erblickt, welche die Population als eine *Biomasse* ansieht, die mit den immer knapper werdenden Erdressourcen in einem Spannungsverhältnis steht und damit eine justierbare Regierungs-Variable darstellt (vgl. a.a.O.: 251).

In Verbindung mit Gender-Policies, die während der Post-Cairo Periode entstanden sind und die sich auf die Reduktion der globalen Weltbevölkerung konzentriert haben (vgl. a.a.O.: 244), werden dann solche Politiken betrieben, die sich die reproduktive Gesundheit gewisser Populationsgruppen als Anwendungsgegenstand wählen, an dem die neo-malthusianische Sorge um das Überleben der globalen Menschheit vollzogen werden kann. Auch in diesem Fall wird ein Macht-Wissens-Nexus formiert, indem sich das epidemiologische Wissen um Müttersterblichkeit, um antinatalistische Strategien oder um die reproduktive Gesundheit unterschiedlicher Frauengruppen mit dem demografischen Ziel eines *nachhaltigen* Bevölkerungswachstums verbinden. Eine von solchen Politiken war die Deutsche Initiative *Safe Motherhood*, die sich auf die Müttersterblichkeit in den Ländern der Dritten Welt konzentriert hat (vgl. a.a.O.: 258). Im Fokus dieser Initiative steht dabei die Prävention von (Risiko-)Geburten, mit der die Zielgruppen identifiziert, Maßnahmen passgenau entwickelt und Populationen reg(-ul-)iert werden könnten: »Prevention of ›reproductive risks‹ is a paradigm on the basis of which the population establishment has identified a variety of risk regions, risk groups and risk factors in order to determine which women at what age in which situations face an increased risk of maternal mortality.« (a.a.O.: 259 [Herv. i. O.]) In die Verbindung solcher demografischen Strategien mit den neo-malthusianischen epidemiologischen Parametern tritt die Prävention als ein Heilmittel für die uneingeschränkte Populationsverbreitung einerseits und die sichernde Müttersterblichkeitsregulierung, vor allem bei den jungen Erwachsenen, andererseits. Der Wesenszug des Regierens durch Vorbeugen auf der Makro-Ebene zeigt sich in der subtilen Kombination der sexuellen Aufklärung und Emanzipation *unentwickelter* Regionen mit den gleichzeitigen Strategien sexueller Abstinenz, die sich an kulturellen und religiösen Haltungen orientieren (vgl. a.a.O.: 260). Hier tritt die Prävention als Aufklärungs- und Regierungsprojekt zugleich auf und ermöglicht eine globale biopolitische Hegemonie.

3.3 Beherrschung der Zeit

Die Prävention, wie mehrmals in der Untersuchung erwähnt, zielt auf ein mehr oder weniger mögliches Auftreten eines gefährdenden Ereignisses. Dieses Ereignis wird damit stets in der Zukunft verortet, womit die Prävention den zeitlichen Aspekt des zu behandelnden Problems thematisieren muss: »Der mögliche Scha-

densfall in der Zukunft fesselt die gegenwärtige Aufmerksamkeit, er lässt Befürchtungen entstehen und drängt zum Handeln.« (Leanza 2017: 13) Die Zeit erscheint dann zum einen als ein Parameter, der darüber entscheidet, wie erfolgreich oder misslungen eine präventive Maßnahme sein wird, d.h. ob das Problem frühzeitig und ausreichend genug präventiert wurde, und zum anderen als eine bewegliche Konstante, als eine Kontingenz, die gebändigt werden muss, die aber trotz aller Bemühung nie vollständig überschaut und umfasst werden kann. Damit ruft die Prävention eine Dynamik ins Leben, die einerseits stets wachhält, andererseits aber keine Garantien bietet.

Mehr noch, die Prävention privatisiert und individualisiert die Zeit. Den Subjekten wird vermittelt, dass sie *ihre* Zeit sinnvoll, d.h. gesundheitsfördernd verbringen sollen – entweder durch sportliche Aktivitäten, durch einen ausreichenden Schlaf oder durch effektive Arbeitsweise. Die ausgebrannten Subjekte »erfahren dabei häufig eine dramatische Veränderung ihrer Zeitwahrnehmung, indem sie aus einem Zustand dynamischer oder hektischer Zeitbewegung in eine gleichsam »stillstehende« Zeit fallen, die sich in eine zähe Masse verändert zu haben scheint. Jede bedeutsame Verbindung zwischen Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft scheint dabei verlorenzugehen.« (Rosa 2013: 101 [Herv. i. O.]) Während dieser Erfahrung der Zeitwahrnehmung versuchen die Subjekte über ihre Lebensgeschichten zu grübeln mit dem Versprechen, die restliche Zeit ihres Lebens mit mehr Vorsicht, besseren Vorsätzen und weniger Ansprüchen zu verbringen. Vor allem wollen sie aber mehr Zeit für sich selbst einräumen und diese Zeit für sich selbst besser als vor dem Burnout nutzen. Diese Privatisierung der Zeit durch die Subjekte wird von einer viel globaleren Beherrschung der Zeit begleitet.

Die Prävention sorgt nämlich dafür, dass die Zeit *gebraucht* werden kann, dass sie für Zwecke und Ziele eingesetzt werden kann, die bestimmten Interessen mehr dienlich sind als anderen. Wenn entschieden wird, welches Verhalten, welche Berufswege, welche Politikgestaltung, welche globalen Ziele, welche Bevölkerungsgruppen bedroht sind und damit mehr Aufmerksamkeit erfordern, dann wird im gleichen Zug darüber entschieden, was, wie, wann und unter welchen Bedingungen regiert oder nicht regiert werden soll. Knappe Zeit nötigt zu Handlungen, verringert den Entscheidungsraum, beschränkt die absehbaren Optionen, reduziert die Zahl der Beteiligten, ordnet die Prioritäten um, erschöpft die Kräfte, erzeugt Nervosität.

Schließlich bleibt das präventive Handeln stets offen, denn die Zeit hat keinen Horizont, keinen definierbaren Endpunkt. Die Gefährdung muss nie, kann aber jederzeit auftreten. Ihre Vorbeugung muss daher nicht hinterfragt und ihre Relevanz nicht bestritten werden. Stattdessen kann jede nicht vorgebeugte Gefährdung eine noch größere Gefährdung hervorrufen, womit das Höchstmaß, gleichwie das Mindestmaß des Vorbeugens nicht festgelegt werden kann. Das Regieren durch Vorbeugen erstreckt sich damit einerseits auf die privatisierte Zeit des Individuums

und andererseits auf eine allgemeine Wahrnehmung der Zeit als einer Wertmarke, gegen die die Sicherheit, Gesundheit und das Wohlbefinden der Gesellschaft ausgetauscht werden kann. Die Prävention bedient sich nicht der Zeit, sie problematisiert und beherrscht die Zeit und macht sie zum Instrument des Regierens und Regiert-Werdens, zu einer Variable gouvernementaler Technologien.

3.4 Die Lust am Körper

Obwohl sich die Burnout-Prävention vornehmlich auf die Stärkung und Verhütung psychischer Zustände konzentriert, erscheint der Körper des betroffenen Subjekts auf doppelte Weise bedeutsam. Zum einen werden die Anzeichen einer psychischen Schwächung von den Betroffenen wie von den Ärzten und Therapeuten an dem Körper beobachtbar, was ihn andererseits zum Betrachtungs-, Diagnose- und Präventionsgegenstand transformiert. Damit rückt die präventive Sorge um den Körper, sein Empfinden und seine Verletzbarkeit in den Vordergrund und übt in ihm und auf ihn ihre Macht aus.

Wie Alfred Hirsch in Rückblick auf Heinrich Popitz bemerkt hat, waren sich die Autokraten und Despoten aller Länder »immer schon im Klaren darüber, dass die ›Todesgefährlichkeit von Herrschaft‹ ihre höchste Bestandsgarantie ist.« (Popitz 1992: 54 zit.n. Hirsch 2015: 193 [Herv. i. O.]) Doch nicht nur despotische und autokratische Staaten haben mit dem Körper und seiner Verletzbarkeit gespielt, sondern auch die modernen und liberalen Staaten (vgl. ebd.). Unter den liberal-demokratischen Verhältnissen wird jedoch die Verletzbarkeit des Körpers nicht nur durch direktes Schmerzempfinden, sondern auch auf indirekte Art und Weise zu Regierungszielen gebraucht. Ein Beispiel für solchen Umgang mit dem Körper bietet die Erfahrung der Einsperrung in das Gefängnis: »Sie nimmt dem Individuum die Möglichkeit, seinen Körper frei zu bewegen, frei seine Umgebung und seine Mitmenschen zu wählen. Diese Art der körperlichen Verletzung lässt sich forcieren, durch den Entzug und die Vorenthaltung von Nahrung oder den Mitteln, die notwendig sind, um diese zu erwerben.« (Hirsch 2015: 195) Ein weiteres Beispiel stellt die mehr oder weniger direkt hervorgebrachte soziale Entgrenzung der Individuen, und damit auch ihrer Körper, dar: »Was zunächst kaum den Anschein körperlicher Verletzung erweckt, kann sehr schnell dazu führen, dass Menschen hierdurch der Zugang zu lebenswichtigen Ressourcen versperrt wird.« (a.a.O.: 196) Schmerzfrei und gewaltsam zugleich wird die Macht auf und in dem Körper der Individuen auch durch das sanfte Regieren durch Vorbeugen vollzogen.

Wichtig für die gezielte Fokussierung auf den Körper war die Sensibilisierung des Bewusstseins für seine Verletzlichkeit, seine Vulnerabilität, welches »mit der Ambivalenz von Unsicherheit und Risiko, von Schmerz und Leiden auf der einen und von Leidensprävention und –eliminierung auf der anderen Seite« verbunden ist (Burghardt et al. 2017: 9). Aus einer gesellschaftskritischen Perspektive stellt

sich in diesem Zusammenhang die Frage, wie die Bedingungen dessen hergestellt werden, wie die Körper der Subjekte zu unterschiedlichen Zeiten, unter diversen Umständen und auf besondere Art und Weise als *vulnerabel* dargestellt werden und sowohl den Subjekten als auch der Öffentlichkeit schutzwürdig erscheinen, und damit den Zugang zu ihrer Behandlung, Entmachtung und Prävention eröffnen. Die Vulnerabilität des Subjekts »als potentielle oder aktuelle Disposition ist immer von vulneranten ›Momenten‹ und ›Bedingungen‹, die sie ›auslösen‹, abhängig.« (a.a.O.: 12 [Herv. i. O.]¹)

Prävention operiert durch die Vorstellung, dass Vulnerabilität durch Stärkung der Resilienz, Aufbau von Schutzkompetenzen, Förderung der Ermächtigung reduziert, auf Mindestniveau herabgesenkt oder gar abgeschafft werden kann. Die neuzeitliche Vorstellung der Schwächekorrektur akzeptiert keine »Kultur des Scheiterns« (Keupp 2010b: 16 [Herv. i. O.]), sondern setzt die körperlichen und psychischen Befindlichkeiten der Subjekte aufs Spiel, um die möglichen Regierungsräume ständig neu produzieren zu können. Jede festgehaltene Verletzlichkeit fordert Aufmerksamkeit, Behandlung und Prävention und bringt damit nicht selten »neue Probleme, Gefahren und Risiken« hervor (Burghardt et al. 2017: 10), die wiederum auf die Schwäche des Körpers pointieren. Die konstruierte Vulnerabilität des Körpers benennt und erzeugt damit seine Schwachstellen und behandlungsbedürftigen Parteien, womit die Körper der Subjekte »einer kontingenten Ordnungslogik von diskursiven und nicht-diskursiven Elementen, von Interessen und Machtkonstellationen« ausgeliefert werden (a.a.O.: 14). Der Umgang mit Schmerz, Leid und Unglück wird an und in dem Körper selbst vollbracht, als Ausdruck einer Sorge um Vorbeugung vor noch größerer Verletzlichkeit, die ohne frühzeitige Intervention auftreten könnte. Das Machtregime der Prävention toleriert wohl eine Verletzlichkeit, doch nur eine behandelbare, eine, die den Körper und die Psyche bereitstellt, entkleidet, durchblicken und antasten lässt. So wie die Macht den Sexualitätsdispositiv bereitgestellt hat, um die Notwendigkeit der Einschränkung des Sexes zu rechtfertigen und Kontrolle über ihn zu erhalten (vgl. Foucault [1977] 1978b: 114), so entwirft sie den Präventionsdispositiv, um den kontinuierlichen Zugang zu den Körpern und ihrer Differenzierung, Beobachtung und Stigmatisierung sicherzustellen und uns glauben zu lassen, dass die körperlichen und psychischen Befindlichkeiten präventiv und kurativ *lösbar* sind und also so früh und so lange wie möglich – von der Pränatal- bis zur Sterbephase – überwacht werden müssen.

1 Burghardt et al. sprechen dann von der sog. *Vulnerantialität*, die die Kehrseite der Vulnerabilität beschreibt, und zwar die Umstände und Bedingungen, die erfüllt werden müssen, damit es überhaupt Sinn macht, von Vulnerabilität zu sprechen: »Man kann sich nur als verletzbar wahrnehmen oder auf diese Weise gesehen werden, wenn gleichzeitig unterstellt wird, dass es auch vulnerante, d.h. verletzende Faktoren gibt, die die Vulnerabilität hervorbringen (können).« (Burghardt et al. 2017: 12)

3.5 Regieren durch das Nicht-Existente

Das immanente Regieren der Gouvernamentalität, wie es von Michel Foucault und von den Denkern der Gouvernamentalitäts-Studien betrachtet wird, bedient sich quantifizierbarer und messbarer Wissens Elemente über Individuen oder Gruppen, die sie entweder vorfindet oder selber problematisiert. So kann das Ausbrechen der Pest dazu führen, dass hygienische Maßnahmen eingeleitet werden, die genau untersuchen, welche Regionen, Bevölkerungsgruppen oder Biosysteme besonders bedroht sind und durch welche Merkmale diese Elemente identifiziert werden können. Anhand dieses Wissens lässt sich dann ein konkretes Vorgehen entwerfen und vollziehen. Auch das Regieren des Burnouts braucht das Wissen darum, was die Subjekte empfinden, mit welchen Sorgen sie konfrontiert sind, welche Körperanzeichen ihre Störung begleiten und welche Auffälligkeiten bei ihrem Burnout auftreten. Sodann entstehen Konzepte, die sich um die Behandlung und Prävention von Burnout kümmern und genau wissen, wo sie ansetzen sollen. Allerdings, indem das Machtregime der Prävention immer mit dem Unbekannten rechnet, rechnet es gleichzeitig auch mit dem, was nicht quantifizierbar, nicht hautnah spürbar, nicht messbar und wissenschaftlich erfassbar ist, d.h. mit dem, was *nicht existent* ist.

Mit der Frage nach der Regierung des Nicht-Existenten wird die Schattenseite der Prävention betreten. Bisher haben sich die Analysen und die Kritik auf das zentriert, was das Regime der Prävention, zumindest analytisch, sichtbar betreibt. Es bleibt jedoch offen, was die Prävention *unbewusst* macht bzw. was ihr »Tun tut« (vgl. Foucault in Dreyfus & Rabinow [1982/1983] 1994: 219), d.h. was ihre nicht-intendierten Folgen sind. Gleichzeitig stellt sich auch die Frage, wie die Prävention über das Hervorbringen von Räumen, die (noch) nicht existieren, vom Wissen, das (noch) nicht reell ist, von Möglichkeiten, die (noch) nicht vollziehbar sind, von Subjektivitäten, die (noch) keine Träger haben, regiert bzw. das Regieren wirklich und wirkmächtig macht. Dabei geht es nicht um eine Spekulation darüber, wie die Lebensweisen der Subjekte vorbestimmt und der Kontrolle immanenter Regime, wie des Präventionsdispositivs, völlig unterworfen sind. Wie Paul Veyne in Anlehnung an Michel Foucault nahelegt, ist das Dispositiv »weniger der Determinismus, der uns hervorbringt, als vielmehr das Hindernis, auf das unser Denken und unsere Freiheit reagieren oder nicht reagieren« kann (Veyne [2008] 2009: 116). Demnach soll hier die Perspektive darauf gerichtet werden, wie das Regieren über das betrieben wird, worauf die Subjekte nicht reagieren bzw. über das, was keine Kritik, keinen Widerstand, keine Auffälligkeit, kein Unbehagen hervorruft. Gelingt das Regieren auch über das Nicht-Re(-a-)gieren?

Philosophisch betrachtet betrifft das Problem der Nicht-Existenz »die ›grundlegende Struktur‹ von Denken und Sprechen« (Erhard 2017: 6 [Herv. i. O.]) und besteht im Kern darin, »dass Denken und Sprechen eine ›relationale Struktur‹ zu ha-

ben scheinen.« (ebd. [Herv. i. O.]) Vor allem Edmund Husserl widmete den Großteil seiner philosophischen Bemühungen dem Problem der Nicht-Existenz, die für ihn mit der Theorie der *Intentionalität* zusammenhängt. Aus seiner phänomenologischen Perspektive lässt er einerseits »die Möglichkeit intentionaler Phänomene, die auf nicht-existierende Objekte gerichtet sind« (a.a.O.: 67) zu, hält aber gleichzeitig auch »an der Existenzabhängigkeit von Relationen« (ebd.) fest. Das heißt, dass intentionale Erlebnisse in sich selbst die Beziehung zur Außenwelt haben – als Wahrnehmungen existieren – unabhängig davon, ob sie sich auf ihre Existenz oder Nicht-Existenz beziehen (vgl. a.a.O.: 69). Dagegen können Relationen nur zwischen zwei reell existierenden Relationsgliedern existieren: »Ist die Beziehung, so auch die Beziehungspunkte.« (Husserl [1894/8] 1979: 420 zit.n. Erhard 2017: 68) Doch nicht nur dem Denken und Sprechen, sondern auch der Macht, wie sie von Arthur Schopenhauer, Friedrich Nietzsche und später von Michel Foucault gedacht wurde, kann ein relationaler Charakter zugeschrieben werden (vgl. Klass 2008: 152).² Das bedeutet, dass sie nur über das ausgeübt werden kann, was existiert, d.h. zu dem eine Beziehung aufgebaut werden kann: »Wie kann nichts etwas individuieren und bestimmen?« (Erhard 2017: 70) Andererseits kann auch nur darauf reagiert und dagegen Widerstand geleistet werden, was sich auf das Subjekt bezieht, es betrifft, berührt, anspricht, eben an ihm agiert. Über das Nicht-Existente zu regieren würde dann heißen, einen Möglichkeitshorizont zu schaffen, auf den sich die Subjekte in ihren Sorgen, Vorstellungen oder Sehnsüchten beziehen könnten. Mit anderen Worten, um über die Subjekte Macht ausüben zu können, muss die Macht eine Beziehung zu ihnen schaffen, sie in Relation zu sich selbst stellen. Das Regime des Regierens durch Vorbeugen schafft Gefährdungen, die (noch) nicht existieren, Sorgen, die (noch) nicht entstanden sind, Burnout-Zustände, die (noch) nicht aufgetreten sind, damit sich die Subjekte in ihrer Selbstsorge auf sie, die nicht-existenten Möglichkeiten, beziehen und daher sich der Macht zur Verfügung stellen können.

