

# Subjektivierung von Nachhaltigkeit

---

*Sarah Miriam Pritz*

Sozialer Wandel verändert nicht nur die Gesellschaft insgesamt, sondern wesentlich auch deren Mitglieder, insofern Gesellschaftsordnungen auch stets in Subjekten verankert sind und sich gesellschaftlicher Wandel in diesen selbst vollzieht. Soziale Transformationsprozesse sind also nicht nur Umwälzungen auf der ›Außenseite‹ der Gesellschaft, ihrer spezifischen sozialstrukturellen, institutionellen und kulturellen Bedingtheit und Charakteristik, sondern führen gleichzeitig zu Veränderungen und Verschiebungen auf der ›Innenseite‹ des Subjekts – in den jeweiligen Subjektentwürfen und -idealen, den Selbstverhältnissen und Steuerungsformen, kurz: den Modi der Subjektivierung.

Der gesellschaftliche Wandel hin zu Nachhaltigkeit subjektiviert sich dabei in zweifacher Weise: Zum einen sind Individuen sozialem Wandel nicht einfach nur ausgeliefert, sondern gestalten diesen aktiv mit und werden mitunter auf vielfältige Weise angehalten, dies zu tun. Gerade in Bezug auf Nachhaltigkeit als gesamtgesellschaftliches Entwicklungsziel, wie es sich beispielsweise im Brundtland-Bericht (WCED 1987) artikuliert, lassen sich vielfach Subjektivierungstendenzen in dem Sinne feststellen, dass Nachhaltigkeit verstärkt als Aufgabe und Verantwortung der Subjekte begriffen wird. »Ökologische Intelligenz« steht hoch im (Dis-)Kurs (z.B. Goleman 2012). Subjekte werden vor allem in ihrer Rolle als verantwortliche Konsumenten und Konsumentinnen angesprochen: Das gesamtgesellschaftliche Ziel der Nachhaltigkeit ist in diesem Sinne vor allem über den ›richtigen‹ Konsum bzw. den ›richtigen‹ Konsumverzicht – kurz: die

›richtige‹ Lebensweise zu erreichen. Zum anderen subjektiviert sich Nachhaltigkeit in der Weise, dass auch die Subjekte selbst zunehmend mit Problemen der ›Vernutzung‹ und Erschöpfung ihrer subjektiven Ressourcen zu kämpfen haben, die sich besonders nachdrücklich in Krisenerfahrungen wie Stress, Burnout oder Depression zeigen (vgl. Neckel/Wagner 2013a). Es scheint der »Zustand des Ausgelaugtseins« zu sein, »der Personen, soziale Schichten, den Wachstumskapitalismus und das Ökosystem krisenhaft miteinander verbindet« (Neckel/Wagner 2013b: 204).

Zugespitzt formuliert lässt sich also Folgendes konstatieren: Während das gesamtgesellschaftliche Entwicklungsziel Nachhaltigkeit wesentlich auch als ein auf der Ebene der Subjekte zu lösendes Problem verhandelt wird, wird subjektive Nachhaltigkeit vor dem Hintergrund einer zunehmenden Vernutzung und Erschöpfung auch subjektiver Ressourcen gleichzeitig selbst zum Handlungsproblem und Leitprinzip für das Subjekt und sein Ressourcenmanagement. Der Handlungsmodus der Nachhaltigkeit verankert sich also in subjektiven Selbstverhältnissen und verändert die gesellschaftlichen Modi der Subjektivierung. Die damit verknüpften kulturellen Programme und Praktiken der Selbststeuerung drehen sich um Maximen wie Achtsamkeit, Empathie, Wellness, Work-Life-Balance oder Resilienz. Nachhaltigkeit verändert die Art(en) des Subjekt-Seins und bringt spezifische Subjekte hervor. Nachhaltigkeit *subjektiviert sich*, wirkt aber gleichzeitig auch *subjektivierend* und findet in öffentlich-medial kolportierten Sozialfiguren wie z.B. dem *Loha – Lifestyle of Health and Sustainability* (Ray/Anderson 2000) ihre typisierte Personifikation.

Um eine soziologische Perspektive auf Modi der Subjektivierung unter dem Vorzeichen einer Gesellschaft der Nachhaltigkeit zu eröffnen, werde ich zunächst das Konzept der Subjektivierung kurz theoretisch skizzieren. Hiernach folgt die Darstellung von zwei verschiedenen Akzentuierungen der Subjektivierung von Nachhaltigkeit, die dann in einer Erörterung dreier kultureller Programme und Praktiken subjektiver Nachhaltigkeit vertieft werden. Ein Ausblick auf weiterführende Fragen zu Nachhaltigkeit als Subjektivierungsprogramm schließt meine Betrachtungen ab.

## SUBJEKTIVIERUNG: ZEITDIAGNOSE UND SOZIALTHEORETISCHES KONZEPT

In den Sozial-, Geistes- und Kulturwissenschaften lassen sich grundlegend zwei Verwendungsweisen des Begriffs »Subjektivierung« unterscheiden: Einerseits wird Subjektivierung recht allgemein in einem eher *zeitdiagnostischen* Sinn zur Bezeichnung einer gesteigerten gesellschaftlichen Bedeutung des Subjekts und einer Subjektivierung gesellschaftlicher Verhältnisse verwendet. Insofern steht Subjektivierung dem Begriff der »Individualisierung« nahe, der seit den Anfängen der Soziologie als einer ihrer umkämpften und facettenreichen Kernbegriffe gelten kann (für einen Überblick vgl. Schroer 2008). Eine prominente Zeitdiagnose zur Subjektivierung findet sich in der Arbeits- und Industriesoziologie, wo unter dem Begriff der »Subjektivierung von Arbeit« im Sinne einer gesteigerten Bedeutung und In-Wert-Setzung des ›ganzen Menschen‹ inklusive seiner subjektiven Eigenschaften eine der wesentlichen Dimensionen des Wandels der gegenwärtigen Arbeitswelt verhandelt wird (z.B. Kocyba 2000; Moldaschl/Voß 2002; Lohr 2003; Arbeitsgruppe SubArO 2005). Andererseits bezeichnet Subjektivierung ein *sozialtheoretisches Konzept*, das die Entstehung von Subjektivität in sozialen Prozessen und Relationen beschreibt. Als solches lässt sich Subjektivierung als genuin soziologische Wendung des klassischen philosophischen Subjektbegriffs innerhalb (post-)strukturalistischer Theorieströmungen begreifen.<sup>1</sup> Die Frage, wer oder was das Subjekt denn sei, wird im Rahmen der Subjektivierungstheorie umformuliert

**1 |** Die Subjektivierungstheorie hat sich mittlerweile sehr stark ausdifferenziert. Zentrale Impulse gingen theoriegeschichtlich jedoch von den Arbeiten von Louis Althusser, Michel Foucault und Judith Butler aus. Michel Foucault hat rückblickend sogar sein ganzes Werk als Bemühung »um eine Geschichte der verschiedenen Formen der Subjektivierung des Menschen in unserer Kultur« (1994, IV: 269; DE, IV) bezeichnet. In den letzten Jahren lässt sich verstärkt eine praxistheoretische bzw. praxeologische Auseinandersetzung mit dem Konzept der Subjektivierung feststellen (z.B. Alkemeyer et al. 2013a; Gelhard et al. 2013; Reckwitz 2016).

