

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 Subjektivation/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 Subjektivation* 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.« (Hirselund & 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 *Subjektivation*) 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‹ Ge- genstand diskursiver (Konstruktions-)Prozesse sind. In solchen Praktiken haben sich Diskurse bzw. die entsprechenden Wissenselemente möglicherweise soweit sedimentiert, dass als unhinterfragbare Selbstverständlichkeiten nichts mehr ex- pliziert zu werden braucht und/oder als ein habitualisiertes, ›in Fleisch und Blut‹ übergegangenes ›Know How To Do‹ nicht (mehr) expliziert werden kann und gera- de 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.« (Bührmann & Schneider 2012: 100 [Herv. i. O.])

Demnach werden die Prozesse der Subjektivation in der Analyse der zwei Diskur- se – des Spezialdiskurses wie des Interdiskurses – beobachtet. Die Prozesse der Subjektivierung werden sich hingegen an den nicht-diskursiven Praktiken ori- entieren 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 Hinwei- se zu den Prozessen der Subjektivierung. Dabei gilt es zu beachten, dass diese Mitteilungen »gerade ›nicht‹ als Repräsentationen eines gelebten, erlebten und er- zählten Lebens zu begreifen« (a.a.O.: 101 [Herv. i. O.]) sind, sondern eher als ei- ne »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 ih- ren Handlungen, Erzählungen und Denkmustern auf eine einverlebte Subjektivi- tät hinweist.

In ähnliche Richtung argumentieren auch Thomas Schäfer und Bettina Völ- ter, die in ihrer von Foucault inspirierten Diskussion zu Subjekt-Positionen in der Biografieforschung zeigen, dass es bei dem Erzählen eigener Erfahrungen und Le- bensgeschichten 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 objekti- ve 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 omnipräsente Risikobewusstsein strukturiert die Handlungen und Denkweisen. Es fordert die Individuen zum Leben mit zahlreichen Optionen und Varianten 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 neoliberalen 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 Regierungslogikbettet 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 selbstsorgenden 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 anderen 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-

biete 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 immanennten 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 Leistungs-tempos 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 neoliberalen Regierungsweise bekräftigt, die den Individuen Freiheitsräume anbietet, in denen sie sich realisieren und ihre Leistungspotentiale weiter ausbauen können. Die neoliberalen 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 vorauszusehen, 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 neoliberalen 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 Misgeschick 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, paradoixerweise, 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 Neuaufreten 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, dass die Kondition sichern und eine Gefährdung signalisieren kann. Er wird zum Markterkennmal 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 gefährdunglose 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 präviert, 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 -konsumtion 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 imaginäre 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 Widerstandoptionen 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 Ausgebranntein?«

›Ich weiß es nicht, vielleicht die Liebe zum Beruf. Möglicherweise auch mein Hang zum Perfektionismus. Oder, dass ich mir kaum Zeit zum Erholen gönnen. 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 Selbstverwirklichungsraum 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 zitteriger 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 Außen Dienst 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 Erfolgsverheißen 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 Regierungsrationaliät 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 ver- einnahmt, der gesamte Lebensstil umfasst und die zukünftige Lebensausrichtung bestimmt wird. Prävention kommt dem Betroffenen als eine willkommene und be- freiende 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 Ästhe- tik aufzubauen. Ein standardisiertes Denken, Handeln und Fühlen lassen sich re- gieren. 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 Subjek- tivation und der Subjektivierung einige ähnliche Merkmale auf. Beide Prozesse skizzieren das Leben der Betroffenen als eine kausale Entwicklung, die einen vor- programmierten 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 Subjektivationsprozesse den Zusammenhang zwischen Gesund- heit und Leistungsfähigkeit und profilieren sich als Schlüssel zum Erfolg der mo- dernen Lebensweise. Dahingegen stilisieren die Subjektivierungsprozesse das Bur- nout als ein bedeutendes Ereignis, welches zur kardinalen Lebensumstellung vieler Betroffenen geführt hat und also positiv konnotiert werden kann. Des Weiteren er- zeugen die Prozesse der Subjektivation 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 Subjek- tivierung haben hingegen eine solche Selbstbeziehung nachgewiesen, in der die Betroffenen ausschließlich mit sich selbst befasst sind und daher taub für die ge- samtgesellschaftlichen Anliegen bleiben.

Im Hinblick auf die Trennungslinie zwischen der disponierenden und der dis- ponierten Subjektivität haben die Analysen gezeigt, dass der Zugang zur Ände- rung der präventiven dispositiven Ordnung nicht vordefiniert ist, sondern stets wechsel- und wandelbar bleibt. Am Vergleich einer Führungskraft (einer dispo- nierten Subjektivität) und einer Burnout-Betroffenen (einer disponierten Sub- jektivität) wurde deutlich, wie unbeständig und reversibel die zugewiesene und (un-)bewusst gelebte Subjektivität sein kann und wo sich Widerstandspotentiale auffinden lassen.