Das Regieren durch Vorbeugen vollzieht sich also durch mindestens drei Züge: es lässt die Subjekte daran glauben, dass sie *ihre* Zeit haben, sie die Zeit besitzen und sie bestmöglich nutzen müssen, und zwar leistungsstark und gefährdungsbewusst; es lässt die Subjekte daran glauben, dass sie *ihre* Körper haben, die sie besitzen und aus ihnen die Instrumente einer erfolgreichen, ausbalancierten Lebensweise machen können; und es lässt die Subjekte schließlich daran glauben, dass sich vor ihnen Möglichkeiten erstrecken, auf die sie reagieren müssen, um dem Leben das Beste abzugewinnen und das Schlimmste zu vermeiden. Diese Art

2 Die Intentionalität der Macht kommt in diesem Zusammenhang nicht in Frage, da sie für Foucault an sich kein Wesen und daher auch keine Intentionen hat. »Die Macht hat kein Wesen, sie ist operativ. Sie ist kein Attribut, sondern ein Verhältnis« (Deleuze 1995: 43 zit.n. Kammeler/Parr/Schneider 2014: 387), so Gilles Deleuze in Rückgriff auf Foucault.

der Individualität, die den Subjekten seit Jahrhunderten aufgezwungen wurde, muss zurückgewiesen werden (vgl. Foucault [1982] 2005: 280), damit die Individuen, Frauen wie Männer, in ihrem Alltag wie in ihrem öffentlichen Engagement frei und gleichzeitig politisch handeln können (vgl. Wilde 2015: 106).

Mit diesen Schlussfolgerungen lässt sich klar beweisen, dass sich die Burnout-Prävention als eine immanente Regierungsweise etabliert und mannigfache Machteffekte erzeugt hat, die eine Hinterfragung und den möglichen Umsturz des neoliberalen Regierungsprojekts verhindern und die Subjekte in kontinuierlicher Selbstbeschäftigung halten sollen. Damit wurde die Eingangshypothese überprüft und mit der Diskussion der Widerstandspotentiale einige Ansatzpunkte zum Gegen-Verhalten geliefert. Außerdem hat die Analyse der Burnout-Prävention nach Michel Foucault die hohe Relevanz seines Forschungsansatzes bestätigt, der die Auswirkungen des neoliberalen Machtregimes brisant erfassen kann. Durch die umfangreiche Analyse des Präventionsdispositivs wurden konkrete Gegenstandsbereiche und diskursive Formationen erfasst und analytisch handhabbar gemacht, was eine Anwendung des Forschungsstils der Dispositivanalyse auf weitere Forschungsgegenstände und -felder motiviert. Die Untersuchung hat sich schließlich mit der Möglichkeit auseinandergesetzt, die Kritik dort zu erproben, wo sie zunächst sinnlos und problematisch erscheint, nämlich im Zustand einer völligen Erschöpfung, Macht- und Ratlosigkeit. Damit wurde versucht, die Grenzen und Möglichkeiten eines Widerstands und einer Selbstbestimmung unter unterdrückenden Umständen zu skizzieren. Hierdurch stellt sich diese kritische Arbeit in die Tradition solcher Denker wie etwa Viktor Frankl, den die Erfahrungen aus den Konzentrationslagern in der Überzeugung gestärkt haben, dass die Grenzen der Freiheit und der Macht nie vollständig bestimmt und nie eindeutig und immerwährend gelegt sind und daher in jedem Moment überprüft und verändert werden können (vgl. Frankl [1977] 2018).

Schluss und Ausblick

Das Burnout-Syndrom kann schnell aus dem öffentlichen Blick verschwinden und in Vergessenheit geraten. Wie die Erfahrung zeigt, dominieren immer neuere und aktuellere Themen, wie etwa der Umweltaktivismus von Greta Thunberg, der Brexit, die US-Wahlen oder die Covid-19-Pandemie, die mediale Präsenz und bestimmen den Fokus gesellschaftlicher, politischer, finanzieller, aber auch wissenschaftlicher Interessen. Nichtsdestotrotz tritt dieses Thema zwar weniger medial, dafür aber deutlich dringender auf, was auch weitere Studien belegen (vgl. Brendel & Martus 2018). Das Vorhaben, dem Burnout-Syndrom, und vor allem der Burnout-Prävention, einen Spiegel vorzuhalten zeigte, wie die Beziehungen der Subjekte zu sich selbst und zu den anderen geschwächt bis unterdrückt werden. Diese Beziehungen wiederherzustellen, schonend auszutarieren und in Einklang mit Umwelt, Kultur, Technik und Gesellschaft zu bringen, kann und muss von Prozessen kritischer Selbst- und Gesellschaftsprüfung begleitet werden, damit der Raum für das Denken politischer Handlungsfähigkeit stets offenbleibt.

Betrachtet aus der politisch-theoretischen Perspektive, beleuchtete das Projekt die asymmetrische Verteilung der Machtverhältnisse, die durch Hervorbringung leistungsstarker, aber gleichzeitig auch gefährdungsbewusster und präventiver, Subjektformen den Gesellschaftskörper spalten. Die Spaltungen betreffen nicht die Bevölkerung als eine Summe von Individuen, sondern, wie die Analyse nahelegte, finden im Inneren—in dem Bezug des Subjekts zu sich selbst—statt. Dieser Konstitutionsakt einer Subjektform kollidiert dann mit dem genuin »politischen« Institutionsakt« (Marchart 2013: 430 [Herv. i. O.]) einer demokratischen Gesellschaft und erweckt den Anschein einer alternativlosen, weil zwangsläufigen Entwicklung. Entgegen der Vorstellung, die Gesellschaft entwickle sich nach ihren besten Möglichkeiten und das Burnout-Syndrom sei dafür der mildeste Preis, zeigte diese Forschung, wie trügerisch und kontingent jegliche Regierungstechnologien, inclusive Prävention, sind. Was demnach mehr in den Vordergrund rücken muss, ist das Wissen über die Gegenwärtigkeit und Wandelbarkeit der Macht- und Regierungsverhältnisse, ebenso wie die Erfahrung einer kollektivverschuldeten Unmündigkeit bzw. eines Burnout-Syndroms neoliberaler Gesellschaft.

Zuallerletzt sollen am Ende der durchgeführten Analysen, Kritiken und Überlegungen zum neoliberalen Dispositiv der Prävention einige Bausteine für die weitere Forschung geliefert werden. Diese lassen sich in drei Teilen betrachten:

- Erstens orientiert sich die Kritik des Regierens und Regiert-Werdens in den poststrukturalistischen Ansätzen vor allem an dem Ergründen der Rationalität, durch die bestimmte Elemente wie Diskurse oder nicht-diskursive Praktiken zu einem funktionierenden Regime werden. Eine solche Rationalität wird dann auf ihre Logiken und inhärente Herrschaftsmechanismen hinterfragt. Dasselbe betrifft auch den Präventionsdispositiv. Allerdings, was in dieser Hinsicht stärker in den Fokus geraten kann, ist der Blick auf die *Emotionalität* des Regierens (Han 2015).¹ Dabei soll nicht nur die Frage gestellt werden, wie Emotionen instrumentalisiert und zum Zweck des Regierens eingesetzt werden, sondern auch die Frage, wie sie als Nebeneffekte des Regierens erscheinen. Mit anderen Worten, welche Gefühls- und Gemütslage erzeugt ein politisches Regime, wie bspw. der Neoliberalismus? Wie werden diese erkenn- und spürbar? Welche emotionalen Reaktionen kommen den Subjekten normal, welche dagegen seltsam vor? Wie sollen sich im neoliberalen Regime die ausgebrannten Subjekte als emotionale Subjekte inszenieren? Mit Scham, Ohnmacht und Müdigkeit oder als Subjekte mit neuen Möglichkeiten der Lebensgestaltung?
- Des Weiteren richtet sich vor allem die neomarxistische und linksorientierte Kritik des Regierens auf die Möglichkeiten und Organisation des Widerstands, der von globalen Bewegungen einer Klassenrevolution bis hin zu lokalen Mikrowiderständen reicht. Worauf sich die Aufmerksamkeit emanzipatorischer Bewegungen verstärkt richten kann, ist die Exposition individueller Erfahrungen als gesellschaftliche Zustände (vgl. Eribon [2013] 2017). Die verschiedensten gesellschaftlichen Wandlungen schlagen sich in den individuellen Erfahrungswelten nieder und können aus diesen wieder extrapoliert und als Mikrokosmen politischer Verhältnisse gedeutet werden. Hiermit können den Subjekten Machtpositionen zugänglich gemacht werden, die für sie bisher unbewusst oder ausgeblendet waren. So kann sich bspw. in einer Liebesbeziehung zwischen zwei Personen unterschiedlicher Herkunft und sozialer Lage ein Aufklärungs-, Emanzipations- und Gleichstellungsprozess vollziehen, der nicht nur das (Zusammen-)Leben dieser Individuen betrifft, sondern der zugleich die unterschiedlichen gesellschaftlichen Normen, unsichtbaren Steuerungsmechanismen und unbewussten oppressiven Haltungen in Frage stellt,

1 Der *affective turn* in den Geisteswissenschaften wurde bereits signalisiert (vgl. Hochschild [1983] 2003; Illouz 2006; Clough & Halley 2007; Liljeström & Paasonen 2010; Mouffe 2014; Penz & Sauer 2016).

eventuell bricht und neujustiert. Ein individuelles Erleiden und Erproben dieser Erfahrungen konstituiert neue Ausgangslagen für das Nachdenken über gültige soziale und politische Verhältnisse und rüstet die Individuen mit Macht und Verantwortung für kollektive Veränderungen aus.

- Schließlich richtet sich die Kritik des Regierens auf die Untersuchung und das Hinterfragen von Subjektformierungen. In diesem Zusammenhang dreht sich die Kritik darum, inwiefern die Subjekte eine Autonomie besitzen und wie sich diese begründen lässt (vgl. Cohen 2012). Vor allem im Zustand einer totalen Erschöpfung kommt dieser Frage eine stärkere Bedeutung zu. Eine mögliche Perspektive der Kritik bietet sich in Form von Verhalten an, das das politische Regime provoziert und zu durchbrechen sucht, wodurch die Autonomie der Subjekte erprobt werden kann (vgl. Rancière 2014). Außerdem können sich Subjekte bewusst gegen Konsum, Lust und Überfluss an Optionen und Gütern entscheiden und sich in Askese und Selbstbeschränkung üben, was ihnen ein Gefühl der Wahlfreiheit und Selbstbeherrschung vermitteln soll (Gronemeyer 1998). Subjektformierungen stellen allerdings ein analytisches Instrument, nicht eine ontologische Konstante dar. Ein Subjekt zu werden im analytischen Sinne heißt noch längst nicht, dass das Individuum unfrei geworden ist. Stattdessen werden diese Instrumente als kontrastgebende Substanz eingesetzt, um die Machtverhältnisse sichtbar zu machen. Die Aufgabe besteht also nicht im Abgrenzen der Autonomieräume, sondern im Schärfen der analytischen Kategorien, die diese Räume freisetzen können.

Literaturverzeichnis

- Abels, I. (2015): *Die Sorge um die Depression. Elemente einer Genealogie*. Bad Langensalza. Beltz Juventa.
- aerzteblatt (2018): Jeder Zweite fühlt sich von Burnout bedroht. In: *aerzteblatt.de* <https://www.aerzteblatt.de/nachrichten/92312/Jeder-Zweite-fuehlt-sich-von-Burnout-bedroht> (Stand: 17.04.2019)
- Ahola, K. et al. (2014): Relationship between burnout and depressive symptoms: A study using the person-centred approach. In: *Burnout Research* 1: 29-37. doi.org/10.1016/j.burn.2014.03.003
- Ahrens, W. (2014): Das Erfolgskonzept der Healing Hotels of the World. In: *hotelier.de* <https://www.hotelier.de/hotellerie/hotelgewerbe/43586-das-erfolgskonzept-der-healing-hotels-world> (Stand: 27.11.2018)
- Allplan Deutschland GmbH (2018): *Bauen für ein besseres Leben: Ganzheitlich gesunde Architektur*. <https://blog.allplan.com/de/ganzheitlich-gesunde-architektur> (Stand: 27.11.2018)
- [Angelika] Im Nachhinein betrachtet erscheint Angelika das Burnout als nichts Böses mehr. In: Hammer-Tschepisch, I. (2016): *Aufbruch. Fünfzehn Menschen reden über ihr Burnout* (S. 140-148). Wien. Morawia Lesezirkel GmbH.
- [Anna] Anna hat durch ihr Burnout eine Schatztruhe an neuen Möglichkeiten entdeckt. In: Hammer-Tschepisch, I. (2016): *Aufbruch. Fünfzehn Menschen reden über ihr Burnout* (S. 16-25). Wien. Morawia Lesezirkel GmbH.
- Apple Inc. (2018a): *BOA: BurnOutAid 17 by Nicola Verbeeck*. <https://apps.apple.com/de/app/id995584455> (Stand: 20.11.2018)
- (2018b): *Burnout Prophylaxe by PhoneTec GmbH*. <https://itunes.apple.com/de/app/burnout-prophylaxe/id475683381?mt=8> (Stand: 20.11.2018)
- (2018c): *Adrenal Burnout Test App by Mageswary Karuppiah*. <https://itunes.apple.com/de/app/adrenal-burnout-test-app/id728120887?mt=8> (Stand: 20.11.2018)
- ArchDaily (2015): *Bridgepoint Active Healthcare/Stantec Architecture + KPMB Architects + HDR Architecture + Diamond Schmitt Architects*. <https://www.archdaily.com/771080/bridgepoint-active-healthcare-stantec-architecture-plus-kpmb-architects-plus-hdr-architecture-plus-diamond-schmitt-architects-plus> (Stand: 30.11.2018)

- (2017): *University Psychiatric Centre/Stéphane Beel Architects*. <https://www.archdaily.com/804323/university-psychiatric-centre-stephane-beel-architect> (Stand: 30.11.2018)
- (2018): *Vejle Psychiatric Hospital/Arkitema Architects*. <https://www.archdaily.com/901732/vejle-psychiatric-hospital-arkitema-architects> (Stand: 30.11.2018)
- Autonom Health (2017a): *Was ist Autonom Health?* <https://www.autonomhealth.com/> (Stand: 13.11.2018)
- (2017b): *HRV Messungen mit Brustgurt – wie gut ist die Datenqualität im Vergleich zum EKG?* <https://www.autonomhealth.com/blog/hrv-messungen-mit-brustgurt-wie-gut-ist-die-datenqualitaet-im-vergleich-zum-ekg/> (Stand: 13.11.2018)
- (2017c): *Die Bedeutung der Herzratenvariabilität* <https://www.autonomhealth.com/herzratenvariabilitaet/> (Stand: 13.11.2018)
- (2017d): *Was ist My Autonom Health?* <https://www.autonomhealth.com/fuer-mich/> (Stand: 13.11.2018)
- (2017e): *Warum sieht die Messung so aus?* <https://community.autonomhealth.com/forum/stress/1338-warum-sieht-die-messung-so-aus> (Stand: 13.11.2018)
- Badura, B. (Hg.) (2017): *Arbeit und Gesundheit im 21. Jahrhundert. Mitarbeiterbindung durch Kulturentwicklung*. Berlin, Heidelberg. Springer Verlag GmbH.
- Baele, S. & Lemke, T. (2008): An Interview with Thomas Lemke: Foucault Today. On the theoretical Relevance of Foucauldian concepts of ›governmentality‹ and ›biopolitics‹. In: *Emulations – Revue de sciences sociales* 1(4): 46-51. doi.org/10.14428/emulations.004.005
- Bakker, A. B. & Costa, P. L. (2014): Chronic job burnout and daily functioning: A theoretical analysis. In: *Burnout Research* 1: 112-119. doi.org/10.1016/j.burn.2014.04.003
- Bakusic, J. et al. (2017): *Methodologies to identify work-related diseases: Review of sentinel and alert approaches*. Luxembourg. Publications Office of the European Union.
- Baliogo Versand (2014): *Qiu – HRV Biofeedback*. <https://www.baliogo-versand.de/anti-stress-geraete/277/qiu-hrv-biofeedback> (Stand: 13.11.2018)
- Bartmann, Ch. (2012): *Leben im Büro. Die schöne neue Welt der Angestellten*. München. Carl Hansen Verlag.
- Bauman, Z. (2000): *Die Krise der Politik. Fluch und Chance einer neuen Öffentlichkeit*. Übersetzt von Edith Boxberger. Hamburg. Hamburger Edition.
- Beck, U. ([1986] 2016): *Risikogesellschaft – Auf dem Weg in eine andere Moderne*. Berlin. Suhrkamp Verlag.
- Beck, D., Morschhäuser, M. & Richter, G. (2014): Durchführung der Gefährdungsbeurteilung psychischer Krankheiten. In: Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin (Hg.): *Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastung. Erfahrungen und Empfehlungen* (S. 45-130). Berlin. Erich Schmidt Verlag GmbH & Co. KG.
- Becke, G. et al. (Hg.) (2010): *Innovation durch Prävention. Gesundheitsförderliche Gestaltung von Wissensarbeit*. Bremerhaven. Wirtschaftsverlag NW.

- Becker, F. (2017): Vorsorgen oder Ausbrennen. Der Körper des Werktätigen und der ›energetische Imperativ‹ in der Weimarer Republik. In: Hannig, N. & Thießen, M. (Hg.) (2017): *Vorsorgen in der Moderne. Akteure, Räume und Praktiken* (S. 191-211). Berlin, Boston, MA. Walter de Gruyter GmbH.
- Beck-Gernsheim, E. (1996): Die soziale Konstruktion des Risikos — das Beispiel Pränataldiagnostik. In: *Soziale Welt* 47(3): 284-296. doi.org/10.1007/978-3-322-97437-2_6
- Bedorf, T. & Röttgers, K. (Hg.) (2010): *Das Politische und die Politik*. Berlin. Suhrkamp Verlag.
- Beratung & Coaching Koblenz (o.J.): *Herzfrequenzvariabilität HRV Training*. <http://beratung-coaching-koblenz.de/methoden/herzfrequenzvariabilitaet-hrv-training/> (Stand: 15.11.2018)
- [Bernd] Grimmecke, B. (2010): *Blut kann jeder sehen, keiner sieht Burnout!* Halle. Projekte-Verlag Cornelius GmbH.
- Bernet, B. (2012): ›Depressed? It might be political!‹ Die Pathologien der Leistungsgesellschaft im Fokus der außerklinischen Literatur. In: *Nach Feierabend – Zürcher Zeitschrift für Wissensgeschichte* 8: 189-198.
- von Beyme, K. (2013): *Von der Postdemokratie zur Neodemokratie*. Wiesbaden. Springer Fachmedien GmbH.
- Bianchi, R. et al. (2014): Personality and Social Psychology. Is burnout solely job-related? A critical comment. In: *Scandinavian Journal of Psychology* 55: 357-361. doi.org/10.1111/sjop.12119
- Blühdorn, I. (2013): *Simulative Demokratie. Neue Politik nach der postdemokratischen Wende*. Berlin. Suhrkamp Verlag.
- BMF (2018): *Infografik: Bundeshaushalt 2019 – Ausgaben im Überblick* <https://www.bundesfinanzministerium.de/Datenportal/Daten/frei-nutzbare-produkte/Bilder/Infografiken/Ausgaben-Bundeshaushalt-2019.html> (Stand: 13.01.2021)
- BMWi (2018): *Was ist Industrie 4.0?* Bundesministerium für Wirtschaft und Energie. <https://www.plattform-i40.de/PI40/Navigation/DE/Industrie40/WasIndustrie40/was-ist-industrie-40.html> (Stand: 05.03.2018)
- Bohlender, M. (2010): Soziale (Un)Sicherheit. Zur Genealogie eines Dispositivs moderner Gesellschaften. In: Münkler, H., Bohlender, M. & Meuer, S. (Hg.): *Sicherheit und Risiko. Über den Umgang mit Gefahr im 21. Jahrhundert* (S. 101-124). Bielefeld. transcript.
- Bohn, S. (2017): *Die Ordnung des Selbst. Subjektivierung im Kontext von Krise und psychosozialer Beratung*. Bielefeld. transcript.
- Boltanski, L. & Chiapello, È. ([1999] 2003): *Der neue Geist des Kapitalismus*. Übersetzt von Michael Tillmann. Konstanz. UVK Verlagsgesellschaft mbH.