in die Frage, »wie es geworden ist« (Saar 2013: 17). Während in der traditionellen Subjektphilosophie das Subjekt essentialistisch und universalistisch als der Gesellschaft quasi vorsozial gegenüberstehend gedacht wurde, betont das Konzept der Subjektivierung den »permanenten Prozess, in dem Gesellschaften und Kulturen die Individuen in Subjekte umformen« (Reckwitz 2017: 125). Es gibt kein wie auch immer geartetes »Außerhalb« des Prozesses der sozialen Subjekt-Werdung: In seiner lateinischen Doppelbedeutung als zugleich *unterworfen* wie auch *autonom handelnd* entsteht das *subiectum* im Spannungsfeld zwischen Fremd- und Selbstführung (vgl. ebd.: 126). Gesellschaft wirkt über die Repräsentation von Subjektpositionen in kulturellen Diskursen und Programmen subjektivierend; allerdings erst in deren Aneignung bringen sich Subjekte als solche handelnd hervor. Das Subjekt wird also einerseits durch die Gesellschaft konstituiert, insofern diese bestimmte historisch, sozialstrukturell und (sub-)kulturell spezifische Subjekttypen entwirft, und konstituiert sich zugleich im Versuch der praktischen Einnahme und Anverwandlung derselben selbst. Dieser Prozess des »doing subjects« (Reckwitz 2016) ist allerdings nicht kultur- oder diskursdeterministisch zu verstehen, da gerade in der Notwendigkeit der praktischen Aneignung von Subjektpositionen Möglichkeiten des Widerstands, des Scheiterns, der Um- oder Neudeutung enthalten sind.<sup>2</sup>

Zentraler Dreh- und Angelpunkt von Praktiken der Subjektivierung ist der Körper; Subjektivierung bedeutet stets: Inkorporierung, Einverleibung und Verkörperung von Gesellschaft und ist in dieser Hinsicht wesentlich mit anderen Konzepten – wie beispielsweise dem des Habitus (Bourdieu) – verwandt, die von einer wechselseitigen Beeinflussung und Formung von Individuum und Gesellschaft im Kontext von Machtverhältnissen ausgehen.

Wenngleich eher allgemein zeitdiagnostische und systematisch sozialtheoretische Verwendungsweisen des Begriffes der

---

**2** | So hat z.B. Judith Butler (2002) rekurrend auf Jacques Derridas Konzept der »Iterabilität« auf das Moment des Neuen in der Wiederholung hingewiesen.

Subjektivierung unterschieden werden können, schließen sich diese beiden Akzentuierungen keineswegs aus; vielmehr sind mit subjektivierten gesellschaftlichen Verhältnissen jeweils spezifische Modi der Subjektivierung verknüpft. Subjektivierung von Nachhaltigkeit bedeutet also zugleich immer auch Subjektivierung *durch* Nachhaltigkeit.

## **SUBJEKTIVIERUNG VON NACHHALTIGKEIT**

Prozesse der Subjektivierung von Nachhaltigkeit lassen sich in zweifacher Hinsicht beobachten: Einerseits wird gesamtgesellschaftliche Nachhaltigkeit zunehmend *subjektiviert* (auch) als *Aufgabe und Verantwortung des Subjekts* in seiner Lebensführung verstanden, andererseits wird *subjektive* Nachhaltigkeit verstärkt selbst zum *Handlungsproblem für das Subjekt* im Umgang mit seinen subjektiven Ressourcen.

### **Nachhaltigkeit als Aufgabe und Verantwortung des Subjekts in seiner Lebensführung**

Seit der erstmaligen Beschreibung des Konzepts in der preußischen und sächsischen Forstwirtschaft des 18. Jahrhunderts (Carlowitz 2000 [1713]) wird Nachhaltigkeit im Sinne eines nachhaltigen Umgangs mit Ressourcen der Umwelt als zentrale Aufgabe eines (selbst-)verantwortlichen Subjekts gesehen. Die Verantwortung bestand ursprünglich in dem einfachen Grundsatz, nur so viel Holz zu schlagen wie auch nachwachsen kann. Kriterien der Wirtschaftlichkeit standen dabei im Vordergrund, weshalb sich Nachhaltigkeit soziologisch durchaus als Rationalisierungsphänomen deuten lässt: »Nachhaltigkeit hieß, die Einnahmen auf Dauer zu stellen, sie berechenbar zu machen – und sie zu steigern.« (Kaufmann 2004: 174).

Spätestens als die Folgen der menschlichen Vernutzung und Zerstörung von Ressourcen im Zuge der sozialen Bewegungen seit den 1970er Jahren immer breitere gesellschaftliche Thematisierung erfuhren und der Wandel hin zu Nachhaltigkeit

zunehmend zum gesellschaftlichen Leitmotiv avancierte, hat sich diese Aufgabe und Verantwortung des Subjekts ausdifferenziert und verallgemeinert. Subjekte werden in Gesellschaften der Gegenwart vielfach angerufen, sich ›nachhaltig‹ zu verhalten, womit ganz unterschiedliche Dinge gemeint sein können: weniger Auto zu fahren und dafür mehr den öffentlichen Verkehr oder das Fahrrad zu nutzen, wenn möglich lieber den Zug statt das Flugzeug zu nehmen, auf die Energieeffizienz von elektronischen Geräten oder die Wärmebilanz ganzer Häuser zu achten sowie ökologisch und sozial nachhaltige Produkte und Dienstleistungen zu konsumieren.<sup>3</sup> Zahlreiche Instanzen der Zertifizierung und Prämierung von nachhaltigen Produkten und Unternehmen haben sich herausgebildet, die Nachhaltigkeitsentscheidungen im Alltag lenken und erleichtern sollen (siehe den Beitrag von Timo Wiegand).

Eine so verstandene *subjektivierte* Nachhaltigkeit drückt sich beispielsweise im Konzept des »ökologischen Fußabdrucks« (Rees/Wackernagel 1994) aus, mit welchem die Fläche der Erde berechnet werden kann, die notwendig ist, um den jeweiligen Lebensstil eines Individuums zu ermöglichen. Dieses Konzept, das »Nachhaltigkeitspostulate auf das Individuum herunterrechnet«, »hält in diesem Sinne dazu an, sich selbst zu regieren« und »sämtliche Aspekte seines Lebens zu prüfen« (Kaufmann 2004: 179). Es betrachtet Nachhaltigkeit als Aufgabe des Subjekts und seiner Lebensführung, *subjektiviert* Nachhaltigkeit also einerseits, während es andererseits auch wesentlich *subjektivierende* Wirkungen entfaltet, indem es Individuen anruft, ihr eigenes Leben dem Handlungsprinzip der Nachhaltigkeit folgend zu gestalten, die sich dadurch als ›nachhaltige‹ – also problembewusste und verantwortliche – Subjekte hervorbringen.

In ähnlicher, wenngleich anders akzentuierter Weise artikulieren sich in Daniel Golemans Modell der *Ökologischen Intelligenz*

---

**3** | Besonders eindrücklich werden diese Anrufungen z.B. auf der Homepage [www.nachhaltigleben.ch/](http://www.nachhaltigleben.ch/) (Zugriff: 31.07.2017) vorgeführt, die vielfältige Tipps rund um nachhaltiges Leben, Konsumieren und sogar Investieren (siehe den Beitrag von Natalia Besedovsky) versammelt.

