

# 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: 234<sup>1</sup>

Nimmt man ein Buch zum Thema Burnout-Syndrom<sup>2</sup> 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 Ausschlussprozesse 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; Stieli 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 *Gouvernementalität* 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.