- (2010): Die Arbeit der Kritik und der normative Wandel. In: Menke, Ch. & Re-bentisch, J. (Hg.): *Kreation und Depression. Freiheit im gegenwärtigen Kapitalismus* (S. 18-37). Berlin. Kulturverlag Kadmos.
- Bonß, W. (2010): (Un-)Sicherheit als Problem der Moderne. In: Münkler, H., Boh-lender, M. & Meurer, S. (Hg.): *Handeln unter Risiko. Gestaltungsansätze zwischen Wagnis und Vorsorge* (S. 33-63). Bielefeld. transcript.
- Bonz, J. (2011): *Das Kulturelle*. Paderborn. Wilhelm Fink Verlag.
- Böhle, F. (2010): Neue Anforderungen an die Arbeitswelt – neue Anforderungen an das Subjekt. In: Keupp, H. & Dill, H. (Hg.): *Erschöpfende Arbeit. Gesundheit und Prävention in der flexiblen Arbeitswelt* (S. 77-96). Bielefeld. transcript.
- Böhme, H. (2018): Müdigkeit, Erschöpfung und verwandte Emotionen im 19. und frühen 20. Jahrhundert. In: Fuchs, T., Iwer, L. & Micali, S. (Hg.): *Das überforder-te Subjekt – Zeitdiagnosen einer beschleunigten Gesellschaft* (S. 27-51). Berlin. Suhr-kamp Verlag.
- Brendel, B. & Martus, P. (2018): *Arbeits- und individuumsbezogene Determinanten für die Vulnerabilität gegenüber Burnout und Depressionen*. Teilprojekt 1 im Verbund-projekt F 2318: Depressionen, Burnout und kognitive Defizite – Studien an Be-schäftigten zum Einfluss arbeitsbezogener und individueller Determinanten. Dortmund. Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin.
- Brendt, D. & Sollmann, Ch. (2012): *Burnout am Arbeitsplatz. Symptombeschreibung – Auslösende Bedingungen – Prophylaxe – Therapie*. Renningen. Expert Verlag.
- Brenner, J. (2012): ›Wer wollen wir morgen sein?‹ In: Gatterburg, A. & Großbon-gardt, A. (Hg.): *Diagnose Burnout. Hilfe für das erschöpfte Ich* (S. 231-241). München. Deutsche Verlags-Anstalt.
- Brichzin, J. (2016): Krise des politischen Alltags? Eine ethnografische Parlaments-studie zur gesellschaftlichen Entfremdung des Politischen. In: *Österreichische Zeitschrift für Soziologie* 41: 191-212. doi.org/10.1007/s11614-016-0214-x
- Brodocz, A. (2007): Politische Theorie und Gesellschaftstheorie. Prolegomena zu ei-nem dynamischen Begriff des Politischen. In: Buchstein, H. & Göhler, G. (Hg.): *Politische Theorie und Politikwissenschaft* (S. 156-174). Wiesbaden. VS Verlag für So-zialwissenschaften.
- Bröckling, U., Krasmann, S. & Lemke, T. (2000): *Gouvernementalität der Gegenwart. Studien zur Ökonomisierung des Sozialen*. Frankfurt a.M.. Suhrkamp Verlag.
- Bröckling, U. (2004): Balance of Power. Zivilgesellschaft und die Gouvernemen-talität der Gegenwart. In: Gosewinkel, D. & Reichardt, S. (Hg.): *Ambivalenzen der Zivilgesellschaft: Gegenbegriffe, Gewalt und Macht* (S. 60-68). Berlin. WZB.
- (2007): *Das Unternehmerische Selbst. Soziologie einer Subjektivierungsform*. Frankfurt a.M.. Suhrkamp Verlag.
- (2008): Vorbeugen ist besser ... Zur Soziologie der Prävention. In: *Behemoth. A Journal on Civilisation* 1: 38-48. doi.org/10.6094/behemoth.2008.1.1.751

- (2012): Dispositive der Vorbeugung: Gefahrenabwehr, Resilienz, Precaution. In: Daase, Ch., Offermann, P. & Rauer, V. (Hg.): *Sicherheitskultur. Soziale und politische Praktiken der Gefahrenabwehr* (S. 93-108). Frankfurt a.M.. Campus Verlag GmbH.
- (2013): Der Mensch als Akku, die Welt als Hamsterrad. Konturen einer Zeitkrankheit. In: Neckel, S. & Wagner G. (Hg.): *Leistung und Erschöpfung. Burnout in der Wettbewerbsgesellschaft* (S. 179-200). Berlin. Suhrkamp Verlag.
- (2014): Nachdem der Kopf des Königs gefallen ist. Zum Verständnis der Geschichte bei Michel Foucault und Günter Dux. In: Dux, G. & Rüsen, J. (Hg.): *Strukturen des Denkens. Studien zur Geschichte des Geistes* (S. 167-182). Wiesbaden. Springer Fachmedien GmbH.
- Bröckling, U. & Krasmann, S. (2010): Ni méthode, ni approche – Zur Forschungsperspektive der Gouvernementalitätsstudien – mit einem Seitenblick auf Konvergenzen und Divergenzen zur Diskursforschung. In: Angermüller, J. & van Dyk, S. (Hg.): *Diskursanalyse meets Gouvernementalitätsforschung. Perspektiven auf das Verhältnis von Subjekt, Sprache, Macht und Wissen* (S. 23-42). Frankfurt a.M.. Campus Verlag.
- Bröckling, U. & Peter, T. (2017): Das Dispositiv der Exzellenz. Zur Gouvernementalität ökonomischer Arrangements an Hochschulen. In: Diaz-Bone, R. & Hartz, R. (Hg.): *Dispositiv und Ökonomie. Diskurs- und dispositivanalytische Perspektiven auf Märkte und Organisationen* (S. 283-303). Wiesbaden. Springer Fachmedien GmbH.
- Brunnett, R. (2007): Foucaults Beitrag zur Analyse der neuen Kultur von Gesundheit. In: Anhorn, R., Bettinger, F. & Stehr, J. (Hg.): *Foucaults Machtanalytik und Soziale Arbeit. Eine kritische Einführung und Bestandsaufnahme* (S. 169-184). Wiesbaden. VS Verlag für Sozialwissenschaften.
- (2018): Von Arbeitskonflikten zum psychologischen Problem? Wie Konzepte von Stress und Burnout das Verhältnis zu Arbeit transformieren (können). In: Anhorn, R., Schimpf, E., Stehr, J., Rathgeb, K., Spindler, S. & Keim, R. (Hg.): *Politik der Verhältnisse – Politik des Verhaltens. Widersprüche der Gestaltung Sozialer Arbeit* (S. 333-343). Wiesbaden. Springer Fachmedien GmbH.
- Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin (Hg.) (2014): *Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastung. Erfahrungen und Empfehlungen*. Berlin. Erich Schmidt Verlag GmbH & Co. KG.
- (2021): *Volkswirtschaftliche Kosten durch Arbeitsunfähigkeit*. https://www.baua.de/DE/Themen/Arbeitswelt-und-Arbeitsschutz-im-Wandel/Arbeitsweltberichterstattung/Kosten-der-AU/Kosten-der-Arbeitsunfaehigkeit_node.html (Stand: 14.01.2021)
- Bundestag (2015): Gesetz zur Stärkung der Gesundheitsförderung und der Prävention (Präventionsgesetz – PräVG) vom 17. Juli 2015. In: *Bundesgesetzblatt*, Jg. 2015, Teil I, Nr. 31, S. 1368-1379.

- Burghardt, D., Dederich, M., Dziabel, N., Höhne, T., Lohwasser, D., Stöhr, R. & Zirfas, J. (2017): *Vulnerabilität. Pädagogische Herausforderungen*. Stuttgart. Verlag W. Kohlhammer GmbH.
- Burisch, M.: (2014): *Das Burnout-Syndrom: Theorie der inneren Erschöpfung – Zahlreiche Fallbeispiele – Hilfen zur Selbsthilfe*. Berlin, Heidelberg. Springer Verlag.
- Butler, J. (2001): Was ist Kritik? Ein Essay über Foucaults Tugend. Übersetzt von Jürgen Brenner. In: *eipcp – European Institute for Progressive Cultural Policies* <http://eipcp.net/transversal/0806/butler/de> (Stand: 01.05.2017)
- Butterwege, Ch., Lösch, B. & Ptak, R. (2017): *Kritik des Neoliberalismus*. Unter Mitarbeit von Tim Entgartner. Wiesbaden. Springer Fachmedien GmbH.
- Bührmann, A. D. (2005): Das Auftauchen des unternehmerischen Selbst und seine gegenwärtige Hegemonialität. Einige grundlegende Anmerkungen zur Analyse des (Trans-)Formierungsgeschehens moderner Subjektivierungsweisen. In: *Forum Qualitative Sozialforschung/Forum: Qualitative Social Research* 6(1). Art. 16. doi.org/10.17169/fqs-6.1.518
- (2012): Das unternehmerische Selbst: Subjektivierungsform oder Subjektivierungsweise? In: Keller, R., Schneider, W. & Viehöver W. (Hg.): *Diskurs – Macht – Subjekt: Theorie und Empirie von Subjektivierung in der Diskursforschung* (S. 145-164). Wiesbaden. VS Verlag für Sozialwissenschaften.
- Bührmann, A. D. & Schneider, W. (2008): Mehr als nur diskursive Praxis?: konzeptionelle Grundlagen und methodische Aspekte der Dispositivanalyse. In: *Historical Social Research* 33(1): 108-141. doi.org/10.12759/hsr.33.2008.1.108-141
- (2012): *Vom Diskurs zum Dispositiv. Eine Einführung in die Dispositivanalyse*. Bielefeld. transcript.
- Büsch, V. et al. (2016): Arbeitsfähigkeit von Mitarbeitern stärken – Good-Practice-Beispiele. In: Ghadiri, A., Ternès, A. & Peters, Th. (Hg.): *Trends im Betrieblichen Gesundheitsmanagement. Ansätze aus Forschung und Praxis* (S. 225-236). Wiesbaden. Springer Fachmedien GmbH.
- Caborn Wengler, J., Hoffarth, B. & Kumięga, Ł. (Hg.) (2013): *Verortungen des Dispositiv-Begriffs. Analytische Einsätze zu Raum, Bildung, Politik*. Wiesbaden. Springer Fachmedien GmbH.
- Carod-Artal, F. J. & Vázquez-Cabrera, C. (2013): Burnout Syndrome in an International Setting. In: Bährer-Kohler, S. (Ed.): *Burnout for Experts: Prevention in the Context of Living and Working*. New York. Springer Science+Business Media.
- Carstensen, A. L. (2019): *Das Dispositiv moderne Sklavenarbeit. Umkämpfte Arbeitsverhältnisse in Brasilien*. Frankfurt a.M., New York. Campus Verlag.
- Castel, R. (2009): Die Wiederkehr der Unsicherheit. In: Castel, R. & Dörre, K. (Hg.): *Prekarität, Abstieg, Ausgrenzung. Die soziale Frage am Beginn des 21. Jahrhunderts* (S. 21-34). Unter Mitarbeit von Peter Bescherer. Übersetzt von Thoma Atzert. Frankfurt a.M., New York. Campus Verlag GmbH.

- (2011): *Die Krise der Arbeit, Neue Unsicherheiten und die Zukunft des Individuums*. Übersetzt von Thomas Laugstien. Hamburg. Hamburger Edition.
- Castel, F., Castel, R. & Lovell, A. ([1979] 1982): *Psychiatisierung des Alltags. Produktion und Vermarktung der Psychowaren in den USA*. Übersetzt von Christa Schulz. Frankfurt a.M.. Suhrkamp Verlag.
- [Cathrin] Frisemo, C. (2015): *Alle Tage sind gute Tage. Mein Burn-Out und der lange Weg zurück*. Borsdorf. edition winterwork.
- Cernavin, O. & Diehl, S. (2018): Unternehmens- und Präventionskultur in der Arbeitswelt 4.0. In: Cernavin, O., Schröter, W. & Stowasser, S. (Hg.): *Prävention 4.0. Analysen und Handlungsempfehlungen für eine produktive und gesunde Arbeit 4.0* (S. 189-230). Wiesbaden. Springer Fachmedien GmbH.
- Cernavin, O. & Lemme, G. (2018): Technologische Dimensionen der 4.0-Prozesse. In: Cernavin, O., Schröter, W. & Stowasser, S. (Hg.): *Prävention 4.0. Analysen und Handlungsempfehlungen für eine produktive und gesunde Arbeit 4.0* (S. 21-55). Wiesbaden. Springer Fachmedien GmbH.
- [Christina] Das Leben fühlt sich für Christina wieder rund an. In: Hammer-Tschepisch, I. (2016): *Aufbruch. Fünfzehn Menschen reden über ihr Burnout* (S. 130-139). Wien. Morawia Lesezirkel GmbH.
- Clough, P. T. & Halley, J. (Eds.) (2007): *The Affective Turn. Theorizing the Social*. Durham, London. Duke University Press.
- Cohen, J. (2012): *Die wiedererlangte Autonomie. Subjekt und Politik in der französischen Kritik an Foucault*. Baden-Baden. Nomos Verlagsgesellschaft.
- Conze, E. (2018): *Geschichte der Sicherheit. Entwicklung – Themen – Perspektiven*. Göttingen. Vandenhoeck & Ruprecht.
- [Cordula] Horn, C. (2014): *Durchlebe Deinen Burn-out. Vom Erlebnis des tiefen Fallens bis zum Aufstieg in ein neues Leben*. Hamburg. tredition GmbH.
- Cox, T., Griffiths, A. & Cos, S. (1996): *Work-related stress in nursing: Controlling the risk to health*. Geneva. International Labour Office.
- Cox, T., Griffiths, A. & Rial-González, E. (2000): *Research on Work-related Stress*. Luxembourg. Office for Official Publications of the European Communities.
- Crary, J. ([2013] 2014): *24/7 Schlaflos im Kapitalismus*. Übersetzt von Thomas Laugstien. Berlin. Verlag Klaus Wagenbach.
- Cremer-Schäfer, H. (2016): Über die Produktivität der ›frühen Kritik‹ von Prävention als Denkweise und Politik. In: *Widersprüche. Zeitschrift für sozialistische Politik im Bildungs-, Gesundheits- und Sozialbereich*. 36(139). Heft 1: 11-23. nbn-resolving.org/urn:nbn:de:0168-ss0ar-63983-5
- Crouch, C. ([2003] 2008): *Postdemokratie*. Übersetzt von Nikolaus Gramm. Frankfurt a.M.. Suhrkamp Verlag.
- Dahrendorf, R. ([2001] 2002): *Die Krisen der Demokratie*. Ein Gespräch mit Antonio Polito. Übersetzt von Rita Seuß. München. Verlag C.H. Beck.

- Dear Employee (2019): *Wichtiges Signal – Burnout konkret in ICD-11 definiert!* <https://www.dearemployee.de/wichtiges-signal-burnout-wird-jetzt-als-krankheit-erkannt/> (Stand: 28.05.2019)
- Deinsberger-Deinsweger, H. (2018): *Ist Wohnpsychologie messbar – bei Gebäuden, bei Planungen?* <https://www.iwap.institute/wordpress/ist-wohnpsychologie-messbar-bei-gebäude-bei-planungen/> (Stand: 27.11.2018)
- Deleuze, G. (1992): *Foucault*. Frankfurt a.M.: Suhrkamp Verlag.
- DeMarco, T. (2001): *Spielräume. Projektmanagement jenseits von Burn-out, Stress und Effizienzwahn*. Übersetzt von Doris Märtin. München, Wien. Carl Hanser Verlag.
- Demirović, A. (2008a): Liberale Freiheit und das Sicherheitsdispositiv. Der Beitrag von Michel Foucault. In: Purtschert, P., Meyer, K. & Winter, Y. (Hg.): *Gouvernementalität und Sicherheit. Zeitdiagnostische Beiträge im Anschluss an Foucault* (S. 229-250). Bielefeld. transcript.
- (2008b): Neoliberalismus und Hegemonie. In: Butterwegge, Ch., Lösch, B. & Ptak, R. (Hg.): *Neoliberalismus. Analysen und Alternativen* (S. 17-33). Wiesbaden. VS Verlag für Sozialwissenschaften.
- Diaz-Bone, R. (2006): Die interpretative Analytik als methodologische Position. In: Kerchner, B. & Schneider, S. (Hg.): *Foucault: Diskursanalyse der Politik. Eine Einführung* (S. 68-84). Wiesbaden. VS Verlag für Sozialwissenschaften.
- Diaz-Bone, R. & Hartz, R. (Hg.) (2017): *Dispositiv und Ökonomie. Diskurs- und dispositivanalytische Perspektiven auf Märkte und Organisationen*. Wiesbaden. Springer Fachmedien GmbH.
- [Dominik_a] Inmitten eines Bauprojekts kam der plötzliche Zusammenbruch. In: Hammer-Tschepisch, I. (2016): *Aufbruch. Fünfzehn Menschen reden über ihr Burnout* (S. 9-15). Wien. Morawia Lesezirkel GmbH.
- [Dominik_b] Nach einem Jahr. Neues hat sich Dominik aufgetan. In: Hammer-Tschepisch, I. (2016): *Aufbruch. Fünfzehn Menschen reden über ihr Burnout* (S. 73-82). Wien. Morawia Lesezirkel GmbH.
- Dönhoff, M. (1968): Krise der Demokratie? In: *Zeit online*. <https://www.zeit.de/1968/05/krise-der-demokratie/komplettansicht> (Stand: 23.02.2017)
- Dreyfus, H. L. & Rabinow, P. ([1982/1983] 1994): *Michel Foucault. Jenseits von Strukturalismus und Hermeneutik. Mit einem Nachwort von und Interview mit Michel Foucault*. Übersetzt von Claus Rath und Ulrich Raulff. Weinheim. Beltz Althenäum Verlag.
- DRV (2014): *Positionspapier der Deutschen Rentenversicherung zur Bedeutung psychischer Erkrankungen in der Rehabilitation und bei Erwerbsminderung*. https://www.deutsche-rentenversicherung.de/cae/servlet/contentblob/339288/publicationFile/64601/pospap_psych_Erkrankung.pdf (Stand: 17.04.2019)
- Dubreuil, L. ([2012] 2016): *The Refusal of Politics*. Translated by Cory Browning. Edinburgh. Edinburgh University Press Ltd.