(2012) Tendenzen einer Subjektivierung von Nachhaltigkeit. Goleman, der durch seinen Bestseller *Emotionale Intelligenz* (1995) bekannt geworden ist, entdeckte ökologische Intelligenz vor allem in der »Empathie für alles, was lebt« (Goleman 2012: 50):

»Während soziale und emotionale Intelligenz auf der Fähigkeit gründen, sich in andere Menschen hineinzusetzen, mit ihnen zu fühlen und unsere Sorge zum Ausdruck zu bringen, erweitert die ökologische Intelligenz diese Fähigkeit auf alle Natursysteme. Eine solche Empathie beweisen wir jedes Mal, wenn wir angesichts dessen, dass die Erde ›leidet‹, selbst leiden oder beschließen, etwas zum Besseren zu verändern.« (Ebd.)

Kollektiv wirksam werde die ökologische Intelligenz vor allem als »Schwarmintelligenz«, die durch die Befolgung von »Schwarmregeln« – »1. Erkenne die Folge deines Tuns. 2. Bemühe dich um Verbesserungen und 3. Teile deine Erkenntnisse mit anderen« (ebd.: 56) – ein höheres gemeinsames Ziel erreichen könne. Ähnlich wie sich dies für Golemans Modell emotionaler Intelligenz (zur Kritik vgl. Neckel 2005; Sieben 2007) konstatieren lässt, werden hier sozial erwünschte Kompetenzen und Verhaltensweisen zu einer Form der Intelligenz erhoben. Zudem blendet das Konzept ökologischer Intelligenz die milieuspezifische Ausprägung von Praktiken der ökologischen Distinktion aus, wie sie sich im Zeitalter einer Gesellschaft der Nachhaltigkeit vor allem in den Mittelschichten etablieren (siehe den Beitrag von Sighard Neckel, Ökologische Distinktion).

### **Nachhaltigkeit als Handlungsproblem für das Subjekt im Umgang mit seinen subjektiven Ressourcen**

Nachhaltigkeit subjektiviert sich aber auch in der Weise, dass das Subjekt selbst zunehmend mit Krisenerfahrungen der Vernutzung und Erschöpfung seiner *subjektiven Ressourcen* konfrontiert ist. Nun wurde Arbeitskraft im Kapitalismus zwar schon immer vernutzt. Doch während sich in den Anfängen der Industriegesellschaft vorrangig Probleme der Vernutzung *physischer* Gesundheit stellten, auf welche mit Maßnahmen des verbesserten

Arbeitsschutzes reagiert wurde, rücken in den letzten Jahren zunehmend Fragen der Vernutzung *psychischer* Gesundheit in den Mittelpunkt (vgl. Barth et al. 2016b: 332).

Diese Vernutzung von Subjektivität wird in modernen westlichen Gesellschaften unter Bedingungen zum Problem, die selbst schon das Ergebnis eines komplexen Subjektivierungsprozesses gesellschaftlicher Verhältnisse darstellen: Es sind die Bedingungen und Konsequenzen eines »subjektivierten« (Voß/Weiß 2013), eines »emotionalisierten« (Neckel 2005) oder eines »Netzwerk«-Kapitalismus (Boltanski/Chiapello 2003), die *subjektive* Nachhaltigkeit zum Problem und deren Sicherstellung und Gewährleistung zum Entwicklungsziel und Handlungsprinzip auf der Ebene des Subjekts werden lassen. Mit der Ausbreitung eines kapitalistischen Systems, das Subjektivität zur »Ideologie und Produktivkraft« (Honneth 2002: 154) macht, geht die Herausbildung entsprechender Subjektideale einher, die als »Arbeitskraft-unternehmer« (Voß/Pongratz 1998) oder »unternehmerisches Selbst« (Brückling 2007) beschrieben worden sind. Effizienz, Selbstoptimierung und das erfolgreiche Bestehen in (ökonomischen) Wettbewerben markieren die obersten Prinzipien dieser Subjektformation.

Öffentlich-medial sichtbar geworden sind in den letzten Jahren vor allem die problematischen Konsequenzen einer derartigen Subjektivierungsform, bei der Selbstverwirklichung und die Verinnerlichung ökonomischer Imperative nahtlos ineinandergreifen. Die »Rationalisierung der inneren Natur« führt offenbar in »ähnliche Krisen der Sinnhaftigkeit von Arbeit [...], wie das für die ökologische Krise im Verhältnis zur äußeren Natur gilt« (Barth et al. 2016a: 20f.). Leidens- und Erschöpfungserfahrungen wie Stress, Burnout, Depression sind vielfach als »Leiterkrankungen des subjektivierten Kapitalismus« (Voß/Weiß 2013), als »Leiden an Wachstum und Wettbewerb« (Neckel/Wagner 2014) oder als »Müdigkeit, man selbst zu sein« (Ehrenberg 2004) beschrieben worden.

Subjektive Nachhaltigkeit scheint zunehmend auf dem Spiel zu stehen, wenn Erschöpfungsphänomene um sich greifen und die Belastungsgrenzen des unternehmerischen Selbst allerorten

sichtbar werden. Der erschöpfte, ausgebrannte Arbeitskraftunternehmer ist vor die Herausforderung gestellt, seinen Energiehaushalt zwischen Verausgabung und Erschöpfung auf eine nachhaltige, erneuerbare Weise zu *optimieren*. Insbesondere in den Metaphern des »leeren Akkus« oder des »leeren Tanks« sowie den Metaphern der »Waagschale« oder des »Seiltänzers« sind solche Gleichgewichtsvorstellungen im bilderreich geführten Burnout-Diskurs bereits angelegt (Bröckling 2013; Haubl 2013). Der Kampf im modernen Arbeitsleben besteht nicht mehr nur darin, effizient und wettbewerbsfähig zu sein, sondern auch, es zu bleiben – es kommt darauf an, das Energieniveau stets und langfristig in einem produktiven Zustand zu halten.

Besonderer Aufmerksamkeit bedürfen dabei jene kulturellen Steuerungsformen der Therapie und Prävention, die subjektive Nachhaltigkeit nach der Erschöpfung sowohl wieder her- als auch langfristig sicherstellen bzw. diese erst gar nicht zum Problem werden lassen sollen. Die öffentlich-medial breit thematisierte Krise der Erschöpfung subjektiver Ressourcen könnte also wiederum zum »Motor der Innovation neuartiger Subjektformationen« (Neckel/Wagner 2013b: 214) werden bzw. »einer neuen Art des Ressourcenmanagements zum Durchbruch verhelfen« (ebd.: 215).

## **KULTURELLE PROGRAMME UND PRAKTIKEN SUBJEKTIVER NACHHALTIGKEIT**

Kulturelle Programme und Praktiken subjektiver Nachhaltigkeit konzentrieren sich auf und um den menschlichen Körper. Er wird in seiner Vulnerabilität adressiert und soll eingehend beobachtet, bearbeitet, gepflegt und insgesamt in einem Zustand der Regenerativität und Potentialität gehalten werden. Dabei fungiert er zugleich als in ökonomischen und sozialen Wettbewerben in Wert zu setzendes *Humankapital* sowie als eine Art *Wahrheitsregime*, das einem vermeintlich authentischen Selbst zum Ausdruck verhelfen soll: Der Körper ist Visitenkarte und Selbstverwirklichungsinstrument in einem.