- Ducki, A. (2014): *Gesunde Zukunft heute gestalten – Gesundheitsmanagement 4.0*. In: Badura et al. (Hg.): *Fehlzeiten-Report 2014. Erfolgreiche Unternehmen von morgen – gesunde Zukunft heute gestalten. Zahlen, Daten, Analysen aus allen Branchen der Wirtschaft* (S. 1-8). Berlin, Heidelberg. Springer Medizin Verlag.
- (2016): *Mäßigt euch!* In: *Gehirn & Geist Dossier 1*: 80-85.
- Ducki, A. & Becker, M. (o.J.): *»Es geht immer um das Thema Zeit. Interview mit Professor Dr. Antje Ducki, Professorin an der Beuth Hochschule für Technik, Berlin Fachbereich Wirtschafts- und Gesellschaftswissenschaften, Arbeits- und Organisationspsychologie, Personalmanagement*. GDA-Psyche. www.gda-psyche.de/SharedDocs/Interviews/DE/interview-ducki.pdf?__blob=publicationFile&v=5 (Stand: 20.04.2018)
- Duttweiler, S. (2004): *»Genießen Sie Ihre Arbeit!« Vom Glück der Arbeit und der Arbeit am Glück*. In: Reichert, R. & Pircher, W. (Hg.): *Governmentality Studies. Analysen liberal-demokratischer Gesellschaften im Anschluss an Michel Foucault* (S. 149-168). Münster. LIT Verlag.
- Duttweiler, S. & Passoth, J.-H. (2016): *Self-Tracking als Optimierungsprojekt?* In: Duttweiler, S., Gugutzer, R., Passoth, J.-H. & Strübing, J. (Hg.): *Leben nach Zahlen. Self-Tracking als Optimierungsprojekt?* (S. 9-42). Bielefeld. transcript.
- Ebner, E. (2018): *Schlaf als strategische Ressource – messen, verstehen, verändern*. In: Matusiewicz, D. & Kaiser, L. (Hg.): *Digitales Betriebliches Gesundheitsmanagement. Theorie und Praxis* (S. 199-212). Wiesbaden. Springer Fachmedien GmbH.
- Ehrenberg, A. (2011): *Das Unbehagen in der Gesellschaft*. Berlin. Suhrkamp Verlag.
- Ehresmann, C., Kockert, S. & Schott, T. (2015): *Burnout bei Pflegekräften in der medizinischen Rehabilitation – Spezifische Ansatzpunkte für das Betriebliche Gesundheitsmanagement*. In: Badura et al. (Hg.): *Fehlzeiten-Report 2015. Neue Wege für mehr Gesundheit – Qualitätsstandards für ein zielgruppenspezifisches Gesundheitsmanagement* (S. 71-84). Berlin, Heidelberg. Springer Medizin Verlag.
- Eichinger, U. & Hoffmann, K. (2016): *Der Burnout-Irrtum. Ausgebrannt durch Vitalstoffmangel – Burnout fängt in der Körperzelle an! Das Präventionsprogramm mit Praxistipps und Fallbeispielen*. Lünen. systemed Verlag.
- Eisch-Angus, K. (2019): *Absurde Angst – Narrationen der Sicherheitsgesellschaft*. Wiesbaden. Springer Fachmedien GmbH.
- Engelbach, U. & Haubl, R. (2017): *Erwerbsarbeit im Dienste der Selbstheilung*. In: Alsdorf, N., Engelbach, U., Flick, S., Haubl, R. & Voswinkel, S. (Hg.): *Psychische Erkrankungen in der Arbeitswelt. Analysen und Ansätze zur therapeutischen und betrieblichen Bewältigung* (S. 119-143). Bielefeld. transcript.
- ENWHP (1996): *The European Network For Workplace Health Promotion*. <https://www.enwhp.org/about-enwhp.html> (Stand: 06.02.2018)
- (1997): *Luxemburger Deklaration zur Betrieblichen Gesundheitsförderung in der Europäischen Union*. <https://www.netzwerk-bgf.at/cdscontent/load?contentid=10008.571226&version=1391192956> (Stand: 09.02.2018)

- (2001): *Lissabonner Erklärung zur Gesundheit am Arbeitsplatz in kleinen und mittleren Unternehmen – KMU* (2001). <https://www.netzwerk-bgf.at/cdscontent/load?contentid=10008.571228&version=1391192956> (Stand: 09.02.2018)
 - (2003): *Barcelona Declaration on Developing Good Workplace Health Practice in Europe*. https://www.enwhp.org/fileadmin/downloads/declaration_englisch_a3_01.pdf (Stand: 09.02.2018)
 - (2010): *Übereinkunft von Edinburgh über psychische Gesundheitsförderung und Wohlergehen am Arbeitsplatz*. <https://www.netzwerk-bgf.at/cdscontent/load?contentid=10008.619736&version=1432124011> (Stand: 09.02.2018)
 - (2013): *Image Broschüre*. https://www.enwhp.org/fileadmin/user_upload/pdf/ENWHP-image_broschure-final.pdf (Stand: 09.02.2018)
- Ergonomie am Arbeitsplatz (2013): *Ergonomische Maus – Infos, Tipps und Empfehlungen*. <https://ergonomie-am-arbeitsplatz.de/ergonomische-maus/> (Stand: 16.11.2018)
- Erhard, Ch. (2017): *Denken über nichts – Intentionalität und Nicht-Existenz bei Husserl*. Berlin, Boston, MA. Walter de Gruyter GmbH.
- Eribon, D. ([2013] 2017): *Gesellschaft als Urteil. Klassen, Identitäten, Wege*. Übersetzt von Tobias Haberkorn. Berlin. Suhrkamp Verlag.
- [Erich] Bruckner, E. (2011): *Burn-out, Depression, Endstation Krebs. Ich lebe noch immer*. Neckenmarkt. novum publishing GmbH.
- EU (1987): *Entschließung des Rates vom 21. Dezember 1987 über Sicherheit, Arbeitshygiene und Gesundheitsschutz am Arbeitsplatz*. [https://eur-lex.europa.eu/legal-content/DE/ALL/?uri=CELEX:31988Y0203\(01\)](https://eur-lex.europa.eu/legal-content/DE/ALL/?uri=CELEX:31988Y0203(01)) (Stand: 02.02.2018)
- (1989): *Richtlinie des Rates vom 12. Juni 1989 über die Durchführung von Maßnahmen zur Verbesserung der Sicherheit und des Gesundheitsschutzes der Arbeitnehmer bei der Arbeit*. <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/DE/ALL/?uri=CELEX:31989L0391> (Stand: 02.02.2018)
 - (2002): *Mitteilung der Kommission. Anpassung an den Wandel von Arbeitswelt und Gesellschaft: eine neue Gemeinschaftsstrategie für Gesundheit und Sicherheit am Arbeitsplatz 2002-2006*. <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/DE/TXT/PDF/?uri=CELEX:52002DC0118&qid=1518623942357&from=EN> (Stand: 14.02.2018)
 - (2007): *Mitteilung der Kommission an das Europäische Parlament, den Rat, den Europäischen Wirtschafts- und Sozialausschuss und den Ausschuss der Regionen – Die Arbeitsplatzqualität verbessern und die Arbeitsproduktivität steigern: Gemeinschaftsstrategie für Gesundheit und Sicherheit am Arbeitsplatz 2007-2012*. <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/DE/TXT/?uri=CELEX%3A52007DC0062> (Stand: 13.02.2018)
 - (2014): *Mitteilung der Kommission an das Europäische Parlament, den Rat, den Europäischen Wirtschafts- und Sozialausschuss und den Ausschuss der Regionen über einen strategischen Rahmen der EU für Gesundheit und Sicherheit am Arbeitsplatz 2014-2020*. <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/DE/TXT/PDF/?uri=CELEX:52014DC0332&from=EN> (Stand: 13.02.2018)

- (2019): *Die EU garantiert seit 70 Jahren Frieden*. Internetportal der Europäischen Kommission. Vertretung in Deutschland. https://ec.europa.eu/germany/eu60/frieden_de (Stand: 18.02.2019)
- EU-OSHA (1994): *Verordnung (EG) Nr. 2062/94 des Rates vom 18. Juli 1994 zur Errichtung einer Europäischen Agentur für Sicherheit und Gesundheitsschutz am Arbeitsplatz*. <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/DE/TXT/?uri=celex:31994R2062> (Stand: 06.02.2018)
- (2002) *European Week for Safety and Health at Work. Prevention of Psychosocial Risks and Stress at Work in Practice*. Luxembourg. Office for Official Publications of the European Communities.
- (2005): *European Risk Observatory*. <https://osha.europa.eu/en/about-eu-osha/wh-at-we-do/european-risk-observatory> (Stand: 22.02.2018)
- (2007): *Expert forecast on emerging psychosocial risks related to occupational safety and health*. Luxembourg. Office for Official Publications of the European Communities.
- (2010a): Betriebliche Gesundheitsförderung für Arbeitgeber. In: *Facts 93*. <https://osha.europa.eu/de/tools-and-publications/publications/factsheets/93> (Stand: 06.02.2018)
- (2010b): Betriebliche Gesundheitsförderung für Beschäftigte. In: *Facts 94*. <https://osha.europa.eu/de/publications/factsheets/94/view> (Stand: 07.02.2018)
- (2012a): Gesundheitsförderung für junge Arbeitnehmer. Eine Zusammenfassung guter praktischer Lösungen. In: *Facts 101*. <https://osha.europa.eu/de/tools-and-publications/publications/factsheets/101/view> (Stand: 08.03.2018)
- (2012b): *Arbeitnehmerbeteiligung im Bereich Sicherheit und Gesundheitsschutz bei der Arbeit. Praxisleitfaden*. Luxembourg. Publications Office of the European Union. https://osha.europa.eu/en/publications/reports/workers-participation-in-OSH_guide/view (Stand: 13.02.2018)
- Eugster, D. (2013): Mikrodispositive: Die kurze Geschichte eines Automatenladens. In: Caborn Wengler, J., Hoffarth, B. & Kumięga, Ł. (Hg.): *Verortungen des Dispositiv-Begriffs. Analytische Einsätze zu Raum, Bildung, Politik* (S. 57-72). Wiesbaden. Springer Fachmedien GmbH.
- Eurofound & EU-OSHA (2014): *Psychosocial risks in Europe: Prevalence and strategies for prevention*. A joint report from the European Foundation for the Improvement of Living and Working Conditions and the European Agency for Safety and Health at Work. Luxembourg. Publications Office of the European Union.
- [Evelin] Ihren Blick auf Lösungen gerichtet – das hat Evelin sehr geholfen. In: Hammer-Tschepisch, I. (2016): *Aufbruch. Fünfzehn Menschen reden über ihr Burnout* (S. 101-110). Wien. Morawia Lesezirkel GmbH.
- Ewald, F. ([1986] 1993): *Der Vorsorgestaat*. Übersetzt von Wolfram Bayer und Hermann Kocyba. Mit einem Essay von Ulrich Beck. Frankfurt a.M.. Suhrkamp Verlag.

- Fach, W. (2008): Politikwissenschaft. In: Kammler, C., Parr, R. & Schneider, U. J. (Hg.): *Foucault-Handbuch. Leben-Werk-Wirkung* (S. 396-400). Stuttgart, Weimar. Verlag J. B. Metzler.
- (2008): Spielräume? In: Hechler, D. & Philipps, A. (Hg.): *Widerstand denken. Michel Foucault und die Grenzen der Macht* (S. 103-116). Bielefeld. transcript.
- Faßler, M. (2014): *Das Soziale. Entstehung und Zukunft menschlicher Selbstorganisation*. Paderborn. Wilhelm Fink Verlag.
- [Ferri] Aus dem alten Trott herauszukommen fällt Ferri noch nicht so leicht. In: Hammer-Tschepisch, I. (2016): *Aufbruch. Fünfzehn Menschen reden über ihr Burnout* (S. 121-129). Wien. Morawia Lesezirkel GmbH.
- Fiedler, K. (2014). Wohnmedizin gestern, heute und morgen – eine aktuelle Standortbestimmung. In: *Wohnmedizin* 52(3): 126-136.
- [Finn] Jetzt tut Finn keine Dinge mehr, die schädigend für ihn sind. In: Hammer-Tschepisch, I. (2016): *Aufbruch. Fünfzehn Menschen reden über ihr Burnout* (S. 35-43). Wien. Morawia Lesezirkel GmbH.
- Fischbach, A. (2010): Emotionsregulation – Eine zentrale Gesundheitsressource der Zukunft. In: *präview – Zeitschrift für innovative Arbeitsgestaltung und Prävention* 1(2): 24-25.
- Fitness Tracker Test (2018a): *Funktionsweise*. <https://www.fitness-tracker-test.info/ratgeber/funktionsweise/#gps> (Stand: 16.11.2018)
- (2018b): *Ratgeber*. <https://www.fitness-tracker-test.info/ratgeber/> (Stand: 16.11.2018)
- Flaspöler, E., Reinert, D. & Brun, E. (2005): *Expert forecast on emerging physical risks related to occupational safety and health*. European Agency for Safety and Health at Work. Luxembourg. Office for Official Publications of the European Communities.
- Flecker, J. & Krenn, M. (2009): Politische Verarbeitungsformen gefühlter sozialer Unsicherheit: »Attraktion Rechtspopulismus«. In: Castel, R. & Dörre, K. (Hg.): *Prekarität, Abstieg, Ausgrenzung. Die soziale Frage am Beginn des 21. Jahrhunderts* (S. 323-332). Unter Mitarbeit von Peter Bescherer. Frankfurt a.M., New York. Campus Verlag GmbH.
- Flick, S. (2013): *Leben durcharbeiten. Selbstsorge in entgrenzten Arbeitsverhältnissen*. Frankfurt a.M., New York. Campus Verlag GmbH.
- (2017): »Das würde mich schon auch als Therapeutin langweilen«. Deutungen und Umdeutungen von Erwerbsarbeit in der Psychotherapie. In: Alsdorf, N., Engelbach, U., Flick, S., Haubl, R. & Voswinkel, S. (Hg.): *Psychische Erkrankungen in der Arbeitswelt. Analysen und Ansätze zur therapeutischen und betrieblichen Bewältigung* (S. 215-237). Bielefeld. transcript.
- Flowlife (o.J.): *Notwendige Maßnahmen zur Burnout-Prävention*. <https://www.flowlife.de/magazin/burnout-praevention/> (Stand: 31.10.2018)

- Flügel, O., Heil, R. & Hetzel, A. (Hg.) (2004): *Die Rückkehr des Politischen. Demokratietheorien heute*. Darmstadt. Wissenschaftliche Buchgesellschaft.
- Flügel-Martinsen, O. (2014): Macht zwischen Unterwerfung und Widerstand: zur Subjektkonstitution im politischen Denken Foucaults. In: Vasilache, A. (Hg.): *Gouvernementalität, Staat und Weltgesellschaft. Studien zum Regieren im Anschluss an Foucault* (S. 43-58). Wiesbaden. VS Verlag für Sozialwissenschaften.
- (2017): *Befragungen des Politischen. Subjektkonstitution – Gesellschaftsordnung – Radikale Demokratie*. Wiesbaden. Springer Fachmedien GmbH.
- Follesdal, A. & Hix, S. (2006): Why There is a Democratic Deficit in the EU: A Response to Majone and Moravcsik. In: *Journal of Common Market Studies* 44(4): 533-562. doi.org/10.1111/j.1468-5965.2006.00650.x
- Folkers, A. (2018): *Das Sicherheitsdispositiv der Resilienz. Katastrophische Risiken und die Biopolitik vitaler Systeme*. Frankfurt a.M., New York. Campus Verlag GmbH.
- Forastieri, V. (Ed.) (2012): *SOLVE: Integrating Health Promotion into Workplace OSH Policies: Participant's Workbook*. Geneva. International Labour Organisation.
- Foucault, M. ([1969] 1974): Paolo Caruso. Gespräch mit Michel Foucault. In: ders.: *Von der Subversion des Wissens* (S. 7-31). Herausgegeben und übersetzt von Walter Seitter. München. Carl Hanser Verlag.
- ([1969] 1981): *Archäologie des Wissens*. Übersetzt von Ulrich Köppen. Frankfurt a.M.. Suhrkamp Verlag.
- ([1969] 2001): Michel Foucault erklärt sein jüngstes Buch. In: ders.: *Schriften in vier Bänden. Dits et Ecrits. Bd. I. 1954-1969* (S. 980-991). Herausgegeben von Daniel Defert, François Ewald und Jacques Lagrange. Übersetzt von Herman Kocyba. Frankfurt a.M.. Suhrkamp Verlag.
- ([1969] 2001): Was ist ein Autor? (Vortrag). In: ders.: *Schriften in vier Bänden. Dits et Ecrits. Bd. I. 1954-1969* (S. 1003-1041). Herausgegeben von Daniel Defert, François Ewald und Jacques Lagrange. Übersetzt von Herman Kocyba. Frankfurt a.M.. Suhrkamp Verlag.
- ([1970] 1998): *Die Ordnung des Diskurses*. Übersetzt von Walter Seitter. Mit einem Essay von Ralf Konersmann. Frankfurt a.M.. Fischer Taschenbuch Verlag.
- ([1971] 1974): Gespräch zwischen Michel Foucault und Studenten. Jenseits von Gut und Böse. In: ders.: *Von der Subversion des Wissens* (S. 110-127). Herausgegeben und übersetzt von Walter Seitter. München. Carl Hanser Verlag.
- ([1971] 2002): Gespräch mit Michel Foucault. In: ders.: *Schriften in vier Bänden. Dits et Ecrits. Bd. II. 1970-1975* (S. 222-235). Herausgegeben von Daniel Defert, François Ewald und Jacques Lagrange. Übersetzt von Michael Bischoff. Frankfurt a.M.. Suhrkamp Verlag.
- ([1971] 2012): *Über den Willen zum Wissen. Vorlesungen am Collège de France (1970-71)*. Herausgegeben unter Leitung von Daniel Defert, François Ewald und Jacques Lagrange. Übersetzt von Michael Bischoff. Berlin. Suhrkamp Verlag.

- ([1973] 2015): *Die Macht der Psychiatrie. Vorlesungen am Collège de France 1973-1974*. Herausgegeben von Jacques Lagrange. Übersetzt von Claudia Bredekoner-Smann und Jürgen Schröder. Frankfurt a.M.. Suhrkamp Verlag.
- ([1975] 2008): *Überwachen und Strafen. Die Geburt des Gefängnisses*. Übersetzt von Walter Seitter. Frankfurt a.M.. Suhrkamp Verlag.
- ([1976] 1977): *Der Wille zum Wissen. Serie Sexualität und Wahrheit. Bd. 1*. Übersetzt von Ulrich Raulff und Walter Seitter. Frankfurt a.M.. Suhrkamp Verlag.
- ([1976] 1978): *Recht der Souveränität/Mechanismus der Disziplin*. Vorlesung vom 14. Januar 1976. In: ders.: *Dispositive der Macht. Michel Foucault über Sexualität, Wissen und Wahrheit* (S. 75-95). Übersetzt von Elke Wehr. Berlin. Merve Verlag.
- ([1976] 2001): *In Verteidigung der Gesellschaft. Vorlesungen am Collège de France (1975-76)*. Übersetzt von Michaela Ott. Frankfurt a.M.. Suhrkamp Verlag.
- ([1976] 2003a): *Der Diskurs darf nicht gehalten werden für...* In: ders.: *Schriften in vier Bänden. Dits et Ecrits. Bd. III. 1976-1979* (S. 164-165). Herausgegeben von Daniel Defert, François Ewald und Jacques Lagrange. Übersetzt von Hans-Dieter Gondek. Frankfurt a.M.. Suhrkamp Verlag.
- ([1976] 2003b): *Vorlesung vom 7. Januar 1976*. In: ders.: *Schriften in vier Bänden. Dits et Ecrits. Bd. III. 1976-1979* (S. 213-231). Herausgegeben von Daniel Defert, François Ewald und Jacques Lagrange. Übersetzt von Hans-Dieter Gondek. Frankfurt a.M.. Suhrkamp Verlag.
- ([1976] 2003c): *Vorlesung vom 14. Januar 1976*. In: ders.: *Schriften in vier Bänden. Dits et Ecrits. Bd. III. 1976-1979* (S. 231-250). Herausgegeben von Daniel Defert, François Ewald und Jacques Lagrange. Übersetzt von Hans-Dieter Gondek. Frankfurt a.M.. Suhrkamp Verlag.
- ([1977] 1978a): *Wahrheit und Macht*. Interview von A. Fontana und P. Pasquino. In: ders.: *Dispositive der Macht. Michel Foucault über Sexualität, Wissen und Wahrheit* (S. 21-54). Übersetzt von Elke Wehr. Berlin. Merve Verlag.
- ([1977] 1978b): *Die Machtverhältnisse durchziehen das Körperinnere*. Gespräch mit Lucette Finas. In: ders.: *Dispositive der Macht. Michel Foucault über Sexualität, Wissen und Wahrheit* (S. 104-117). Übersetzt von Jutta Kranz. Berlin. Merve Verlag.
- ([1977] 1978c): *Ein Spiel um die Psychoanalyse*. Gespräch mit Angehörigen des Département de Psychanalyse der Universität Paris VIII in Vincennes. In: ders.: *Dispositive der Macht. Michel Foucault über Sexualität, Wissen und Wahrheit* (S. 118-175). Übersetzt von Monika Metzger. Berlin. Merve Verlag.
- ([1977] 2003): *Macht und Wissen*. In: ders.: *Schriften in vier Bänden. Dits et Ecrits. Bd. III. 1976-1979* (S. 515-534). Herausgegeben von Daniel Defert, François Ewald und Jacques Lagrange. Übersetzt von Michael Bischoff. Frankfurt a.M.. Suhrkamp Verlag.
- ([1978] 1992): *Was ist Kritik?* Übersetzt von Walter Seitter. Berlin. Merve Verlag.

- ([1978] 2005a): Diskussion vom 20. Mai 1978. In: ders.: *Schriften in vier Bänden. Dits et Ecrits. Bd. IV. 1980-1988* (S. 25-43). Herausgegeben von Daniel Defert, François Ewald und Jacques Lagrange. Übersetzt von Herman Kocyba. Frankfurt a.M.. Suhrkamp Verlag.
- ([1978] 2005b): Gespräch mit Ducio Trombadori. In: ders.: *Schriften in vier Bänden. Dits et Ecrits. Bd. IV. 1980-1988* (S. 51-119). Herausgegeben von Daniel Defert, François Ewald und Jacques Lagrange. Übersetzt von Horst Brühmann. Frankfurt a.M.. Suhrkamp Verlag.
- ([1978] 2006): *Sicherheit, Territorium, Bevölkerung. Geschichte der Gouvernementalität I. Vorlesung am Collège de France 1977-1978*. Herausgegeben von Michel Sennelart. Übersetzt von Claudia Brede-Konersmann und Jürgen Schröder. Frankfurt a.M.. Suhrkamp Verlag.
- ([1979] 2003): Die Geburt der Biopolitik. In: ders.: *Schriften in vier Bänden. Dits et Ecrits. Bd. III. 1976-1979* (S. 1020-1028). Herausgegeben von Daniel Defert, François Ewald und Jacques Lagrange. Übersetzt von Herman Kocyba. Frankfurt a.M.. Suhrkamp Verlag.
- ([1980] 2005): Von der Regierung der Lebenden. In: ders.: *Schriften in vier Bänden. Dits et Ecrits. Bd. IV. 1980-1988* (S. 154-159). Herausgegeben von Daniel Defert, François Ewald und Jacques Lagrange. Übersetzt von Jürgen Schröder. Frankfurt a.M.. Suhrkamp Verlag.
- ([1981] 2005): Die Maschen der Macht. In: ders.: *Schriften in vier Bänden. Dits et Ecrits. Bd. IV. 1980-1988* (S. 224-244). Herausgegeben von Daniel Defert, François Ewald und Jacques Lagrange. Übersetzt von Michael Bischoff. Frankfurt a.M.. Suhrkamp Verlag.
- ([1981] 2016): *Subjektivität und Wahrheit. Vorlesung am Collège de France 1980-1981*. Herausgegeben unter der Leitung von François Ewald und Alessandro Fontana von Frédéric Gros. Übersetzt von Andrea Hemminger. Berlin. Suhrkamp Verlag.
- ([1982] 2005): Subjekt und Macht. In: ders.: *Schriften in vier Bänden. Dits et Ecrits. Bd. IV. 1980-1988* (S. 269-294). Herausgegeben von Daniel Defert, François Ewald und Jacques Lagrange. Übersetzt von Michael Bischoff. Frankfurt a.M.. Suhrkamp Verlag.
- ([1982] 2009): *Hermeneutik des Subjekts. Vorlesungen am Collège de France (1981/82)*. Herausgegeben unter der Leitung von François Ewald und Alessandro Fontana von Frédéric Gros. Übersetzt von Ulrike Bokelmann. Frankfurt a.M.. Suhrkamp Verlag.
- ([1983] 1996): *Diskurs und Wahrheit. Die Problematisierung der Parrhesia. 6 Vorlesungen, gehalten im Herbst 1983 an der Universität von Berkeley/Kalifornien*. Herausgegeben von Joseph Pearson. Übersetzt von Mira Köller. Berlin. Merve Verlag.
- ([1983] 2005): Gebrauch der Lüste und Techniken des Selbst. In: ders.: *Schriften in vier Bänden. Dits et Ecrits. Bd. IV. 1980-1988* (S. 658-686). Herausgegeben von Da-

- niel Defert, François Ewald und Jacques Lagrange. Übersetzt von Hans-Dieter Gondek. Frankfurt a.M.. Suhrkamp Verlag.
- ([1983] 2009): *Die Regierung des Selbst und der anderen. Vorlesung am Collège de France 1982/1983*. Herausgegeben unter der Leitung von François Ewald und Alessandro Fontana von Frédéric Gros. Übersetzt von Jürgen Schröder. Frankfurt a.M.. Suhrkamp Verlag.
- ([1984] 2000): Staatsphobie. In: Bröckling, U., Krasmann, S. & Lemke, T. (2000): *Gouvernementalität der Gegenwart. Studien zur Ökonomisierung des Sozialen* (S. 68-71). Übersetzt von Hans-Dieter Gondek. Frankfurt a.M.. Suhrkamp Verlag.
- ([1984] 2005a): Sexualität und Wahrheit. In: ders.: *Schriften in vier Bänden. Dits et Ecrits. Bd. IV. 1980-1988* (S. 823-836). Herausgegeben von Daniel Defert, François Ewald und Jacques Lagrange. Übersetzt von Hans-Dieter Gondek. Frankfurt a.M.. Suhrkamp Verlag.
- ([1984] 2005b): Die Ethik der Sorge um sich als Praxis der Freiheit. In: ders.: *Schriften in vier Bänden. Dits et Ecrits. Bd. IV. 1980-1988* (S. 875-902). Herausgegeben von Daniel Defert, François Ewald und Jacques Lagrange. Übersetzt von Hermann Kocyba. Frankfurt a.M.. Suhrkamp Verlag.
- ([1984] 2007): Eine Ästhetik der Existenz. In: ders.: *Ästhetik der Existenz. Schriften zur Lebenskunst* (S. 280-286). Herausgegeben von Daniel Defert, François Ewald und Jacques Lagrange. Mit einem Nachwort von Martin Saar. Übersetzt von Hans-Dieter Gondek. Frankfurt a.M.. Suhrkamp Verlag.
- Förster, A. & Lemke, M. (2017) (Hg.): *Die Grenzen der Demokratie. Gegenwartsdiagnosen zwischen Politik und Recht*. Wiesbaden. Springer Fachmedien GmbH.
- Fraas, C. & Klemm, M. (2005): Diskurse – Medien – Mediendiskurse. Begriffsklärungen und Ausgangsfragen. In: Fraas, C. & Klemm, M. (Hg.): *Mediendiskurse. Bestandsaufnahme und Perspektiven* (S. 1-8). Frankfurt a.M. u.a. Peter Lang GmbH.
- Frankl, V. E. ([1977] 2018): *... trotzdem Ja zum Leben sagen. Ein Psychologe erlebt das Konzentrationslager*. München. Kösel Verlag.
- Freudenberger, H. J. (1974): Staff Burnout. In: *Journal of Social Issues* 30: 159-165. doi.org/10.1111/j.1540-4560.1974.tb00706.x
- Freudenberger, H. J. & Richelson, G. (1980): *Burn-out: the high cost of high achievement*. Garden City. Anchor Press.
- Frevel, B. & John, T. (2014): Kooperative Sicherheitspolitik als Konsequenz von Sekuritisation – Der Wandel lokaler Sicherheitsstrukturen im Kontext eines neuen Sicherheitsbegriffs In: Lange, H. J., Wendekamm, M. & Endreß, Ch. (Hg.): *Dimensionen der Sicherheitskultur* (S. 341-358). Wiesbaden. Springer Fachmedien GmbH.
- Frohne, U., Haberer, L. & Urban, A. (Hg.) (2019): *Display und Dispositiv. Ästhetische Ordnungen*. Paderborn. Wilhelm Fink Verlag.

- Fuchs, P. (2008): Prävention – Zur Mythologie und Realität einer paradoxen Zuverlässigkeit. In: Saake, I. & Vogd, W. (Hg.): *Moderne Mythen der Medizin. Studien zur organisierten Krankenbehandlung* (S. 363-378). Wiesbaden. VS Verlag für Sozialwissenschaften.
- Fuchs, T. (2015): ›Körper haben oder Leib sein‹. In: *Gesprächspsychotherapie und Personenzentrierte Beratung* 3: 147-153.
- GDA (2007): *Gemeinsame Deutsche Arbeitsschutzstrategie. Fachkonzept und Arbeitsschutzziele 2008 – 2012*. https://www.gda-portal.de/DE/Downloads/pdf/GDA-Fachkonzept-gesamt.pdf?__blob=publicationFile&v=2 (Stand: 16.02.2018)
- (2014a): *Arbeitsplan für GDA-Arbeitsprogramme. Arbeitsprogramm Psyche*. www.gda-psyche.de/SharedDocs/Publikationen/DE/arbeitsplan-arbeitsprogramm-psyche.pdf?__blob=publicationFile&v=5 (Stand: 26.02.2018)
- (2014b): *Aktivitäten und Ergebnisse der GDA-Arbeitsprogramme 2008 – 2012*. https://www.gda-portal.de/DE/Downloads/pdf/Ergebnisse-AP-2008-2012.pdf?__blob=publicationFile&v=2 (Stand: 26.02.2018)
- (2015a): *Stress reduzieren – Potenziale entwickeln. Das Arbeitsprogramm Psyche der Gemeinsamen Deutschen Arbeitsschutzstrategie*. https://www.gda-portal.de/DE/Downloads/pdf/Psyche-Flyer.pdf?__blob=publicationFile&v=4 (Stand: 26.02.2018)
- (2015b): *Leitlinie Beratung und Überwachung bei psychischer Belastung am Arbeitsplatz*. https://www.gda-portal.de/DE/Downloads/pdf/Leitlinie-Psych-Belastung.pdf?__blob=publicationFile&v=10 (Stand: 27.02.2018)
- (2017): *Empfehlungen zur Umsetzung der Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastung*. www.gda-psyche.de/SharedDocs/Publikationen/DE/broschuere-empfehlung-gefaehrdungsbeurteilung.pdf?__blob=publicationFile&v=14 (Stand: 27.02.2018)
- Georg, A. & Peter, G. (2016): *Selbstwertgefühl. Psychosoziale Belastungen in Change-Management-Prozessen*. Unter Mitarbeit von Uwe Dechmann, Olaf Katenkamp, Christina Meyn und Andreas Peter. Hamburg. VSA Verlag.
- Gesing, R. (2017): *Das Burnoutschutz-ABC*. Greven. sonderpunkt Verlag.
- Giddens, A. ([1990] 1995): *Konsequenzen der Moderne*. Übersetzt von Joachim Schulte. Frankfurt a.M.. Suhrkamp Verlag.
- Gille, A. S. (2013): Die Ökonomisierung von Bildung und Bildungsprozessen aus dispositivanalytischer Sicht. In: Caborn Wengler, J., Hoffarth, B. & Kumięga, Ł. (Hg.): *Verortungen des Dispositiv-Begriffs. Analytische Einsätze zu Raum, Bildung, Politik* (S. 73-89). Wiesbaden. Springer Fachmedien GmbH.
- Gilles, M. (2008): *Die Rede von der Unterschicht als Ereignis im Dispositiv der Aktivierung. Eine boulevardmediale Interdiskursanalyse im Anschluss an Foucault*. FU Berlin. Unveröffentlichte Diplomarbeit.
- Gleißmann, W. & Peters, K. (2001): *Mehr Druck durch mehr Freiheit. Die neue Autonomie in der Arbeit und ihre paradoxen Folgen*. Hamburg. VSA Verlag.

- Goldner, C. (2012): Von falsch gepolten Schwingungen. In: *Süddeutsche Zeitung*. <https://www.sueddeutsche.de/wissen/bioresonanztherapie-von-falsch-gepolten-schwingungen-1.925084> (Stand: 16.11.2018)
- Greene, G. (1960): *A Burn-Out Case*. New York. The Viking Press.
- [Grit] Hildebrand, G. (2010): *Der Weg zu meinem Blau. Ein etwas anderer Burnout-Tatsachenbericht*. Berlin. epubli GmbH.
- Gronemeyer, Reimer (1998): *Die neue Lust an der Askese*. Berlin. Rowohlt.
- Gros, F. (2009): Situierung der Vorlesungen. In: Foucault, M. (1982): *Hermeneutik des Subjekts. Vorlesungen am Collège de France (1981/82)* (S. 616-668.). Herausgegeben unter der Leitung von François Ewald und Alessandro Fontana von Frédéric Gros. Übersetzt von Ulrike Bokelmann. Frankfurt a.M.. Suhrkamp Verlag.
- Gross, M. (1998): *Von der Antike bis zur Postmoderne. Die zeitgenössische Geschichtsschreibung und ihre Wurzeln*. Wien, Köln, Weimar. Böhlau Verlag.
- Gross, R. (2016): ›Ihre Klagen sind Anklagen ...‹ Anmerkungen zur Burnout-Diskussion aus Sicht eines Psychiaters und Psychotherapeuten. In: Mixa, E., Pritz, S. M., Tumeltshammer, M. & Greco, M. (Hg.): *Un-Wohl-Gefühle. Eine Kulturanalyse gegenwärtiger Befindlichkeiten* (S. 253-267). Bielefeld. transcript.
- Gümbel, M. & Becker, M. (o.J.): ›Es gibt keinen anderen Weg, als mit den Menschen zu reden‹. Interview mit Michael Gümbel, Leitung der Beratungsstelle ›Perspektive Arbeit und Gesundheit‹ (PAG) Hamburg. GDA-Psyche. www.gda-psyche.de/SharedDocs/Interviews/DE/interview-guembel.pdf?__blob=publicationFile&v=1 (Stand: 17.04.2018)
- Hahnzog, S. (2014): Ressource: Ich! Persönlichkeitsentwicklung als Belastungsprävention. In: ders. (Hg.): *Betriebliche Gesundheitsförderung. Das Praxishandbuch für den Mittelstand* (S. 215-227). Wiesbaden. Springer Fachmedien GmbH.
- (2015): *Psychische Gefährdungsbeurteilung. Impulse für den Mittelstand*. Wiesbaden. Springer Fachmedien GmbH.
- Han, B. Ch. (2010) *Müdigkeitsgesellschaft*. Berlin. Matthes & Seitz.
- (2015): *Psychopolitik: Neoliberalismus und die neuen Machttechniken*. Frankfurt a.M.. Fischer Taschenbuch.
- Hannig, N. & Thießen, M. (Hg.) (2017): *Vorsorgen in der Moderne. Akteure, Räume und Praktiken*. Berlin, Boston, MA. Walter de Gruyter GmbH.
- Hardering, F. & Wagner, G. (2018): Vom überforderten zum achtsamen Selbst? Zum Wandel von Subjektivität in der digitalen Arbeitswelt. In: Fuchs, T., Iwer, L. & Micali, S. (Hg.): *Das überforderte Subjekt – Zeitdiagnosen einer beschleunigten Gesellschaft* (S. 258-278). Berlin. Suhrkamp Verlag.
- Hardt, M. & Negri, A. (2013): *Demokratie! Wofür wir kämpfen*. Frankfurt a.M.. Campus Verlag GmbH.
- Hassard, J. et al. (2011): *Mental health promotion in the workplace – A good practice report*. Luxembourg. Publications Office of the European Union.

- Haubl, R. (2017): Soziale Unterstützung durch vorgesetzte und Kollegen. In: Alsdorf, N., Engelbach, U., Flick, S., Haubl, R. & Voswinkel, S. (Hg.): *Psychische Erkrankungen in der Arbeitswelt. Analysen und Ansätze zur therapeutischen und betrieblichen Bewältigung* (S. 145-163). Bielefeld. transcript.
- Hauser, F. & Pleuger, F. (2010): Great Place to Work®: Ein Arbeitsplatz, an dem man sich wohl fühlt. In: Badura, B. et al. (Hg.): *Fehlzeiten-Report 2009. Arbeit und Psyche: Belastungen reduzieren – Wohlbefinden fördern. Zahlen, Daten, Analysen aus allen Branchen der Wirtschaft* (S. 197-204). Berlin, Heidelberg. Springer Medizin Verlag.
- Hähnel, M. & Knaup, M. (2013): Einleitung. In: ders. (Hg.): *Leib und Leben. Perspektiven für eine neue Kultur der Körperlichkeit* (S. 9-20). Darmstadt. Wissenschaftliche Buchgesellschaft.
- Hähner-Rombach, S. (Hg.) (2015): *Geschichte der Prävention. Akteure, Praktiken, Instrumente*. Medizin, Gesellschaft und Geschichte – Beihefte. Band 54. Stuttgart. Franz Steiner Verlag.
- Healing Hotels of the World (2016): *Pressemappe*. https://healinghotelsoftheworld.com/wp-content/uploads/2016/07/PresseMappe_HealingHotels_Deutsch.pdf (Stand: 27.11.2018)
- Hebekus, U. & Völker, J. (2012): *Neue Philosophien des Politischen zur Einführung*. Hamburg. Junius Verlag GmbH.
- Heinemann, L. V. & Heinemann, T. (2016): Burnout. Zur gesellschaftlichen Konstruktion einer umstrittenen Diagnose. In: Mixa, E., Pritz, S. M., Tumeltshammer, M. & Greco, M. (Hg.): *Un-Wohl-Gefühle. Eine Kulturanalyse gegenwärtiger Befindlichkeiten* (S. 235-252). Bielefeld. transcript.
- Hellerich, G. (1983): Screening in den USA: Der Kleinstkinder-TÜV. In: Wambach, M. M. (Hg.): *Der Mensch als Risiko. Zur Logik von Prävention und Früherkennung* (S. 137-148). Frankfurt a.M.. Suhrkamp Verlag.
- Hellerich, G. & Wambach, M. M. (1983): Risikoprognose als Prävention. Die systematisierte Antizipation von Delinquenz. In: Wambach, M. M. (Hg.): *Der Mensch als Risiko. Zur Logik von Prävention und Früherkennung* (S. 126-136). Frankfurt a.M.. Suhrkamp Verlag.
- Hellwig, A. C. (2013): *Arbeitsschutzgesetz: Berücksichtigung psychischer Belastung am Arbeitsplatz*. Bundesvereinigung Prävention und Gesundheitsförderung e.V. www.bvpraevention.de/cms/index.asp?snr=9580&inst=bvpg (Stand: 28.02.2018)
- (2016): *Nationale Präventionskonferenz verabschiedet Bundesrahmenempfehlungen*. Bundesvereinigung Prävention und Gesundheitsförderung e.V. www.bvpraevention.de/cms/index.asp?snr=11145&inst=BVPG (Stand: 01.03.2018)
- [Herbert] Das Burnout ließ Herbert förmlich erwachen. In: Hammer-Tschepisch, I. (2016): *Aufbruch. Fünfzehn Menschen reden über ihr Burnout* (S. 54-63). Wien. Morawia Lesezirkel GmbH.