Strategien der Prävention sind häufige Bestandteile von kulturellen Programmen und Praktiken subjektiver Nachhaltigkeit, wie sie in den folgenden Abschnitten anhand von Wellness, Achtsamkeit und Resilienz vorgeführt werden sollen. Allerdings geht das Prinzip der Vorbeugung nicht vollends im Prinzip der Vorsorge auf: Während nämlich Prävention Schaden verhindern oder zumindest begrenzen will, zielt Nachhaltigkeit als Handlungsmodus darauf ab, »Prozesse andauern und möglichst ressourcenschonend wachsen zu lassen« (Kaufmann 2004: 180).

## Wellness

Das große Dach, unter dem sich vielfältige Praktiken der Herstellung subjektiver Nachhaltigkeit zusammenfassen lassen, heißt *Wellness*. Während in Europa bzw. insbesondere im deutschsprachigen Raum *Wellness* als eine Art »Sehnsuchtsformel« (Duttweiler 2016: 4) oder »Heterotopie des Wohlfühlens« (Mixa/Futscher 2006) firmiert und eng mit bestimmten Körperbehandlungen (z.B. Massage, Kosmetik) oder Praktiken (z.B. Sauna, Therme) assoziiert wird, fungiert *Wellness* in den USA allgemein als Oberbegriff für alle möglichen Formen der Gesundheitsprävention.

Als Bezeichnung stellt *Wellness* ein Amalgam aus dem englischen *well-being* und *fitness* dar und versucht vermeintlich Widersprüchliches in Übereinstimmung zu bringen: Gesundheit soll Spaß machen. Im *Wellness*-Konzept treffen sich veränderte Vorstellungen von Gesundheit einerseits und Genuss andererseits und formen gemeinsam etwas Neues: Das Genussvolle ist nicht mehr allein sündhafte Versuchung und das Gesunde nicht mehr reiner sinnenfeindlicher Verzicht. *Wellness* zielt vielmehr darauf ab, »Aktivitäten, die das langfristige Wohlfühlen fördern, als Vergnügen zu erleben. [...] *Wellness*-Vergnügen sind eher mit der Kunst der Balance und Mäßigung verbunden als mit exzessiver Verausgabung« (Greco 2004: 297).

Langfristigkeit und Gleichgewicht sind wesentliche Momente, in denen sich der Nachhaltigkeits- und der *Wellness*-Diskurs treffen – beiden geht es darum, Regenerationsprozesse auf Dauer zu stellen. Der zwar auf langfristiges Gleichgewicht ausgelegte,

sich allerdings vielmehr zyklisch vollziehende Konsum von Wellness-Produkten und Wellness-Dienstleistungen geschieht stets unter dem Vorzeichen, die eigene Funktionalität und Produktivität wiederherzustellen bzw. zu erhalten und zu einem aktiven Erfahren subjektiven Gleichgewichts zu finden – gewissermaßen einem bewussten Erleben subjektiver Nachhaltigkeit. Die Wellness-Industrie schafft dabei nicht nur immer wieder neue Konsumbedürfnisse und -anlässe in sich wiederholenden Kreisläufen aus Erschöpfung und Erholung, sondern konstituiert auch neue Subjekttypen, die in besonderer Weise für ihr körperliches Wohlbefinden und ihre Leistungsfähigkeit Sorge tragen. Gesundheit wird zum Projekt der vergnüglichen Maximierung des eigenen Humankapitals, wie es Monica Greco auf den Punkt bringt:

»Wellness-Konsumenten vergessen niemals, dass man morgens frisch sein muss, um seine Arbeit gut zu machen. Sie konsumieren im Bewusstsein, dass es die eigene Produktiv- und Konsumkraft zu erhalten gilt. Der Schlüssel zu diesem neuen Gleichgewicht liegt darin, neue Formen des Vergnügens zu erlernen und Askese für Konsumzwecke einzuspannen.« (Ebd.: 298)

Ebenso wie Nachhaltigkeit ist Wellness mittlerweile zu einer omnipräsenten moralischen Aufforderung geworden. Cederström und Spicer haben unlängst anhand eines reichen Panoramas von Beispielen ausbuchstabiert, was sie als neue »Wellness-Ideologie« (2016: 9) bezeichnen. Insbesondere für die Arbeitswelt führen sie den »neuen Geist des Kapitalismus« (Boltanski/Chiapello 2003) in seinen schillernden Facetten vor. Dieser manifestiert sich z.B. in sogenannten »Chief Happiness Officers«<sup>4</sup> bzw. »Feel Good Managern«<sup>5</sup>, die in eigener Funktion explizit zur Förderung des

4 | Siehe z.B. <https://www.welt.de/wirtschaft/karriere/article138604855/Gestatten-ich-bin-der-neue-Gluecksvorstand.html> (Zugriff am 02.08.2017).

5 | Siehe z.B. <https://goodplace.org/wo-feelgood-manager-ingesetzt-werden/> (Zugriff am 02.08.2017) oder <https://www.gruenderszene.de/allgemein/feelgood-manager> (Zugriff am 02.08.2017).

Wohlbefindens der Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen – und damit zugleich des Unternehmenserfolgs – engagiert sind. Unternehmenseigene Wellness-Programme (z.B. Beratung und Angebote rund um Fitness, Ernährung, Work-Life-Balance) sollen normalisierend zur Formung der Angestellten beitragen und sind insbesondere in den USA oft mit deren Krankenversicherung verbunden (Cederström/Spicer 2016: 49). Aber auch Arbeitsorganisation und Arbeitsplatzgestaltung wandeln sich zu vermeintlichen Instrumenten körperlicher Selbstsorge: Meetings werden zu »walking meetings« (ebd.: 50), die nicht nur die Fitness stärken, sondern auch als spontane Inspirationsquellen dienen sollen. Auch die Möglichkeiten zur Kontrolle von Arbeitnehmern und Arbeitnehmerinnen steigen – versteckt unter dem Vorzeichen des Imperativs zum »nachhaltigen Wohl-Fühlen«: So werden beispielsweise Apps eingesetzt, die bestimmte Aspekte der Lebensführung wie Schlaf, Ernährung oder sogar Emotionen (vgl. Pritz 2016) in Kombination mit der Leistungsperformance der Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen beobachten und bei der Feststellung von Abweichungen oder Problemen Coaching-Angebote auf den Plan rufen (Cederström/Spicer 2016: 136ff.).<sup>6</sup>

In der sogenannten Positiven Psychologie machen Cederström und Spicer (2016: 83ff.) einige der Grundannahmen aus, auf denen das neue Wellness-Paradigma beruht: Glück, Erfolg und Wohlbefinden seien Ergebnisse individueller Wahl und unabhängig von den jeweiligen Bedingungen. Die Verantwortung für das eigene Glück – und damit auch für das eigene Unglück – liegt demzufolge beim Individuum. Glück, Wellness und Nachhaltigkeit als moralische Forderung haben aber nicht nur entpolitisierende, sondern auch entsolidarisierende Wirkungen (vgl. ebd.: 42ff.). Chantal Mouffe (2007) konstatiert, dass in der gegenwärtigen postpolitischen Gesellschaft das Politische zunehmend im moralischen Register ausgetragen werde. Glück, Wellness und Nachhaltigkeit werden zu grundlegenden Kriterien dessen, was

---

**6** | Siehe z.B. die *Smartphone-App* »Kela Mental Resilience«, die gezielt im Unternehmenskontext Einsatz findet [www.soma-analytics.com/](http://www.soma-analytics.com/) (Zugriff am 02.08.2017).

als das ›richtige‹ Leben gilt. Daraus erwachsen neue symbolische Ordnungen sozialer Ungleichheit, die sich z.B. in der Diskriminierung all derjenigen sozialen Gruppen artikulieren, die sich diesen Imperativen entziehen oder ihnen schlicht nicht gerecht werden können (siehe den Beitrag von Sighard Neckel, Ökologische Distinktion).