- herzog-Arbeits- und Gesundheitsschutz (o.J.): *ErgoScout – Schulung*. www.physio-herzog.de/angebote-fuer-unternehmen/seminare/ergoscout-schulung.html (Stand: 07.11.2018)
- Herzog-Schüler, E. (2010): Projekt: ›Gesund am Arbeitsplatz‹ mit ErgoScouts. In: *Aktion Gesunder Rücken e.V. Newsletter* 16(43): 44-46.
- Hesapro (2013): *The link between productivity and health and safety at work*. Background research paper. www.hesapro.org/files/Background_Research.pdf (Stand: 06.02.2018)
- Hillebrand, B. (2013): *Mediale Darstellungen von Burnout. Hart aber fair, Welt der Wunder und der Focus konstruieren den Burnout. Versuch einer ›Diskursiven Grounded Theory‹*. Nordestedt. Books on Demand.
- Hillert, A., Koch, S. & Lehr, D. (2018): *Burnout und chronischer beruflicher Stress. Ein Ratgeber für Betroffene und Angehörige*. Göttingen. Hogrefe Verlag. GmbH & Cop. KG.
- Hillert, A. & Marwitz, M. (2006): *Die Burnout Epidemie oder brennt die Leistungsgesellschaft aus?* München. Verlag C.H. Beck oHG.
- Hirsch, A. (2015): Politik der Verletzlichkeit. In: Bedorf, T. & Klass, T. N. (Hg.): *Leib – Körper – Politik. Untersuchungen zur Leiblichkeit des Politischen* (S. 193-214). Weilerswist. Velbrück Wissenschaft.
- Hochschule OWL (2017): *Wohnzufriedenheit. Was bedeutet das?* <https://checkliste-gesundes-wohnen.de/wohnzufriedenheit/> (Stand: 27.11.2018)
- Hochschild, A. R. ([1983] 2003): *The Managed Heart. Commercialization of Human Feeling*. Berkeley, LA. University of California Press.
- Hofmann, E. (2015): *Wo brennt es beim Burnout? Eine passungspräventive Sichtweise zur Analyse und Vermeidung von Burnout*. Springer Fachmedien GmbH.
- Hollmann, D. & Hanebuth, D. (2011): Burnout-Prävention bei Managern – Roman-tik oder Realität in Unternehmen? In: Badura et al. (Hg.): *Fehlzeiten-Report 2011. Führung und Gesundheit. Zahlen, Daten, Analysen aus allen Branchen der Wirtschaft* (S. 81-87). Berlin, Heidelberg. Springer Medizin Verlag.
- Hölscher, L. (2017): *Vorsorge als Zukunftshandeln. Versuch einer theoretischen Bilanzierung im Hinblick auf die Geschichte der Zukunft*. In: Hannig, N. & Thießen, M. (Hg.) (2017): *Vorsorgen in der Moderne. Akteure, Räume und Praktiken* (S. 233-242). Berlin, Boston, MA. Walter de Gruyter GmbH.
- Iacovides, A., Fountoulakis, K. N., Kaprinis, S. & Kaprinis, G. (2003): The relationship between job stress, burnout and clinical depression. In: *Journal of Affective Disorders* 75: 209-221. doi: 10.1016/S0165-0327(02)00101-5.
- Illouz, E. (2006): *Gefühle in Zeiten des Kapitalismus. Adorno-Vorlesungen 2004*. Frankfurt a.M.. Suhrkamp Verlag.
- ILO (1981): *C155 – Occupational Safety and Health Convention, 1981 (No. 155)*. www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed_norm/---normes/documents/normativeinstrument/wcms_c155_de.htm (Stand: 31.01.2018)

- (2005): *Promotional framework for occupational safety and health. Report IV (1). w* www.ilo.org/public/english/standards/relm/ilc/ilc93/pdf/rep-iv-1.pdf (Stand: 01.02.2018).
- (2006): *C187 – Promotional Framework for Occupational Safety and Health Convention, 2006 (No. 187)*. www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed_norm/---normes/documents/normativeinstrument/wcms_c187_de.htm (Stand: 31.01.2018).
- (2012): *Stress prevention at work checkpoints. Practical improvements for stress prevention in the workplace*. Geneva. International Labour Office.
- (2018): *Checkpoints apps series*. https://www.ilo.org/safework/info/publications/WCMS_438062/lang--en/index.htm (Stand: 20.11.2018)
- INQA (o.J. a): *Prävention vor Rehabilitation: Der Softwarehersteller SAP unterstützt seine Beschäftigten dabei, fit und aktiv zu bleiben*. Top 100 – Impulse aus der Praxis. www.inqa.de/DE/Angebote/Top-100-Impulse-aus-der-Praxis/Gesundheit/SAP-Praevention-vor-Rehabilitation.html (Stand: 20.04.2018)
- (o.J. b): *Altersgerecht und zukunftssicher: Prävention und Personalentwicklung beim Bauunternehmen Hering Bau*. Top 100 – Impulse aus der Praxis. www.inqa.de/DE/Angebote/Top-100-Impulse-aus-der-Praxis/Gesundheit/Hering-Bau-Altersgerecht-und-zukunftssicher.html (Stand: 20.04.2018)
- (o.J. c): *Fit bleiben während der Arbeit: Die AMEOS Klinik Aschersleben bringt Bewegung ins Krankenhaus und die Region*. Top 100 – Impulse aus der Praxis. www.inqa.de/DE/Angebote/Top-100-Impulse-aus-der-Praxis/Gesundheit/AMEOS-Klinik-Aschersleben-Fit-bleiben-waehrend-der-Arbeit.html (Stand: 20.04.2018)
- (o.J. d): *Lastenausgleich: ErgoScouts des IKEA-Einrichtungshauses Berlin-Tempelhof zeigen Beschäftigten aktive Entspannung*. Top 100 – Impulse aus der Praxis. www.inqa.de/DE/Angebote/Top-100-Impulse-aus-der-Praxis/Gesundheit/ergoscouts-des-ikea-einrichtungshauses-berlin-tempelhof.html (Stand: 20.04.2018)
- (o.J. e): *Die ATP Automotive Testing Papenburg realisiert nach einer Arbeitsplatzanalyse zahlreiche ergonomische Verbesserungen*. Top 100 – Impulse aus der Praxis. <https://www.inqa.de/DE/Angebote/Top-100-Impulse-aus-der-Praxis/Gesundheit/ATP-Die-Automotive-Testing-Papenburg.html> (Stand: 16.11.2018)
- Irastorza, X., Milczarek, M. & Cockburn, W. (2015): *Second European Survey of Enterprises on New and Emerging Risks (ESENER-2). Summary*. Luxembourg. Publications Office of the European Union.
- [Irmgard] Irmgard ist selbst ihre beste Freundin geworden. In: Hammer-Tschepisch, I. (2016): *Aufbruch. Fünfzehn Menschen reden über ihr Burnout* (S. 44-53). Wien. Morawia Lesezirkel GmbH.
- IT Wissen (2018): *Fitness-Tracker*. <https://www.itwissen.info/Fitness-Tracker-fitness-tracker.html> (Stand: 16.11.2018)
- Janowski, B. (2015): *Das erschöpfte Selbst. Zur Semantik der Depression in den Psalmen und im Hiobbuch*. Vortrag auf der internationalen Tagung des Ex-

- zellenclusters ›Religion und Politik‹: *Klagen in den Psalmen*. 5 bis 6 Juni 2015. Münster. Westfälische Wilhelms-Universität Münster.
- Jäger, S. (2004): *Kritische Diskursanalyse. Eine Einführung*. 3. Auflage. Münster. UNRAST-Verlag.
- (2011): Diskurs und Wissen. Theoretische und methodische Aspekte einer Kritischen Diskurs- und Dispositivanalyse. In: Keller, R., Hirsland, A., Schneider, W. & Viehöver, W. (Hg.) (2011): *Handbuch Sozialwissenschaftliche Diskursanalyse* (S. 91-124). Wiesbaden. VS Verlag für Sozialwissenschaften.
- (2015): *Kritische Diskursanalyse. Eine Einführung*. 7. Auflage. Münster. UNRAST-Verlag.
- Jessop, B. (2005): Macht und Strategie bei Poulantzas und Foucault. In: *Supplement der Zeitschrift Sozialismus* 11: 1-51.
- Journal Medizin (2018): *Wie gesund wohnen Sie?* <http://journalmedizin.de/magen-darm/wie-gesund-wohnen-sie/> (Stand: 27.11.2018)
- Junge, T. (2008): *Gouvernementalität der Wissensgesellschaft. Politik und Subjektivität unter dem Regime des Wissens*. Bielefeld. transcript.
- Kammler, C., Parr, R. & Schneider, J. U. (Hg.) (2014): *Foucault-Handbuch. Leben – Werk – Wirkung*. Sonderausgabe. Herausgegeben unter Mitarbeit von Elke Reinhardt-Becker. Stuttgart, Weimar. Verlag J. B. Metzler.
- Kappeler, M. (2016): Prävention als Verhinderung selbstbestimmten Lebens in der Gegenwart im Namen der Zukunft. In: *Widersprüche. Zeitschrift für sozialistische Politik im Bildungs-, Gesundheits- und Sozialbereich* 36(139). Heft 1: 53-68. nbn-resolving.org/urn:nbn:de:0168-ss0ar-64006-4
- [Karina] Krause, K. (2011): *Waffeltag. Mein Weg aus dem Burnout und der Depression*. Waiblingen. rina-verlag.
- Kaschka W.P., Korczak D. & Broich K. (2011): Burnout: a fashionable diagnosis. In: *Deutsches Ärzteblatt International* 108(46): 781-787. doi: 10.3238/arztebl.2011.0781.
- Kastner, J. (2008): (Was heißt) Gegen-Verhalten im Neoliberalismus? In: Hechler, D. & Philipps, A. (Hg.): *Widerstand denken. Michel Foucault und die Grenzen der Macht* (S. 39-56). Bielefeld. transcript.
- Kastrup, W. (2013): Hegemonie – neoliberale Hegemonie – Hegemoniekrise oder doch ›nur‹ neoliberale Dominanz. In: *DISS-Journal* 25: 28-30.
- Kaufmann, F.-X. (2015): Sicherheit als Wertidee, Handlungsmaxime und Leitbild von Systemen. In: Zoche, P., Kaufmann, S. & Arnold, H. (Hg.): *Sichere Zeiten? Gesellschaftliche Dimensionen der Sicherheitsforschung* (S. 21-32). Berlin. LIT Verlag.
- Kauke, R., Bußhoff, C. & Regenbogen, B. (2016): Gesund in der Führungsspitze bleiben – Durch die systemische Brille betrachtet. In: Ghadiri, A., Ternès, A. & Peters, Th.: *Trends im Betrieblichen Gesundheitsmanagement. Ansätze aus Forschung und Praxis* (S. 237-259). Wiesbaden. Springer Fachmedien.
- Kehm, B. M. (1991): *Zwischen Abgrenzung und Integration. Der gewerkschaftliche Diskurs in der Bundesrepublik Deutschland*. Opladen. Westdeutscher Verlag.

- Kelly, M. G. E. (2009): *The political philosophy of Michel Foucault*. New York, Abingdon, OX. Routledge.
- Kerchner, B. (2006): Wirklich Gegendanken. Politik analysieren mit Michel Foucault. Kerchner, B. & Schneider, S. (Hg.): *Foucault: Diskursanalyse der Politik. Eine Einführung* (S. 145-164). Wiesbaden. VS Verlag für Sozialwissenschaften.
- Kersting, N. (Hg.) (2008): *Politische Beteiligung. Einführung in dialogorientierte Instrumente politischer und gesellschaftlicher Partizipation*. Wiesbaden. Springer Fachmedien GmbH.
- Kessl, F. (2005): *Der Gebrauch der eigenen Kräfte. Eine Gouvernementalität Sozialer Arbeit*. Weinheim, München. Juventa Verlag.
- Keupp, H. (2010a): Das erschöpfte Selbst – Umgang mit psychischen Belastungen. In: Keupp, H. & Dill, H. (Hg.): *Erschöpfende Arbeit. Gesundheit und Prävention in der flexiblen Arbeitswelt* (S. 41-60). Bielefeld. transcript.
- (2010b): ›Wege aus einer erschöpften Gesellschaft‹. präview im Gespräch mit Prof. Dr. Heiner Keupp. In: *präview – Zeitschrift für innovative Arbeitsgestaltung und Prävention* 1(2): 16-17.
- Kilian, R. & Becker, T. (2006): Die Prävention psychischer Erkrankungen und die Förderung psychischer Gesundheit. In: Kirch, W. & Badura, B. (Hg.): *Prävention. Ausgewählte Beiträge des Nationalen Präventionskongresses. Dresden, 1. und 2. Dezember 2005* (S. 443-472). Heidelberg. Springer Medizin Verlag.
- Klass, T. N. (2008): Foucault und der Widerstand: Anmerkung zu einem Missverständnis. In: Hechler, D. & Philipps, A. (Hg.): *Widerstand denken. Michel Foucault und die Grenzen der Macht* (S. 149-168). Bielefeld. transcript.
- [Klaus-Peter] Kolbatz, K.-P. (2005): *Burn-out-Syndrom. Infarkt der Seele*. Norderstedt. Books on Demand GmbH.
- Kleiner, S. & Suter, R. (2018): Stress und Unbehagen. Glücks- und Erfolgspathologien in der zweiten Hälfte des 20. Jahrhunderts – eine Einleitung. In: ders. (Hg.): *Stress und Unbehagen. Glücks- und Erfolgspathologien in der zweiten Hälfte des 20. Jahrhunderts* (S. 7-27). Berlin. Neofelis Verlag GmbH.
- Knoche, K., Sochert, R. & Houston, K. (2012): *BEM: Einstieg und Leitfaden für die Praxis*. European Network for Workplace Health Promotion (ENWHP). http://www.enwhp.org/uploads/media/ENWHP_Guid_PH_Work_AT.pdf (Stand: 14.02.2018)
- Konicz, T. (2012): *Politik in der Krisenfälle. Kapitalismus am Scheideweg*. Hannover. Heise Zeitschriften Verlag GmbH & Co KG.
- Koyuncu, A. (2006): Prävention und Eigenverantwortung. In: Kirch, W. & Badura, B. (Hg.): *Prävention. Ausgewählte Beiträge des Nationalen Präventionskongresses. Dresden, 1. und 2. Dezember 2005* (S. 121-139). Heidelberg. Springer Medizin Verlag.
- von Köppen, M. (2017): Das engagierte Selbst. Eine Dispositivanalyse des bürger-schaftlichen Engagements in Mardor. In: *pg-papers: Diskussionspapiere aus dem*

- Fachbereich Pflege und Gesundheit der Hochschule Fulda. https://fuldok.hs-fulda.de/opus4/frontdoor/deliver/index/docId/656/file/pgp_2017_01_koepfen.pdf (Stand: 17.04.2019)
- Kratzer, N., Menz, W., Tullius, K. & Wolf, H. (2015): *Legitimationsprobleme in der Erwerbsarbeit. Gerechtigkeitsansprüche und Handlungsorientierungen in Arbeit und Betrieb*. Herausgegeben von der Hans-Böckler-Stiftung. Baden-Baden. Nomos Verlagsgesellschaft.
- Krause, A. et al. (2012): Indirekte Steuerung und interessierte Selbstgefährdung: Ergebnisse aus Befragungen und Fallstudien. Konsequenzen für das Betriebliche Gesundheitsmanagement. In: Badura, B. et al. (Hg.): *Fehlzeiten-Report 2012. Gesundheit in der flexiblen Arbeitswelt: Chancen nutzen – Risiken minimieren. Zahlen, Daten, Analysen aus allen Branchen der Wirtschaft* (S. 191-202). Berlin, Heidelberg. Springer Medizin Verlag.
- Kreff, U. (2011): Burnout: Wann darf man heutzutage psychisch krank werden? Diskursive Rahmenbedingungen für präventiven Arbeits- und Gesundheitsschutz. In: *DISS-Journal* 22: 49-51.
- Kriegesmann, B. (2010): *Innovation durch Prävention. Empirische Ergebnisse und Ideen zur nachhaltigen Gestaltung von Innovationsarbeit*. Bochum. Institut für angewandte Innovationsforschung Bochum e.V.
- Kristeva, J. ([1987] 2007): *Schwarze Sonne. Depression und Melancholie*. Übersetzt von Bernd Schwibs und Achim Russer. Frankfurt a.M.. Verlag Brandes & Apsel.
- Kury, P. (2012): *Der Überforderte Mensch. Eine Wissensgeschichte vom Stress zum Burnout*. Frankfurt a.M.. Campus Verlag GmbH.
- Kübel, I. (2000): *Spontanheilungen – Das Geheimnis wunderbarer Genesungen. Was Ärzte nicht erklären können*. Freiburg. Kreuz Verlag.
- Kvarnström, S. (1997): *Stress prevention for blue-collar workers in assembly-line production*. Geneva. International Labour Office.
- Lacoue-Labarthe, P. & Nancy, J. L. ([1982] 1997): *Retreating the Political*. Edited by Simon Sparks. London, New York. Routledge.
- Laufenberg, M. (2014): *Sexualität und Biomacht. Vom Sicherheitsdispositiv zur Politik der Sorge*. Bielefeld. transcript.
- Leanza, M. (2017): *Die Zeit der Prävention. Eine Genealogie*. Weilerswist. Velbrück Wissenschaft.
- Legnaro, A. & Birenheide, A. (2008): *Regieren mittels Unsicherheit. Regime von Arbeit in der späten Moderne*. Konstanz. UVK Verlagsgesellschaft mbH.
- Lemke, T. (2000): Neoliberalismus, Staat und Selbsttechnologien. Ein kritischer Überblick über die governmentality studies. In: *Politische Vierteljahresschrift* 41(1): 31-47. doi.org/10.1007/s11615-000-0003-8
- (2004): Räume der Regierung: Kunst und Kritik der Menschenführung. In: Genette, P. (Hg.): *Foucault und die Künste* (S. 162-180). Frankfurt a.M.. Suhrkamp Verlag.

- Lengwiler, M. & Madarász, J. (Hg.) (2010): *Das präventive Selbst. Eine Kulturgeschichte moderner Gesundheitspolitik*. Bielefeld. transcript.
- Liljeström, M. & Paasonen, S. (Eds.) (2010): *Working with Affect in Feminist Reading. Disturbing Differences*. London, New York. Routledge.
- Link, J. (2006): *Versuch über den Normalismus. Wie Normalität produziert wird*. Göttingen. Vandenhoeck & Ruprecht GmbH & Co. KG.
- (2007): Dispositiv und Interdiskurs. Mit Überlegungen zum ›Dreieck‹ Foucault – Bourdieu – Luhmann. In: Kammler, C. & Parr, R. (Hg.): *Foucault in den Kulturwissenschaften. Eine Bestandsaufnahme* (S. 219-238). Heidelberg. Synchron Wissenschaftsverlag der Autoren.
- Lißner, L. & Brück, C. (2013): *GDA-Dachevaluation. Auswertung der Befragung des Aufsichtspersonals*. Kooperationsstelle Hamburg IFE. https://www.gda-portal.de/DE/Downloads/pdf/Befragung-Aufsichtspersonal.pdf?__blob=publicationFile&v=2 (Stand: 27.02.2018)
- Llanque, M. (2008): *Politische Ideengeschichte – Ein Gewebe politischer Diskurse*. München, Wien. Oldenbourg Verlag.
- [Lois] Prandtner, L. (2007): *Diagnose Burn-out*. Frankfurt a.M.. Frankfurter Literaturverlag.
- Lueger, M. & Froschauer, U. (2018): *Artefaktanalyse. Grundlagen und Verfahren*. Wiesbaden. Springer Fachmedien GmbH.
- Luthardt, H. (2018): Gründer der Woche: McWellness – Wellness privat genießen. In: *starting-up.de* <https://www.starting-up.de/news/gruender-der-woche/mcwellness.html> (Stand: 27.11.2018)
- Lüders, Ch. & Kappeler, M. (2016): Abschaffen oder seinen ideologisch-technokratischen Gebrauch verhindern? Eine Kontroverse über den Begriff ›Prävention‹, seine Bedeutungen und Wirkungen. In: *Widersprüche. Zeitschrift für sozialistische Politik im Bildungs-, Gesundheits- und Sozialbereich* 36(139). Heft 1: 87-110. nbn-resolving.org/urn:nbn:de:0168-ssoar-64001-9
- Lütz, M. (2011): *Das Philosophische Quartett – Fix und fertig. Die ermüdete Gesellschaft*. ZDF Sendung. Deutsche Erstaussstrahlung am 23.10.2011. (16:47 – 17:33 min.)
- [Lydia] Böhm, L. (2014): *Ausgebrannt und durchgeknallt*. Norderstedt. Books on Demand.
- Maasen, S., Elberfeld, J., Eitler, P. & Tändler, M. (Hg.) (2011): *Das beratene Selbst. Zur Genealogie der Therapeutisierung in den ›langen‹ Siebzigern*. Bielefeld. transcript.
- Marchart, O. (2010): *Die politische Differenz. Zum Denken des Politischen bei Nancy, Lefort, Badiou, Laclau und Agamben*. Berlin. Suhrkamp Verlag.
- (2013): *Das unmögliche Objekt. Eine postfundamentalistische Theorie der Gesellschaft*. Berlin. Suhrkamp Verlag.
- [Maria] Mit ihrem festen Willen, den Maria schon in der Kindheit hatte, geht es wieder aufwärts. In: Hammer-Tschepisch, I. (2016): *Aufbruch. Fünfzehn Menschen reden über ihr Burnout* (S. 83-91). Wien. Morawia Lesezirkel GmbH.