## **Achtsamkeit**

Überall dort, wo von Vernutzung und Erschöpfung subjektiver Ressourcen die Rede ist, ist die Mahnung zu Achtsamkeit nicht weit. Dort, »wo die gestiegene öffentliche Berichterstattung über psychische Erkrankungen sich in Fragen der persönlichen Lebensgestaltung übersetzt« ist beinahe »reflexartig von Achtsamkeitsmeditation als einem zeitgemäßen Sinnangebot die Rede« (Nehring/Ernst 2013: 374). Achtsamkeit ist also nicht nur die Haltung, mit der das Subjekt einer Gesellschaft der Nachhaltigkeit seiner Umwelt gegenüberzutreten soll, sondern auch die Haltung, die es sich selbst und seinem subjektiven Ressourcenhaushalt gegenüber einnehmen muss.

Aus buddhistischen Traditionen entlehnt, hat das Konzept der Achtsamkeit vor allem seit den späten 1970er Jahren in westlichen Gesellschaften Verbreitung gefunden – und zwar stets in Hinblick auf die Krisen zunehmender Belastung und Erschöpfung. So hat der amerikanische Molekularbiologe Jon Kabat-Zinn seit Mitte der 1990er Jahre das Konzept einer »Mindfulness-Based Stress Reduction« entwickelt (z.B. Kabat-Zinn 2006) und Achtsamkeit somit als Strategie der dynamischen Anpassung an gesellschaftliche Bedingungen begründet, unter denen zunehmendes Stressempfinden zum Problem wird. Seitdem treibt die Achtsamkeits-Industrie bunte Blüten: Achtsamkeits-Apps und Ratgeberliteratur, Achtsamkeitstraining in Unternehmen, Bildungseinrichtungen, beim Militär, ja selbst in Gefängnissen (Purser/Loy 2013). Der ausufernde Achtsamkeits-Diskurs sei, so Cederström und Spicer (vgl. 2016: 34), eine seltsame Mischung aus östlicher Spiritualität, Selbsthilfe, Neurowissenschaften, Technikfetischismus und postmodernem Geschäftsjargon. Achtsamkeit verbindet sich

also gleich mit mehreren Entwicklungslinien gesellschaftlicher Modernisierung. Welche Eigenschaften des Achtsamkeits-Konzeptes und seiner westlichen Adaption aber sind es, die es für Praktiken und Strategien der Selbstsorge so attraktiv erscheinen lassen? Welche gesellschaftlichen Bedingungen machen seine Popularität möglich und mit welchen Implikationen und Effekten geht seine Verbreitung einher? Greta Wagner (2015) hat den »buddhistischen Geist« als neue Rechtfertigungsordnung des gegenwärtigen Kapitalismus skizziert: Achtsamkeitsübungen böten, in ihrer Aufforderung zu Gelassenheit angesichts steten Wandels und dem Glauben an das schier unerschöpfliche Potential des Selbst, nicht nur Ressourcen und Coping-Strategien, sondern auch ein metaphysisches Sinnangebot für die soziale Ordnung des flexiblen Netzwerkkapitalismus (vgl. ebd.: 13).

Unter Achtsamkeit wird dabei meist so etwas wie eine nicht-normative, ausschließlich beobachtende Haltung verstanden. Eigene Gedanken und Gefühle sollen im Zuge einer meditativen Praxis im Prozess ihrer Entstehung aus einer Perspektive zweiter Ordnung beobachtet und zugelassen werden, ohne sich von ihren Inhalten tangieren oder sich zu einer Bewertung hinreißen zu lassen. Ein wichtiger Grund für die Popularität von Achtsamkeit könnte also darin liegen, dass Achtsamkeit eine »selbstkorrigierende Lebensform – also eine alltäglich anwendbare Praxis der reflexiven Selbstkorrektur« (Nehring/Ernst 2013: 398) anbietet und damit eine subjektbezogene, eigenverantwortliche Anpassungsstrategie an disruptive gesellschaftliche Bedingungen sicherzustellen verspricht. Mit Achtsamkeit soll zunächst ein Prozess der beobachtenden Distanzierung und sodann ein Frei-Werden von als leidvoll und schädlich erachteten Bewusstseinszuständen erreicht werden. In der Achtsamkeitsbewegung aktueller Couleur scheint es um nichts weniger zu gehen als um eine Veränderung des emotional-affektiven Verhältnisses der Subjekte zu sich selbst. Das Subjekt soll über spezifische Praktiken der Meditation erlernen, seinen Gefühls Haushalt neu zu justieren. In dem Ziel, Unabhängigkeit von den eigenen Emotionen und den sie verursachenden äußeren Umständen zu erlangen, trifft sich das populäre Konzept der

Achtsamkeit mit anderen Formen gegenwärtig weit verbreiteten Emotionswissens, das auf der Vorstellung beruht, »dass Menschen ihre Gefühle selbst wählen könnten, wenn sie nur über bestimmte erlernbare Fertigkeiten verfügten« (Neckel 2005: 423). Im Achtsamkeits-Bestseller *Search inside yourself. Optimize dein Leben durch Achtsamkeit* (Tan 2015) wird beispielsweise propagiert, dass die Entwicklung emotionaler Intelligenz insbesondere über Strategien der Achtsamkeit gelingen könne. Der Autor Chade-Meng Tan versteht sein Buch als jenes Werk über die zentrale Verbindung von emotionaler Intelligenz und Achtsamkeit, das zu schreiben sein Vorbild und Mentor, Daniel Goleman, nie die Zeit gefunden habe. Goleman wiederum stellt im Vorwort zu Tans Buch fest, Chade-Meng Tan habe als ehemaliger Zuhörer einer seiner Vorträge brillant erkannt, »dass emotionale Intelligenz im Kern aus Selbsterkenntnis besteht und dass das beste geistige App dafür eine Methode der Geistes-schulung namens Achtsamkeit ist« (ebd.: 10). Das achtsame Subjekt ist also scheinbar eines, das sich über emotionale Intelligenz von Leid- und Krisenerfahrungen subjektiver Erschöpfung zu distanzieren bzw. in der Folge, diese erst gar nicht mehr zu empfinden vermag. Emotional intelligent und achtsam macht es sich gegenüber diesen Erfahrungen widerstandsfähig und *resilient*.

## Resilienz

Für eine Vielzahl heterogener Nachhaltigkeitsprobleme – gefährdete Ökosysteme, instabile Finanzmärkte, erschöpfte Subjekte – scheint es gegenwärtig eine Lösung zu geben: *Resilienz*. Darunter wird allgemein so viel verstanden wie »Widerstandsfähigkeit« bzw. genauer: »die Fähigkeit eines Materials, eines Systems, eines Organismus oder einer Person, nach deformierenden Erschütterungen, Störungen, Krisen oder Katastrophen in einen stabilen Zustand zurückzukehren« (Slaby 2016: 273). Der Begriff stammt ursprünglich aus der Werkstofflehre, findet aber mittlerweile in den unterschiedlichsten Feldern – von Psychologie und Gesundheitswissenschaften über Soziale Arbeit und Bildung bis hin zu

Ökologie und Geographie – Verwendung (für einen Überblick vgl. Wink 2016).