- Mark, O. (2009): ›Entspannte Wachheit‹ am Arbeitsplatz. Interview mit Peter Richter. In: *derStandard.at* <https://derstandard.at/1231151384562/Entspannte-Wachheit-am-Arbeitsplatz> (Stand: 27.11.2018)
- [Martina] ›Erst die Arbeit, dann das Spiel‹ war früher ein gängiges Lebensmotto für Martina. In: Hammer-Tschepisch, I. (2016): *Aufbruch. Fünfzehn Menschen reden über ihr Burnout* (S. 64-72). Wien. Morawia Lesezirkel GmbH.
- Maslach, Ch. & Pines, A. (1977): The Burnout Syndrome in the Daycare Setting. In: *Child Care Quarterly* 62: 100-113. doi.org/10.1007/BF01554696
- Maslach, Ch. & Jackson, S. E. (1981): The measurement of experienced burnout. In: *Journal of Occupational Behaviour* 2: 99-113. doi.org/10.1002/job.4030020205
- Mattissek, A. (2008): *Die neoliberale Stadt. Diskursive Repräsentationen im Stadtmarketing deutscher Großstädte*. Bielefeld. transcript.
- Mautz, Ch. (2012): Disposition und Dispositiv. In: Renn, J., Ernst, Ch. & Isenböck, P. (Hg.): *Konstruktion und Geltung. Beiträge zu einer postkonstruktivistischen Sozial- und Medientheorie* (S. 161-180). Wiesbaden. VS Verlag für Sozialwissenschaften.
- Medizintechnikzentrum (2016a): *HRV-Messung: Stress- & Burnoutdiagnostik*. <https://www.medizintechnikzentrum.de/medizingeraete/hrv-messung/> (Stand: 09.11.2018)
- (2016b): *Cardiscope™* <https://www.medizintechnikzentrum.de/geraet/cardiscope/> (Stand: 09.11.2018)
- Merkel, W. (Hg.) (2015): *Krise der Demokratie. Zum schwierigen Verhältnis von Theorie und Empirie*. Wiesbaden. Springer Fachmedien GmbH.
- Meschnig, A. (1993): *Die Seele: Gefängnis des Körpers: Die Beherrschung der Seele durch die Psychologie*. Pfaffenweiler. Centaurus Verlagsgesellschaft.
- Mesko, B. (2016): Top 10 Healthcare Wearables For A Healthy Lifestyle. In: *The Medical Futurist*. <https://medicalfuturist.com/top-healthcare-wearables> (Stand: 20.11.2018)
- Meyer, Ü. (2016): Kann eine Wohnung krank machen, Frau Züllli? Interview mit Nicole Züllli. In: *Beobachter Online* <https://www.beobachter.ch/wohnen/wohnen-kann-eine-wohnung-krank-machen> (Stand: 26.11.2018)
- [Michael] Das Burnout war ›a g'scheite Detschn‹ für Michael. In: Hammer-Tschepisch, I. (2016): *Aufbruch. Fünfzehn Menschen reden über ihr Burnout* (S. 92-100). Wien. Morawia Lesezirkel GmbH.
- Michalitsch, G. (2015): Geschlecht ist Geschichte: Komplexitäten der Macht. Ein Foucaultsches Denksystem. In: Kahlert, H. & Weinbach, Ch. (Hg.): *Zeitgenössische Gesellschaftstheorien und Genderforschung. Einladung zum Dialog* (S. 105-126). Wiesbaden. VS Verlag für Sozialwissenschaften.
- Michelsen, D. & Walter, F. (2013): *Unpolitische Demokratie. Zur Krise der Repräsentation*. Berlin. Suhrkamp Verlag.
- Mouffe, Ch. (2007): *Über das Politische – Wider die kosmopolitische Illusion*. Übersetzt von Niels Neumaier. Frankfurt a.M.. Suhrkamp Verlag.

- (2014): *Agonistik. Die Welt politisch denken*. Übersetzt von Richard Barth. Berlin. Suhrkamp Verlag.
- Mönch, K. (2018): *Arbeit, Subjekt, Widerstand. Eine Genealogie der Subjektivierung zum Arbeiten*. Bielefeld. transcript.
- Mueller-Stahl, M. (2018): Adaptogene: Diese Pflanzen helfen gegen Stress und Co. In: *wunderweib.de* <https://www.wunderweib.de/adaptogene-diese-pflanzen-gegen-gegen-stress-und-co-104951.html> (Stand: 29.11.2018)
- Mureau, A.-M. (2002): Workplace stress: A collective bargaining issue. In: *Labour Education* 1(126): 77-81.
- Münkler, H., Bohlender, M. & Meurer, S. (2010): Vorwort. In: ders. (Hg.): *Handeln unter Risiko. Gestaltungsansätze zwischen Wagnis und Vorsorge* (S. 7-10). Bielefeld. transcript.
- My multiple me (2018): *EMDR – Täuschung für Fortgeschrittene*. <http://mymultiple.me/artikel/emdr.html> (Stand: 16.11.2018)
- Neuner, R. ([2012] 2016): *Psychische Gesundheit bei der Arbeit. Betriebliches Gesundheitsmanagement und Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastung*. 2. Auflage. Wiesbaden. Springer Fachmedien GmbH.
- Nickl-Weller, Ch. (2014): Healing Architecture. 10 Thesen zum Thema – von Prof. Christine Nickl-Weller. In: *medAmbiente* 1: 40-42.
- Nissen, S. & Vobruba, G. (Hg.) (2009): *Die Ökonomie der Gesellschaft*. Wiesbaden. VS Verlag für Sozialwissenschaften
- NPK (2016): *Bundesrahmenempfehlungen der Nationalen Präventionskonferenz nach § 20d Abs. 3 SGB V*. https://www.bundesgesundheitsministerium.de/fileadmin/Dateien/3_Downloads/P/Praevention/160219_Bundesrahmenempfehlungen_.pdf (Stand: 01.03.2018)
- Opitz, S. (2008): Zwischen Sicherheitsdispositiven und Securitization: Zur Analytik illiberaler Gouvernamentalität. In: Purtschert, P., Meyer, K. & Winter, Y. (Hg.): *Gouvernamentalität und Sicherheit. Zeitdiagnostische Beiträge im Anschluss an Foucault* (S. 201-228). Bielefeld. transcript.
- Orthmann, A. et al. (2010): Psychische Belastungen reduzieren – Die Rolle der Führungskräfte. In: Badura, B. et al. (Hg.): *Fehlzeiten-Report 2009. Arbeit und Psyche: Belastungen reduzieren – Wohlbefinden fördern. Zahlen, Daten, Analysen aus allen Branchen der Wirtschaft* (S. 227-239). Berlin, Heidelberg. Springer Medizin Verlag.
- Paridon, H. (2013): *Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastungen. Tipps zum Einstieg*. IAG Report 1/2013. Berlin. Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung e.V. (DGUV).
- Paulus, S. (2015): Methodologische Überlegungen und methodisches Vorgehen bei einer intersektionalen Dispositivanalyse. In: *Forum Qualitative Sozialforschung/Forum: Qualitative Social Research* 16(1). Art. 21. doi.org/10.17169/fqs-16.1.2103

- Penz, O. & Sauer, B. (2016): *Affektives Kapital. Die Ökonomisierung der Gefühle im Arbeitsleben*. Frankfurt a.M., New York. Campus Verlag GmbH.
- Pelzman, B. & Hartman, E. A. (1982): Burnout: Summary and Future Research. In: *Human Relations* 35(4): 283-305. doi.org/10.1177/001872678203500402
- Perthus, S. (2016): *Von der Gefahrenabwehr zur sozialräumlichen Risikokalkulation. Kommunale Kriminalprävention in Leipzig-Connwitz im Dienste der Inwertsetzung des Stadtteils, 1990 – 2014*. Münster. LIT Verlag.
- Peter, M. & Peter, U. (2013): *Burnout-Falle Lehrerberuf? Infos, Tests und Strategien zum Vorbeugen, Erkennen, Bewältigen*. Mülheim an der Ruhr. Verlag an der Ruhr.
- Peter, T. & Waldschmidt, A. (2017): Inklusion. Genealogie und Dispositivanalyse eines Leitbegriffs der Gegenwart. In: *Sport und Gesellschaft. Zeitschrift für Sportsoziologie, Sportphilosophie, Sportökonomie, Sportgeschichte* 14(1): 29-52. doi.org/10.1515/sug-2017-0003
- Peters, K. (2011): Indirekte Steuerung und interessierte Selbstgefährdung. Eine 180-Grad-Wende bei der betrieblichen Gesundheitsförderung. In: Kratzer, N. et al. (Hg.): *Arbeit und Gesundheit im Konflikt* (S. 105-122). Berlin. edition sigma.
- Petra (2018): *Healing Hotels – Was steckt hinter dem Wellness-Konzept?* <https://www.petra.de/body/wellness/artikel/der-neue-trend-healing-hotels> (Stand: 26.11.2018)
- Pfaff, I. & Lenge, A. (2018): Spielerisch Verhalten ändern. In: Matusiewicz, D. & Kaiser, L. (Hg.): *Digitales Betriebliches Gesundheitsmanagement. Theorie und Praxis* (S. 235-242). Wiesbaden. Springer Fachmedien GmbH.
- Pfüttsch, P. (2017): Das Geschlecht des ›präventiven Selbst‹. Prävention und Gesundheitsförderung in der Bundesrepublik Deutschland aus geschlechterspezifischer Perspektive (1949-2010). In: Jütte, R. (Hg.): *Medizin, Gesellschaft und Geschichte. Jahrbuch des Instituts für Geschichte der Medizin der Robert Bosch Stiftung*. Beiheft 63. Stuttgart. Franz Steiner Verlag.
- Pines, A. M. & Keinan, G. (2005): Stress and burnout: The significant difference. In: *Personality and Individual Differences* 39: 625-635. doi.org/10.1016/j.paid.2005.02.009
- Pirker-Binder, I. (2016a): Prävention von Erschöpfung humaner Ressourcen im betrieblichen Gesundheitsmanagement. In: ders. (Hg.): *Prävention von Erschöpfung in der Arbeitswelt. Betriebliches Gesundheitsmanagement, interdisziplinäre Konzepte, Biofeedback* (S. 3-27). Berlin, Heidelberg. Springer Verlag.
- (2016b): Der arbeitende Mensch – der erschöpfte Mensch. In: ders. (Hg.): *Prävention von Erschöpfung in der Arbeitswelt. Betriebliches Gesundheitsmanagement, interdisziplinäre Konzepte, Biofeedback* (S. 87-99). Berlin, Heidelberg. Springer Verlag.
- Poczka, I. (2017): *Die Regierung der Gesundheit. Fragmente einer Genealogie liberaler Gouvernamentalität*. Bielefeld. transcript.
- Poferl, A. (2009): Orientierung am Subjekt? Eine konzeptionelle Reflexion zur Theorie und Methodologie reflexiver Modernisierung. In: Böhle, F. & Wehrich, M.

- (Hg.): *Handeln unter Unsicherheit* (S. 231-263). Wiesbaden. VS Verlag für Sozialwissenschaften.
- Pongratz, H. J. & Voß, G. G. (2003): *Arbeitskraftunternehmer. Erwerbsorientierungen in entgrenzten Arbeitsformen*. Berlin. Edition Sigma.
- Portuné, R., Ludborz, B. & Rexroth, M. (2016): Arbeitsbedingte psychische Belastung als besondere Herausforderung für die Präventionsarbeit: Die moderierten Verfahren der betrieblichen Gefährdungsbeurteilung als treibende Kraft auch für das BGM. In: Pfannstiel, M. A. & Mehlich, H. (Hg.): *Betriebliches Gesundheitsmanagement. Konzepte, Maßnahmen, Evaluation* (S. 111-135). Wiesbaden. Springer Fachmedien GmbH.
- Preparata, G. (2007): *The Ideology of Tyranny. Bataille, Foucault, and the Postmodern Corruption of Political Dissent*. New York. Palgrave Macmillan.
- Presser, M. & Becker, M. (o.J.): *›Führungskräfte erkennen die Chancen‹. Interview mit Michael Presser, Betriebsrat und Vorsitzender des Ausschusses Gesundheit und Umwelt des Betriebsrates, alternierender Vorsitzender des Arbeitssicherheitsausschusses, Motoren- und Turbinen-Union Friedrichshafen*. GDA-Psyche. www.gda-psyche.de/SharedDocs/Interviews/DE/interview-presser.pdf?__blob=publicationFile&v=4 (Stand: 18.04.2018)
- ProMenPol (2018): *Promoting and Protecting Mental Health – Supporting Policy through Integration of Research, Current Approaches and Practices*. www.mentalhealthpromotion.net/?i=promenpol.en (Stand: 08.03.2018)
- psyGa (2013): *Neue App für Führungskräfte: So bleibt Ihr Team gesund*. Pressemitteilung. https://www.psyga.info/fileadmin/user_upload/Presse/psyGA_Pressemitteilung__App_Fu%cc%88hrungskra%cc%88fte.pdf (Stand: 21.11.2018)
- Pundt, Ch. (2008): *Medien und Diskurs. Zur Skandalisierung von Privatheit in der Geschichte des Fernsehens*. Bielefeld. transcript.
- Quernheim, G. (2018): *Nicht ärgern – ändern! Gelassenheit statt Burnout*. Heidelberg, Berlin. Springer Verlag GmbH.
- Rancière, J. (2012): *Der Hass der Demokratie*. Übersetzt von Maria Muhle. Berlin. August Verlag.
- (2014): *Das Unvernehmen. Politik und Philosophie*. Übersetzt von Richard Steurer. Frankfurt a.M.. Suhrkamp Verlag.
- Rau, A. (2007): Das gute Leben und die Psychotherapie. In: *Kultur & Gespenster (Wirklich wahr II)* 4: 184-203.
- (2010): *Psychopolitik. Macht, Subjekt und Arbeit in der neoliberalen Gesellschaft*. Frankfurt a.M.. Campus Verlag GmbH.
- (2018): Macht und Psyche in entgrenzten Arbeitsverhältnissen. Reflexionen zur Sozialen Arbeit im Kontext von Neoliberalismus und Psychopolitik. In: Anhorn, R., Schimpf, E., Stehr, J., Rathgeb, K., Spindler, S. & Keim, R. (Hg.): *Politik der Verhältnisse – Politik des Verhaltens. Widersprüche der Gestaltung Sozialer Arbeit* (S. 315-322). Wiesbaden. Springer Fachmedien GmbH.

- Rauer, V., Junk, J. & Daase, Ch. (2014): Konjunkturen des Kulturbegriffs: von der politischen und strategischen Kultur zur Sicherheitskultur. In: Lange, H.-J., Wendekamm, M. & Endreß, Ch. (Hg.): *Dimensionen der Sicherheitskultur* (S. 33-56). Wiesbaden. Springer Fachmedien GmbH.
- Raulff, U. (Hg.) (1987): *Mentalitäten-Geschichte. Zur historischen Rekonstruktion geistiger Prozesse*. Berlin. Verlag Klaus Wagenbach.
- Rayonex (2018): *Biofeldformende Geräte*. <https://www.rayonex.de/produktgruppen/biofeldformende-geraete> (Stand: 16.11.2018)
- Rehmer, S. & Becker, M. (o.J.): ›*Entscheidend ist das Tun*‹. Interview mit Frau Professor Dr. Rehmer, IGO – Institut für Gesundheit in Organisationen, Jena Geschäftsführerin. GDA-Psyche. www.gda-psyche.de/SharedDocs/Interviews/DE/interview-rehmer.pdf?__blob=publicationFile&v=4 (Stand: 19.04.2018)
- Reichl, H. (2018): *Arbeitsräume und Arbeitsleistung*. <https://www.iwap.institute/wordpress/arbeitsraeume-und-arbeitsleistung/> (Stand: 27.11.2018)
- Remstim (2018a): *EMDR im Selbstcoaching mit dem REMSTIM 3000 anwenden. Was ist EMDR?* <https://remstim.com/grundlagen/emdr-im-selbstcoaching/> (Stand: 16.11.2018)
- (2018b): *Welche Stimulationstechnik nutzt die EMDR-Brille REMSTIM 3000?* <http://remstim.com/bilaterale-stimulationstechnik-emdr-brille-remstim-3000/> (Stand: 16.11.2018)
- Reuter, M. (2016): Spurensuche im Erbgut. In: *Gehirn & Geist Dossier 1*: 43-47.
- Reversible Destiny (2018): *Reversible Destiny Lofts Mitaka*. www.reversibledestiny.org/architecture/reversible-destiny-lofts-mitaka?view=slider#6 (Stand: 30.11.2018)
- Ritzki, C. (2013): *Die Postdemokratisierung politischer Öffentlichkeit. Kritik zeitgenössischer Demokratie – theoretische Grundlagen und analytische Perspektiven*. Wiesbaden. Springer Fachmedien GmbH.
- [Roland] Hardmeier, R. (2012): *Nach wie viel BURN ist Mann OUT?* Basel. Brunnen Verlag.
- Rook, M. (1998): *Theorie und Empirie in der Burnout-Forschung. Eine wissenschaftstheoretische und inhaltliche Standortbestimmung*. Hamburg. Verlag Dr. Kovač.
- Rosa, H. (2013): *Beschleunigung und Entfremdung. Entwurf einer Kritischen Theorie spätmoderner Zeitlichkeit*. Übersetzt von Robin Celikates. Berlin. Suhrkamp Verlag.
- (2016): *Resonanz. Eine Soziologie der Weltbeziehung*. Berlin: Suhrkamp Verlag.
- Rose, N. (2009): *The Politics of Life Itself. Biomedicine, Power, and Subjectivity in the Twenty-First Century*. Princeton, Oxford. Princeton University Press.
- Rundum achtsam (2019): *Feedbacks*. <https://rundumachtsam.ch/> (Stand: 28.03.2019)
- Rutz, M., Kühn, D. & Dierks, M.-L. (2016): Gesundheits-Apps und Prävention. In: Albrecht, U.-V. (Hg.): *Chancen und Risiken von Gesundheits-Apps (CHARISMHA)* (S. 116-135). Hannover. Medizinische Hochschule.

- Safranski, R. (2011): *Das Philosophische Quartett – Fix und fertig. Die ermüdete Gesellschaft*. ZDF Sendung. Deutsche Erstausstrahlung am 23.10.2011. (25:27 – 28:16 min.).
- Schaper-Rinkel, P. (2012): Auf dem Weg zu einer neurowissenschaftlichen Gouvernementalität? Zu den Konturen einer neuen Emotionen-Politik. In: Heidenreich, F. & Schaal, G. S. (Hg.): *Politische Theorie und Emotion* (S. 255-269). Baden-Baden. Nomos Verlagsgesellschaft.
- Schäfer, T. & Völter, B. (2005): Subjekt-Positionen. Michel Foucault und die Biographieforschung. In: Völter, B., Dausien, B., Lutz, H. & Rosenthal, G. (Hg.): *Biographieforschung im Diskurs* (S. 161-188). Wiesbaden. Springer Fachmedien GmbH.
- Schäfer, A. (2013): Der Verlust politischer Gleichheit. Warum ungleiche Beteiligung der Demokratie schadet. In: Armingeon, K. (Hg.): *Staatstätigkeiten, Parteien und Demokratie. Festschrift für Manfred G. Schmidt* (S. 547-566). Wiesbaden. Springer Fachmedien GmbH.
- Schneider, W. (2009): Subjektivität und Individualisierung – Reflexiv-moderne Subjektformierung zwischen Handlungsoptionen, -zwängen und institutionellen Zurechnungen. In: Böhle, F. & Wehrich, M. (Hg.): *Handeln unter Unsicherheit* (S. 265-289). Wiesbaden. VS Verlag für Sozialwissenschaften.
- (2015): Dispositive ... – überall (und nirgendwo)? Anmerkungen zur Theorie und methodischen Praxis der Dispositivforschung. In: Othmer, J. & Weich, A. (Hg.): *Medien – Bildung – Dispositive. Beiträge zu einer interdisziplinären Medienbildungsforschung* (S. 21-40). Wiesbaden. Springer Fachmedien GmbH.
- Schnetzer, R. (2014): *Achtsames Prozessmanagement. Work-Life-Balance und Burnout-Prävention für Unternehmen und Mitarbeitende*. Wiesbaden. Springer Fachmedien GmbH.
- Schönhuth, M. (2006): *Das Kulturglossar. Ein Vademecum durch den Kulturdschungel für Interkulturalisten*. www.kulturglossar.de/html/links.html (Stand: 02.02.2017)
- Schultz, S. (2011): New Biopolitics? The articulation of demographic aims and gender policies in international population programs. In: Braun, K. (Ed.): *Between Self-Determination and Social Technology. Medicine, Biopolitics and the New Techniques of Procedural Management* (pp. 239-269). Bielefeld. transcript.
- Schulz, P. (2017): *Burnout oder Depression? Wie sich Entstehung, Prävention und Therapie beider Störungen unterscheiden*. Lengerich. Pabst Science Publishers.
- Schulz, Ch. & Wambach, M. M. (1983): Vorbemerkungen. Oberfläche und Dunkelheit. In: Wambach, M. M. (Hg.): *Der Mensch als Risiko. Zur Logik von Prävention und Früherkennung* (S. 7-10). Frankfurt a.M.. Suhrkamp Verlag.
- Schüle, J. A. (1983): Gesellschaftliche Entwicklung von Prävention. In: Wambach, M. M. (Hg.): *Der Mensch als Risiko. Zur Logik von Prävention und Früherkennung* (S. 13-28). Frankfurt a.M.. Suhrkamp Verlag.