Resiliente Subjekte zeichnen sich gegenüber nicht-resilienten Subjekten dadurch aus, dass sie über spezifische schützende Ressourcen und Strategien im Umgang mit widrigen Bedingungen verfügen:

»Dank der Resilienz hält der Mensch einiges aus: Schicksalsschläge, schwere Krisen und Krankheiten, Folter, Missbrauch, persönliche Katastrophen, wie den Verlust seines Jobs oder – schlimmer – den eines geliebten Menschen. Wir alle reagieren unterschiedlich darauf. Aber manche Menschen können damit einfach besser umgehen. Sie sind zäh und widerstandsfähig – Stehaufmännchen im Wortsinn und ausgestattet mit eben dieser entscheidenden Eigenschaft: Resilienz.« (Mai 2016)

Wenn Krisen unvermeidbar scheinen, so legt es der Resilienz-Diskurs nahe, hilft offenbar nur eines: die Krisenbewältigungsfähigkeit stärken. In dieser Anerkennung ubiquitärer Krisenanfälligkeit und Vulnerabilität artikuliert sich im Resilienz-Konzept ein allgemeiner »Paradigmenwechsel im Umgang mit Unsicherheit, der als Übergang von einer faktorenorientierten Beseitigung von Unsicherheit hin zu einer Akzeptanz von Unsicherheitspotenzialen [...] charakterisiert werden kann« (Bonß 2015: 16). Hier zeigt sich auch eine entscheidende Differenz zum Handlungsmodus der Prävention: Prävention will Krisen durch gegenwärtiges Handeln verhindern oder sie zumindest abfedern; Resilienz hingegen will helfen, die weder als verhinderbar noch als vorhersehbar betrachteten Krisen in Zukunft besser bewältigen zu können – »vorgebeugt wird nicht den Krisen- und Katastrophenereignissen selbst, sondern ihren destabilisierenden und zerstörerischen Effekten« (Bröckling 2017: 3). Resilienz meint die Vorbereitung auf drohende Katastrophen, nicht deren Verhinderung.

Was sich anhand des Resilienz-Diskurses beobachten lässt, ist also ein Phänomen radikaler Entpolitisierung und Subjektivierung von Krisenmanagement: In dem Maße, in dem die Bedingungen, die Krisen auf verschiedenen Ebenen erzeugen, zunehmend schwer kontrollier- oder veränderbar erscheinen, müssen

die Subjekte selbst krisenfest gemacht werden, als Bollwerke subjektiver Resilienz inmitten allgegenwärtiger Krisengewitter fungieren. Und die »krisenfeste Persönlichkeit hat (idealerweise) keinen Bedarf, das System zu verändern, sie verändert sich selbst – und dies permanent« (Graefe 2016: 47). Das bedeutet jedoch auch: Wenn Resilienz als eine Art »Immunsystem des Subjekts« operieren soll, ist dieses geradezu auf Krisen angewiesen. Anders ausgedrückt: Man muss Krisen ausgesetzt sein, um sie – möglicherweise – bewältigen lernen zu können.

Interessanterweise begegnet uns hier einmal mehr Achtsamkeit als Technik, durch die sich das resiliente Subjekt selbst herstellen und für seine subjektive Nachhaltigkeit sorgen soll. So lautet der Titel eines populären Ratgebers denn auch *Der achtsame Weg zu Resilienz und Wohlbefinden* (Graham 2014), der – unter Rückgriff auf neurowissenschaftliche Erkenntnisse – dazu anleiten will, »wie wir unser Gehirn neu verdrahten« (ebd.) können.

## NACHHALTIGKEIT ALS SUBJEKTIVIERUNGSPROGRAMM

Aus der hier dargestellten Perspektive einer Subjektivierung von Nachhaltigkeit ergeben sich zahlreiche weiterführende Fragen: Die erste betrifft das Verhältnis von Formen einer Subjektivierung von Nachhaltigkeit zu Formen neoliberaler Subjektivierung, wie sie unter anderem von den Gouvernementalitätsstudien beschrieben worden sind (z.B. Bröckling et al. 2000). Artikuliert sich in den Subjektidealen und Selbststeuerungsformen einer Gesellschaft der Nachhaltigkeit etwas wesentlich anderes als in denen der Gesellschaft des Neoliberalismus? Kommt es zu einer Modernisierung im Sinne einer *Erneuerung* von Formen neoliberaler Subjektivierung oder findet hier tatsächlich eine Transformation im Sinne einer *Überwindung* derselben statt? Oder gehen beide vielleicht eine hybride, möglicherweise sogar paradoxe Verbindung ein? Zweitens ließe sich die Frage stellen, ob die Subjektideale einer Gesellschaft der Nachhaltigkeit überhaupt für alle Individuen gleichermaßen gelten oder ob sich

nicht sozialstrukturell und (sub-)kulturell jeweils unterschiedliche Arten der Aneignung oder auch Zurückweisung dieser Subjektideale identifizieren lassen (siehe die Beiträge von Sighard Neckel und Moritz Boddenberg). Ein dritter Themenkomplex betrifft Fragen der Methodologie: So wurde an vielen Studien zur Subjektivierung aus praxistheoretischer Perspektive die Kritik geübt, sie fokussierten bislang fast ausschließlich diskursive Subjektentwürfe und -ideale und schenkten den konkreten Praktiken zu wenig Aufmerksamkeit (vgl. etwa Alkemeyer et al. 2013b: 14). In kulturelle Diskurse und Programme eingelassene normative Subjektideale hätten bislang mehr Beachtung gefunden als Praktiken des »doing subjects« (Reckwitz 2016) selbst. »Spannungen oder auch Widersprüche zwischen diskursiven ›Ansprüchen‹ und empirischer ›Wirklichkeit‹ lassen sich jedoch ausschließlich dann entdecken«, monieren Alkemeyer et al. (2013b: 14) zu Recht, »wenn die Praktiken der Subjektivierung in den Blick genommen werden«. Allerdings darf eine Berücksichtigung von ›Diskurs-Praxis-Übersetzungen‹ nicht zu dem Kurzschluss führen, nur noch auf die Wirkungsweise kultureller Diskurse und Programme zu schauen; es muss stets auch deren wirklichkeitskonstituierende Macht im Blick bleiben (vgl. Bröckling et al. 2004: 12). Kulturelle Programme der Selbststeuerung und die in sie eingelassenen Subjektfiguren mögen sich nicht eins zu eins in die Praxis übertragen, allerdings liefern sie bestimmte Deutungsangebote der Wirklichkeit und stecken den Rahmen dafür ab, wie Subjekte sich selbst und ihre Umwelt wahrnehmen, wohin sie ihre Aufmerksamkeit richten, was sie als Problem ansehen und welche Problemlösungsstrategien und Handlungsmodi sie verfolgen.