- Serloth, B. (2009): *Entpolitisierung der Politik? Nationalstaatliche Demokratie zwischen Selbstentmachtung, Globalisierung und ungebrochener Lenkungsmacht*. Innsbruck u.a. Studien Verlag.
- Siebenpfeiffer, H. (2008): Ereignis. In: Kammler, C., Parr, R. & Schneider, U. J. (Hg.): *Foucault-Handbuch. Leben-Werk-Wirkung* (S. 249-252). Stuttgart, Weimar. Verlag J. B. Metzler.
- Siegemund, B. (2018): Gesunde Führung – der Erfolgsfaktor für ein Betriebliches Gesundheitsmanagement in einer digitalisierten Arbeitswelt. In: Matusiewicz, D. & Kaiser, L. (Hg.): *Digitales Betriebliches Gesundheitsmanagement. Theorie und Praxis* (S. 99-105). Wiesbaden. Springer Fachmedien GmbH.
- [Silvia] N., S. (2009): *Diagnose Burnout. Mein Weg zurück ins Leben*. Neckenmarkt. Novum Verlag.
- Sloterdijk, P. (2011): *Das Philosophische Quartett – Fix und fertig. Die ermüdete Gesellschaft*. ZDF Sendung. Deutsche Erstaussstrahlung am 23.10.2011. (45:00 – 48:21 min.).
- Sonnenfeld, Ch. ([1989] 2016): Gesundheit durch Selbstkontrolle. In: *Widersprüche. Zeitschrift für sozialistische Politik im Bildungs-, Gesundheits- und Sozialbereich* 36(139). Heft 1: 25-34. nbn-resolving.org/urn:nbn:de:0168-ss0ar-63980-0
- Spilker, N. (2010): *Die Regierung der Prekarität. Zur neoliberalen Konzeption unsicherer Arbeitsverhältnisse*. Münster. UNRAST-Verlag.
- (2013): *Lebenslanges Lernen als Dispositiv – Bildung, Macht und Staat in der neoliberalen Gesellschaft*. Münster. Verlag Westfälisches Dampfboot.
- Sportuhrenguru (2018): *Was kann eigentlich ein Fitness Armband?* <https://sportuhren-guru.net/was-kann-eigentlich-ein-fitness-armband/> (Stand: 16.11.2018)
- Spreiter, M. (2014): *Burnoutprävention für Führungskräfte*. Freiburg. Haufe-Lexware GmbH & Co. KG.
- Statista (2019): *Arbeitsunfähigkeitstage aufgrund von Burn-out-Erkrankungen* in Deutschland in den Jahren 2004 bis 2017 (je 1.000 AOK-Mitglieder)*. <https://de.statista.com/statistik/daten/studie/239869/umfrage/arbeitsunfaehigkeitstage-aufgrund-von-burn-out-erkrankungen/> (Stand: 16.04.2019)
- [Steffi] Christian, S. (2013): *Burnout, eine Botschaft meiner Seele. Eine praktische Lebenshilfe für Burnout-Betroffene und -Bedrohte*. Bielefeld. Tao.de GmbH.
- Stielike, L. (2017): *Entwicklung durch Migration? Eine postkoloniale Dispositivanalyse am Beispiel Kamerun-Deutschland*. Bielefeld. transcript.
- Stöckel, S. & Walter, U. (2002): Prävention im 20. Jahrhundert. Grundriss und Prolog. In: ders. (Hg.): *Prävention im 20. Jahrhundert. Historische Grundlagen und aktuelle Entwicklungen in Deutschland* (S. 11-25). Weinheim, München. Juventa Verlag.
- Strack, B. (2011): Mit Pflanzenkraft gegen Stress und drohenden Burnout. In: *experto.de* <https://www.experto.de/gesundheit/naturheilkunde/mit-pflanzenkraft-gegen-stress-und-drohenden-burnout.html> (Stand: 29.11.2018)

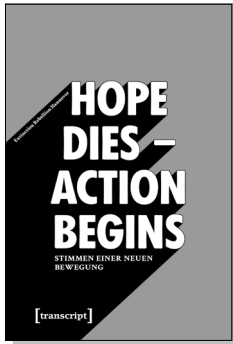
- Stresspilot (2004): *Stress Pilot HOME*. www.stresspilot.biz/product_info.php/products_id/280 (Stand: 12.11.2018)
- stressRegeneration (2009a): *HRV-Messung* https://www.stressregeneration.ch/analysen/hrv_messung.html (Stand: 09.11.2018)
- (2009b): *Herzratenvariabilität HRV*. https://www.stressregeneration.ch/hrv_messung/herzratenvariabilitaet.html (Stand: 09.11.2018)
- (2009c): *Vorteile der HRV*. https://www.stressregeneration.ch/hrv_messung/vorteile_der_hrv.html (Stand: 09.11.2018)
- (2009d): *HRV-Messverfahren*. https://www.stressregeneration.ch/hrv_messung/hrv_messverfahren.html (Stand: 09.11.2018)
- (2009e): *HRV Bild-Vergleich*. https://www.stressregeneration.ch/hrv_messung/hrv_bild_vergleich.html (Stand: 09.11.2018)
- [Susanne] Susanne schluckt jetzt nicht mehr alles und sagt auch öfter Nein. In: Hammer-Tschepisch, I. (2016): *Aufbruch. Fünfzehn Menschen reden über ihr Burnout* (S. 26-34). Wien. Morawia Lesezirkel GmbH.
- TENMHP (2018): *The European Network for Mental Health Promotion* www.mentalhealthpromotion.net/?i=portal.en (Stand: 08.03.2018)
- Ternès, A. (2016): Sensibilisierung, Akzeptanz und Motivation für Maßnahmen im Betrieblichen Gesundheitsmanagement. In: Ghadiri, A., Ternès, A. & Peters, Th. (Hg.): *Trends im Betrieblichen Gesundheitsmanagement. Ansätze aus Forschung und Praxis* (S. 3-15). Wiesbaden. Springer Fachmedien GmbH.
- Thiel, T. (2017): Aufschrei der Unberührbaren. In: *Frankfurter Allgemeine Zeitung*. 05. April 2017 www.genios.de/presse-archiv/artikel/FAZ/20170405/aufschrei-der-unberuehrbaren/FD120170405099615.html (Stand: 14.09.2017)
- Thießen, M. (2013): Gesundheit erhalten, Gesellschaft gestalten. Konzepte und Praktiken der Vorsorge im 20. Jahrhundert: Eine Einführung. In: *Zeithistorische Forschungen/Studies in Contemporary History* 10(3): 354-365. doi.org/10.14765/zzf.dok-1511
- Tholen, G. Ch. (2005): Jean-François Lyotard (1924-1998). In: Majetschak, S. (Hg.): *Klassiker der Kunstphilosophie. Von Platon bis Lyotard* (S. 307-328.). München. Beck.
- [Thomas] Knapp, T. (2006): *Burn-out. In den Krallen des Raubvogels*. Olten. Verlag Textwerkstatt.
- [Thomas (KB)] Das Burnout hat Thomas für immer verändert und geprägt. In: Hammer-Tschepisch, I. (2016): *Aufbruch. Fünfzehn Menschen reden über ihr Burnout* (S. 110-120). Wien. Morawia Lesezirkel GmbH.
- Thomzik, M. (2009): Innovation und Prävention. In: Institut für Technik der Betriebsführung (Hg.): *Innovation und Prävention. Beiträge der Projekte aus der Fokusgruppe Betriebliches Innovationsmanagement* (S. 11-26). München, Mering. Rainer Hampp Verlag.
- Tormey, S. (2015): *Vom Ende der repräsentativen Politik*. Übersetzt von Sonja Schuhmacher und Bernhard Jendricke. Hamburg. Hamburger Edition.

- Treier, M. (2015): *Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastungen. Begründung, Instrumente, Umsetzung*. Wiesbaden. Springer Fachmedien GmbH.
- Tröster, R. (2013): *Der Weg zu Burnout-freien Arbeitswelten*. Wiesbaden. Springer Fachmedien.
- Truschkat, I. (2017): Die Macht des Dispositivs. Eine Reflexion des Verhältnisses von Diskurs und Organisation am Beispiel des Kompetenzdispositivs. In: Diaz-Bone, R. & Hartz, R. (Hg.): *Dispositiv und Ökonomie. Diskurs- und dispositivanalytische Perspektiven auf Märkte und Organisationen* (S. 133-156). Wiesbaden. Springer Fachmedien GmbH.
- Vega GmbH (2018): *Wohin geht die Wellness-Reise?* <https://www.vega-direct.com/de/wellness-konzepte> (Stand: 26.11.2018)
- Veyne, P. ([2008] 2009): *Foucault. Der Philosoph als Samurai*. Übersetzt von Ursula Blank-Sangmeister unter Mitarbeit von Anna Raupach. Stuttgart. Philipp Reclam jun. GmbH & Co.
- Vobruba, G. (2010): Soziale Sicherheit und die Selbstgestaltung der sozialen Verhältnisse. In: Münkler, H., Bohlender, M. & Meurer, S. (Hg.): *Handeln unter Risiko. Gestaltungsansätze zwischen Wagnis und Vorsorge* (S. 251-264). Bielefeld. transcript.
- Vogelmann, F. (2013): Eine erfundene Krankheit? Zur Politik der Nichtexistenz. In: Neckel, S. & Wagner G. (Hg.): *Leistung und Erschöpfung. Burnout in der Wettbewerbsgesellschaft* (S. 148-162). Berlin. Suhrkamp Verlag.
- Vomhof, J. (2017): *Verführung – ein ästhetisches Dispositiv von Lyrik*. Bielefeld. transcript.
- Voswinkel, S. (2017): Psychisch belastende Arbeitssituationen und die Frage der »Normalität«. In: Alsdorf, N., Engelbach, U., Flick, S., Haubl, R. & Voswinkel, S. (Hg.): *Psychische Erkrankungen in der Arbeitswelt. Analysen und Ansätze zur therapeutischen und betrieblichen Bewältigung* (S. 59-93). Bielefeld. transcript.
- Wagner, J. (2013): Gouvernamentalität und Dispositive – Regierungstechniken im 21. Jahrhundert. In: *Powision 12*. <https://www.uni-leipzig.de/powision/wordpress/magazin/julia-wagner/> (Stand: 25.06.2014)
- Wanek, V. & Hupfeld, J. (2018): Prävention 4.0 aus der Perspektive der Gesetzlichen Krankenkassen. In: Cernavin, O., Schröter, W. & Stowasser, S. (Hg.): *Prävention 4.0. Analysen und Handlungsempfehlungen für eine produktive und gesunde Arbeit 4.0* (S. 145-156). Wiesbaden. Springer Fachmedien GmbH.
- Wawrzinek, U. & Schauer, A. (2013): *Was tun, wenn es brennt? Neue Strategien gegen Burnout*. Stuttgart. Klett-Cotta.
- Weber, A. & Hörmann, G. (Hg.) (2007): *Psychosoziale Gesundheit im Beruf. Mensch, Arbeitswelt, Gesellschaft*. Stuttgart. Genter Verlag.
- Weberbio (2017): *Bioresonanzgeräte*. <https://weberbio.de/bioresonanzgeraete.html> (Stand: 16.11.2018)

- Wellness Trust AG (2018): *EDUCTOR: Das neueste High-Tech Biofeedback und Bioresonanz Gerät in der energetischen Medizin*. <https://www.wellness-trust.com/eductor/biofeedback-bioresonanz> (Stand: 16.11.2018)
- Wendt, N. & Ensle, M. (2009): *Stress- und Burn-out-Prävention. Handbuch für Führungskräfte, Betriebsräte und Arbeitsmediziner*. Wien. OGB Verlag.
- Wenninger, G. (2015): *Stresskontrolle und Burnout-Prävention. Lesebuch und Praxisleitfaden für Gestresste und Erschöpfte und alle, die ihnen helfen wollen*. 2. Auflage. Kröning. Asanger Verlag.
- Werner, F. & Becker, M. (o.J.): ›Der Mensch steht im Mittelpunkt‹. Interview mit Prof. Dipl.-Ing. Frank Werner, Stellvertretender Leiter Prävention der BG BAU – Berufsgenossenschaft der Bauwirtschaft Prävention, Berlin. GDA-Psyche. www.gda-psyche.de/SharedDocs/Interviews/DE/interview-werner.pdf?__blob=publicationFile&v=1 (Stand: 19.04.2018)
- Wernstedt, D. (2017): *Wer bewältigt was für wen? Eine gouvernementale Analyse zur Bewältigung von chronischer Erkrankung beim Übergang ins Erwachsenenleben*. Baden-Baden. Tectum Verlag.
- Wessel, K.-F. (2015): *Der ganze Mensch. Eine Einführung in die Humanontogenetik oder die biopsychosoziale Einheit Mensch von der Konzeption bis zum Tode*. Berlin. Logos Verlag.
- WHO (2014): *Basic Documents*. Forty-eighth edition. Geneva. WHO Press.
- Wiessmann, F. (2016): Psychische Belastungen am Arbeitsplatz. Handlungsansätze für die Personalarbeit. In: Gourmelon, A. (Hg.): *Personalmanagement im öffentlichen Sektor*. Bd. 13. Heidelberg. rehm.
- Wilde, G. (2015): Supranationale Gouvernementalität: Zur Neuordnung des Verhältnisses von Recht, politischer Herrschaft und demokratischen Geschlechterverhältnissen. In: Abbas, N., Förster, A. & Richter, E. (Hg.): *Supranationalität und Demokratie. Die Europäische Union in Zeiten der Krise* (S. 87-110). Wiesbaden. Springer Fachmedien GmbH.
- Wilmar B., Schaufeli, B. W., Leiter, M. P. & Maslach, Ch. (2009): Burnout 35 years of research and practice. In: *Career Development International* 14(3): 204-220. doi.org/10.1108/13620430910966406
- Wilson, J. & Swyngedouw, E. (Eds.) (2014): *The Post-Political and Its Discontents. Spaces of Depoliticisation, Spectres of Radical Politics*. Edinburgh. Edinburgh University Press Ltd.
- Wittig, P., Nöllenheidt, Ch. & Brenscheidt, S. (2013): *Grundausswertung der BIBB/BAuA Erwerbstätigenbefragung 2012 mit den Schwerpunkten Arbeitsbedingungen, Arbeitsbelastungen und gesundheitliche Beschwerden*. Dortmund u.a. Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin.
- [Yvette] Bucher, J. Y. (2008): *Warum Burnout. Muss ich sterben um zu leben*. Bülach. Verlag talk about it.

- Zamora, D. & Behrent, M. C. (2016): *Foucault and Neoliberalism*. Cambridge, Malden. Polity Press.
- Ziai, A. (2005): Poststrukturalistische Sozialforschung? Triadische Dispositivanalyse als methodische Vorgehensweise im Anschluss an Foucault. *Institut für Soziologie der RWTH Aachen*, Rote Reihe Paper Nr. 43.
- Zoike, E. (2010): Zunahme der psychischen Erkrankungen bei Beschäftigten. Statistische Ergebnisse und Präventionsansätze der Krankenkassen. In: Keupp, H. & Dill, H. (Hg.): *Erschöpfende Arbeit. Gesundheit und Prävention in der flexiblen Arbeitswelt* (S. 61-75). Bielefeld. transcript.
- Žižek, S. (2009): *First as Tragedy, then as Farce*. London, New York. Verso.

Politikwissenschaft



Extinction Rebellion Hannover

»Hope dies – Action begins«: Stimmen einer neuen Bewegung

2019, 96 S., kart.

7,99 € (DE), 978-3-8376-5070-9

E-Book: kostenlos erhältlich als Open-Access-Publikation

PDF: ISBN 978-3-8394-5070-3

EPUB: ISBN 978-3-7328-5070-9



Jan Brunner, Anna Dobelmann, Sarah Kirst, Louisa Prause (Hg.)

Wörterbuch Land- und Rohstoffkonflikte

2019, 326 S., kart., Dispersionsbindung, 1 SW-Abbildung

24,99 € (DE), 978-3-8376-4433-3

E-Book:

PDF: 21,99 € (DE), ISBN 978-3-8394-4433-7



Chris Piallat (Hg.)

Der Wert der Digitalisierung Gemeinwohl in der digitalen Welt

August 2021, 440 S., kart.,

Dispersionsbindung, 5 SW-Abbildungen, 3 Farbabbildungen

29,50 € (DE), 978-3-8376-5659-6

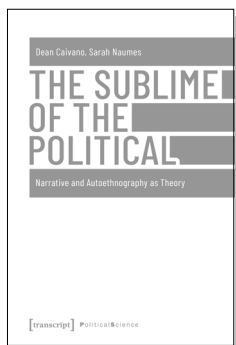
E-Book: kostenlos erhältlich als Open-Access-Publikation

PDF: ISBN 978-3-8394-5659-0

EPUB: ISBN 978-3-7328-5659-6

**Leseproben, weitere Informationen und Bestellmöglichkeiten
finden Sie unter www.transcript-verlag.de**

Politikwissenschaft



Dean Caivano, Sarah Naumes
The Sublime of the Political
Narrative and Autoethnography as Theory

July 2021, 162 p., hardcover
100,00 € (DE), 978-3-8376-4772-3
E-Book:
PDF: 99,99 € (DE), ISBN 978-3-8394-4772-7



BICC Bonn International Center for Conversion,
HSKF Leibniz-Institut Hessische Stiftung Friedens- und
Konfliktforschung, IFSH Institut für Friedensforschung und
Sicherheitspolitik an der Universität Hamburg,
INEF Institut für Entwicklung und Frieden
Friedensgutachten 2021
Europa kann mehr!

Juni 2021, 160 S., kart.,
Dispersionsbindung, 22 Farbabbildungen
15,00 € (DE), 978-3-8376-5786-9
E-Book: kostenlos erhältlich als Open-Access-Publikation
PDF: ISBN 978-3-8394-5786-3



Simon Strick
Rechte Gefühle
Affekte und Strategien des digitalen Faschismus

Mai 2021, 480 S., kart.,
Dispersionsbindung, 170 SW-Abbildungen, 6 Farbabbildungen
34,00 € (DE), 978-3-8376-5495-0
E-Book:
PDF: 33,99 € (DE), ISBN 978-3-8394-5495-4

**Leseproben, weitere Informationen und Bestellmöglichkeiten
finden Sie unter www.transcript-verlag.de**