Eine Perspektive, die Momente der Subjektivierung von Nachhaltigkeit in den Fokus rückt, kann zeigen, wie sich gesellschaftliche Leitbegriffe bis in die Subjekte selbst hineinvermitteln, wie sich die Signatur einer Zeit auch an den Subjekten ablesen lässt. Nachhaltigkeit stellt nicht nur ein allgemeines gesellschaftspolitisches Entwicklungsziel dar, sondern fungiert darüber hinaus als Subjektivierungsprogramm. Überall dort, wo von Nachhaltigkeit die Rede ist, schwingen auch Vorstellungen darüber

mit, wie sich nachhaltigkeitsbewusste Subjekte verhalten und mit ihrer Umwelt – aber eben auch mit sich selbst – umgehen sollen.

## LITERATUR

- Alkemeyer, Thomas/Budde, Gunilla/Freist, Dagmar (Hg.) (2013a): Selbst-Bildungen. Soziale und kulturelle Praktiken der Subjektivierung, Bielefeld: transcript.
- Alkemeyer, Thomas/Budde, Gunilla/Freist, Dagmar (2013b): Einleitung, in: Thomas Alkemeyer, Gunilla Budde und Dagmar Freist (Hg.), Selbst-Bildungen. Soziale und kulturelle Praktiken der Subjektivierung, Bielefeld: transcript, 9-30.
- Arbeitsgruppe SubArO (Hg.) (2005): Ökonomie der Subjektivität – Subjektivität der Ökonomie, Berlin: Edition Sigma.
- Barth, Thomas/Jochum, Georg/Littig, Beate (2016a): Einleitung, in: Thomas Barth, Georg Jochum und Beate Littig (Hg.), Nachhaltige Arbeit. Soziologische Beiträge zur Neubestimmung der gesellschaftlichen Naturverhältnisse, Frankfurt a.M.: Campus, 13-29.
- Barth, Thomas/Jochum, Georg/Littig, Beate (2016b): Nachhaltige Arbeit und gesellschaftliche Naturverhältnisse. Theoretische Zugänge und Forschungsperspektiven, in: Thomas Barth, Georg Jochum und Beate Littig (Hg.), Nachhaltige Arbeit. Soziologische Beiträge zur Neubestimmung der gesellschaftlichen Naturverhältnisse, Frankfurt a.M.: Campus, 311-352.
- Boltanski, Luc/Chiapello, Ève (2003): Der neue Geist des Kapitalismus, Konstanz: UVK.
- Bonß, Wolfgang (2015): Karriere und sozialwissenschaftliche Potenziale des Resilienzbegriffs, in: Martin Endreß und Andrea Maurer (Hg.), Resilienz im Sozialen. Theoretische und empirische Analysen, Wiesbaden: Springer VS, 15-31. DOI: [https://doi.org/10.1007/978-3-658-05999-6\\_2](https://doi.org/10.1007/978-3-658-05999-6_2)
- Bröckling, Ulrich (2007): Das unternehmerische Selbst. Soziologie einer Subjektivierungsform, Frankfurt a.M.: Suhrkamp.

- Bröckling, Ulrich (2013): Der Mensch als Akku, die Welt als Hamsterrad. Konturen einer Zeitkrankheit, in: Sighard Neckel und Greta Wagner (Hg.), *Leistung und Erschöpfung. Burnout in der Wettbewerbsgesellschaft*, Berlin: Suhrkamp, 179-200.
- Bröckling, Ulrich (2017): Resilienz. Über einen Schlüsselbegriff des 21. Jahrhunderts. Online verfügbar unter <https://soziopolis.de/daten/kalenderblaetter/beobachten/kultur/artikel/resilienz/>, zuletzt geprüft am 03.08.2017.
- Bröckling, Ulrich/Krasmann, Susanne/Lemke, Thomas (Hg.) (2000): *Gouvernementalität der Gegenwart. Studien zur Ökonomisierung des Sozialen*, Frankfurt a.M.: Suhrkamp.
- Bröckling, Ulrich/Krasmann, Susanne/Lemke, Thomas (2004): Einleitung, in: Ulrich Bröckling, Susanne Krasmann und Thomas Lemke (Hg.), *Glossar der Gegenwart*, Frankfurt a.M.: Suhrkamp, 9-16.
- Butler, Judith (2002): *Psyche der Macht. Das Subjekt der Unterwerfung*, Frankfurt a.M.: Suhrkamp.
- Carlowitz, Hannß Carl von (2000): *Sylvicultura oeconomica. Anweisung zur wilden Baum-Zucht*. Bearbeitet von Klaus Irmer und Angela Kießling, mit einer Einleitung von Ulrich Grober, Freiberg: TU Bergakademie.
- Cederström, Carl/Spicer, André (2016): *Das Wellness-Syndrom. Die Glücksdoktrin und der perfekte Mensch*, Berlin: Verlag Klaus Bittermann.
- Duttweiler, Stefanie (2016): Nicht neu, aber bestmöglich. Alltägliche (Selbst)Optimierung in neoliberalen Gesellschaften. Bundeszentrale für politische Bildung. Online verfügbar unter <http://m.bpb.de/apuz/233468/nicht-neu-aber-bestmoeglich-alltaegliche-selbstoptimierung-in-neoliberalen-gesellschaften>, zuletzt geprüft am 30.11.2016.
- Ehrenberg, Alain (2004): *Das erschöpfte Selbst. Depression und Gesellschaft in der Gegenwart*, Frankfurt a.M./New York: Campus.
- Foucault, Michel (1994): *Schriften in vier Bänden. Dits et Écrits, I-IV* (hg. von Daniel Defert und Francois Ewald), Frankfurt a.M.: Suhrkamp.

- Gelhard, Andreas/Alkemeyer, Thomas/Ricken, Norbert (Hg.) (2013): *Techniken der Subjektivierung*, München: Fink.
- Goleman, Daniel (1995): *Emotional Intelligence. Why It Can Matter More Than IQ*, New York: Bantam Books.
- Goleman, Daniel (2012): *Ökologische Intelligenz. Wer umdenkt, lebt besser*, München: Knauer.
- Graefe, Stefanie (2016): Grenzen des Wachstums? Resiliente Subjektivität im Krisenkapitalismus, in: Oliver Decker und Dennis Eversberger (Hg.), *Psychosozial 143: Postwachstumsgesellschaft – Subjektivität – Demokratie*, Jg. 39, Nr. 1, 39-50.
- Graham, Linda (2014): *Der achtsame Weg zu Resilienz und Wohlbefinden. Wie wir unser Gehirn vor Stress und Burn-out schützen können*, Freiburg i.Br.: Arbor.
- Greco, Monica (2004): Wellness, in: Ulrich Bröckling, Susanne Krasmann und Thomas Lemke (Hg.), *Glossar der Gegenwart*, Frankfurt a.M.: Suhrkamp, 293-299.
- Haubl, Rolf (2013): Burnout – Diskurs und Metaphorik, in: Sigward Neckel und Greta Wagner (Hg.), *Leistung und Erschöpfung. Burnout in der Wettbewerbsgesellschaft*, Berlin: Suhrkamp, 165-178.
- Honneth, Axel (2002): Organisierte Selbstverwirklichung. Paradoxien der Individualisierung, in: Axel Honneth (Hg.), *Befreiung aus der Mündigkeit. Paradoxien des gegenwärtigen Kapitalismus*, Frankfurt/New York: Campus.
- Kabat-Zinn, Jon (2006): *Gesund durch Meditation. Das große Buch der Selbstheilung*, Frankfurt a.M.: Fischer.
- Kaufmann, Stefan (2004): Nachhaltigkeit, in: Ulrich Bröckling, Susanne Krasmann und Thomas Lemke (Hg.), *Glossar der Gegenwart*, Frankfurt a.M.: Suhrkamp, 174-181.
- Kocyba, Hermann (2000): Der Preis der Anerkennung. Von der tayloristischen Missachtung zur strategischen Instrumentalisierung der Subjektivität von Arbeitenden, in: Ursula Holtgrewe (Hg.), *Anerkennung und Arbeit*, Konstanz: UVK, 127-140.
- Lohr, Karin (2003): Subjektivierung von Arbeit. Ausgangspunkt einer Neuorientierung der Industrie- und Arbeitssoziologie,

- in: Berliner Journal für Soziologie, Jg. 13, Nr. 4, 511-529. DOI: <https://doi.org/10.1007/BF03204689>
- Mai, Jochen (2016): Resilienz lernen. Krisen besser meistern. Online verfügbar unter <http://karrierebibel.de/resilienz/>, zuletzt geprüft am 18.12.2016.
- Mixa, Elisabeth/Futscher, Edith (2006): Heterotopien des Wohlfühlens. Analysen und Thesen zu Wellness, in: Birgit Sauer und Eva-Maria Knoll (Hg.), Ritualisierung von Geschlecht, Wien: WUV, 181-200.
- Moldaschl, Manfred/Voß, Günter G. (Hg.) (2002): Subjektivierung von Arbeit. Arbeit, Innovation und Nachhaltigkeit, München/Mering: R. Hampp.
- Mouffe, Chantal (2007): Über das Politische. Wider die kosmopolitische Illusion, Frankfurt a.M.: Suhrkamp.
- Neckel, Sighard (2005): Emotion by Design. Das Selbstmanagement der Gefühle als kulturelles Programm, in: Berliner Journal für Soziologie, Jg. 15, Nr. 3, 419-430. DOI: <https://doi.org/10.1007/s11609-005-0208-1>
- Neckel, Sighard/Wagner, Greta (Hg.) (2013a): Leistung und Erschöpfung. Burnout in der Wettbewerbsgesellschaft, Berlin: Suhrkamp.
- Neckel, Sighard/Wagner, Greta (2013b): Erschöpfung als »schöpferische Zerstörung«. Burnout und gesellschaftlicher Wandel, in: Sighard Neckel und Greta Wagner (Hg.), Leistung und Erschöpfung. Burnout in der Wettbewerbsgesellschaft, Berlin: Suhrkamp, 203-217.
- Neckel, Sighard/Wagner, Greta (2014): Burnout. Soziales Leiden an Wachstum und Wettbewerb, in: WSI-Mitteilungen, Jg. 67, Nr. 7, 536-542.
- Nehring, Andreas/Ernst, Christoph (2013): Populäre Achtsamkeit. Kulturelle Aspekte einer Meditationspraxis zwischen Präsenzerfahrung und implizitem Wissen, in: Christoph Ernst (Hg.), Präsenz und implizites Wissen. Zur Interdependenz zweier Schlüsselbegriffe der Kultur- und Sozialwissenschaften, Bielefeld: transcript, 373-401.

- Pritz, Sarah Miriam (2016): Mood Tracking. Zur digitalen Selbstvermessung der Gefühle, in: Stefan Selke (Hg.), *Lifeloggung. Digitale Selbstvermessung und Lebensprotokollierung zwischen disruptiver Technologie und kulturellem Wandel*, Wiesbaden: Springer VS, 127-150. DOI: [https://doi.org/10.1007/978-3-658-10416-0\\_6](https://doi.org/10.1007/978-3-658-10416-0_6)
- Purser, Ron/Loy, David (2013): Beyond McMindfulness, in: *Huffington Post*, 07.01.2013. Online verfügbar unter [www.huffingtonpost.com/ron-purser/beyond-mcmindfulness\\_b\\_3519289.html](http://www.huffingtonpost.com/ron-purser/beyond-mcmindfulness_b_3519289.html), zuletzt geprüft am 04.09.2017.
- Ray, Paul H./Anderson, Sherry Ruth (2000): *The Cultural Creatives. How 50 million People Are Changing the World*, New York: Three Rivers Press.
- Reckwitz, Andreas (2016): Doing subjects. Die praxeologische Analyse von Subjektivierungsformen, in: Ders., *Kreativität und soziale Praxis. Studien zur Sozial- und Gesellschaftstheorie*, Bielefeld: transcript, 67-81.
- Reckwitz, Andreas (2017): Subjektivierung, in: Robert Gugutzer, Gabriele Klein und Michael Meuser (Hg.), *Handbuch Körpersoziologie. Band 1: Grundbegriffe und theoretische Perspektiven*, Wiesbaden: Springer VS, 125-130.
- Rees, William/Wackernagel, Mathis (1994): Ecological Footprints and Appropriated Carrying Capacity. Measuring the Natural Capital Requirements of the Human Economy, in: AnnMari Jansson, Monica Hammer und Robert Constanza (Hg.), *Investing in Natural Capital. The Ecological Economics Approach to Sustainability*, Washington, D.C: Island Press, 362-390.
- Saar, Martin (2013): Analytik der Subjektivierung. Umriss eines Theorieprogramms, in: Andreas Gelhard, Thomas Alkemeyer und Norbert Ricken (Hg.), *Techniken der Subjektivierung*, München: Fink, 17-27.
- Schroer, Markus (2008): Individualisierung, in: Nina Baur et al. (Hg.), *Handbuch Soziologie*, Wiesbaden: VS Verlag, 139-161. DOI: [https://doi.org/10.1007/978-3-531-91974-4\\_7](https://doi.org/10.1007/978-3-531-91974-4_7)
- Sieben, Barbara (2007): *Management und Emotionen. Analyse einer ambivalenten Verknüpfung*, Frankfurt a.M.: Campus.

- Slaby, Jan (2016): Kritik der Resilienz, in: Frauke A. Kurbacher und Philipp Wüschner (Hg.), Was ist Haltung? Begriffsbestimmung, Positionen, Anschlüsse, Würzburg: Königshausen & Neumann, 273-298.
- Tan, Chade-Meng (2015): Search Inside Yourself. Optimierte dein Leben durch Achtsamkeit, München: Goldmann.
- Voß, Günter G./Pongratz, Hans J. (1998): Der Arbeitskraftunternehmer. Eine neue Grundform der ›Ware Arbeitskraft‹, in: Kölner Zeitschrift für Soziologie und Sozialpsychologie, Jg. 50, Nr. 1, 131-158.
- Voß, Günter G./Weiß, Cornelia (2013): Burnout und Depression – Leiterkrankungen des subjektivierten Kapitalismus oder: Worum leidet der Arbeitskraftunternehmer?, in: Sighard Neckel und Greta Wagner (Hg.), Leistung und Erschöpfung. Burnout in der Wettbewerbsgesellschaft, Berlin: Suhrkamp, 29-57.
- Wagner, Greta (2015): Arbeit, Burnout und der buddhistische Geist des Kapitalismus, in: Ethik und Gesellschaft, Nr. 2, 1-18.
- WCED (1987): Our Common Future, Oxford/New York: Oxford University Press.
- Wink, Rüdiger (Hg.) (2016): Multidisziplinäre Perspektiven der Resilienzforschung. Wiesbaden: Springer. DOI: <https://doi.org/10.1007/978-3-658-09623-6>