

Dysregulationen

Über die Zeitlichkeit des Leibes und die Möglichkeit ihrer Störung¹

Philipp Schmidt

1. Vorbemerkung: Die Komplexität der Zeitigung des Bewusstseinslebens und die Frage nach der Zeitlichkeit des Leibes

Es hat einige Jahrhunderte gedauert, bis die strenge Trennung von Geist und Körper, die Descartes am Anfang der Neuzeit begrifflich fixiert hatte, neu verhandelt werden konnte. Die Probleme, die bereits frühzeitig als zusammenhängend mit dem Dualismus von *res cogitans* und *res extensa* erkannt wurden, haben für eine lange Zeit den Nährboden für eine Vielfalt an unterschiedlichen philosophischen Positionen, Schulen und gar Epochen geliefert. Noch heute erhitzt das Verhältnis von Leib und Seele die philosophischen Gemüter unterschiedlichster paradigmatischer und – damit oftmals einhergehend – disziplinärer Provenienz.

Allerdings scheint sich in den letzten Dekaden eine geteilte Einsicht gleichsam als Zentrum eines Gravitationsfeldes in der aktuellen Debatte um die Stellung des Leibes etabliert zu haben. Unter dem Stichwort *Embodiment* wird auf den Umstand hingewiesen, dass Bewusstsein und Denken, mithin Subjektivität im Allgemeinen, wesensmäßig nicht von leiblichen Strukturen zu trennen sind.

Nun ist diese Erkenntnis nicht neu. Nicht nur hat bspw. sogar schon der späte Kant die Bedeutung des Leibes für die Möglichkeit von Erfahrung entdeckt oder haben Denker wie Schopenhauer und Nietzsche den Leib als unhintergehbare Voraussetzung für das menschliche Leben beschrieben, vor allem die Phänomenologie – ins-

¹ Dieser Beitrag ist im Rahmen des FWF-Projekts »Bodytime« (P 26110-G15) an der Karl-Franzens-Universität Graz und mit Unterstützung der Forschungsgruppe HERAF (Hermenéutica y Antropología Fenomenológica H69) der Universität Zaragoza (Spanien), finanziert durch das Gobierno de Aragón und dem Fondo Europeo de Desarrollo Regional, entstanden.

besondere im Ausgang von Husserl und Merleau-Ponty – untersucht seit der ersten Hälfte des 20. Jahrhunderts den Leib in Hinsicht auf seine Konstitutionsleistung für verschiedene Bereiche des subjektiven Vollzugs.

Neu an dem aktuellen Diskurs über die wesensmäßige Leiblichkeit des Daseins ist, dass die durchaus unterschiedlich gearteten Untersuchungen ihrer zahlreichen Facetten zu einem großen Teil an einem gemeinsamen Schauplatz – an der Schnittstelle zwischen Kognitionswissenschaften und Philosophie sowie anderen Humanwissenschaften – vorgenommen werden. Neu ist auch, dass sich als Konsequenz des Dialogs unterschiedlicher Paradigmen, die hierbei im Spiel sind, ein sehr fein ausdifferenzierter Blick auf den Leib und den leiblichen Vollzug etabliert hat. Dem entspricht auf der einen Seite eine Vielzahl begrifflicher Unterscheidungen, die die verschiedenen Aspekte der Leiblichkeit – z. B. leibliche Strukturen in der Gegenstandswahrnehmung, das eigene Körperschema oder der eigene Körper als Objekt – betreffen. Auf der anderen Seite ist hiermit verbunden, dass die umfassende Fülle unterschiedlicher zentraler Dimensionen des menschlichen Daseins in ihrer Rückgebundenheit an oder Bezogenheit auf Leiblichkeit in den Blick genommen werden, wie etwa *Selbstbewusstsein* (Colombetti 2011; Legrand 2007), *Identität* (Fuchs 2016), *Wahrnehmung* (Gallagher/Zahavi 2012, Kap. 7) oder *Emotionen* und *Affektivität* (Colombetti 2011; Fuchs/Koch 2014; Slaby 2008) – um nur einige wenige Beispiele zu nennen.

Ein Aspekt, der im Vergleich zu anderen bislang nur in einem geringen Ausmaß Berücksichtigung gefunden hat, ist die Zeitlichkeit. Ein Grund hierfür dürfte wohl in dem cartesianischen Erbe liegen, den Leib *qua* ausgedehnten Körper primär mit dem Raum zu assoziieren. Wird der Leib zunächst nur als Objekt, genauer in humanbiologischer Weise, aufgefasst, so stellt sich die Frage nach der Zeitlichkeit des Leibes als Erforschung z. B. circadianer Rhythmen oder der natürlichen Entwicklung und Alterung des menschlichen Körpers. Derlei Untersuchungen unter Berücksichtigung ihrer korrelativen Niederschläge auf der subjektiven Erlebensseite sind so alt wie die Wissenschaften vom Menschen.

Mit der Einsicht aber, dass der Leib nicht nur ein zufälliges Korrelat des menschlichen Bewusstseins, insofern Letzteres für die Dauer seiner Existenz verkörpert ist, darstellt, sondern dass Leiblichkeit formal-notwendiges Strukturmerkmal von Bewusstsein selbst ist, treten neue Fragen im Kontext der Zeitlichkeit des Leibes auf. Spätestens

mit Kant, vor allem aber etabliert seit Husserls Analysen des inneren Zeitbewusstseins als unterste Schicht des Erlebens, galt die Zeit als die Form von Erfahrung und Bewusstsein, von subjektivem Vollzug schlechthin. Wird nun Leiblichkeit als formale Bedingung von Letzterem betrachtet, so kommt unmittelbar die Frage auf, wie sich Leiblichkeit als eine *formal-konstitutive* Bedingung von Subjektivität und Bewusstsein zu der grundlegenden *Form* von Subjektivität und Bewusstsein, der Zeit, verhält.

Dabei sind wiederum ganz unterschiedliche Fragerichtungen möglich. So lässt sich untersuchen, inwiefern leiblich-räumliche Strukturen überhaupt von subjektiv-zeitlichen Strukturen getrennt werden können oder ob beide nicht, der grundsätzlichen leiblichen Verfasstheit von Subjekt und Bewusstsein eingedenk, gleichursprünglich sind. (Summa 2014) Auch ließe sich beleuchten, wie leibliche Strukturen gewisse Phänomene des Erlebens und Bewusstseins möglich machen, die als genuin oder wesentlich zeitliche verstanden werden, wie etwa Erinnerung. (Koch u.a. 2014) Oder aber es wird die Frage gestellt, welchen Zeitcharakter das Leibhaben des Menschen hat, d.h. inwiefern Leibhaben ein Zeithaben bedeutet und in welche Zeit das Leibsein des Menschen fällt. (Pöltner 2016; Esterbauer 2012)

In meinem Beitrag möchte ich die Zeitlichkeit des Leibes in einer – im Vergleich zu den genannten – etwas anderen Hinsicht beleuchten, die ich nun anhand der zurecht häufig bemühten Metapher des Bewusstseinsflusses erläutern möchte. Mein Ausgangs- und auch letzter Bezugspunkt ist nämlich – dies teile ich mit den genannten Ansätzen – die Erfahrung des subjektiven Vollzugs. Mein Interesse ist also ebenfalls ein phänomenologisches. Mit der Frage nach der Zeitlichkeit des subjektiven Vollzuges kommt ein komplexer Zeitigungsprozess in den Blick. Dieser Zeitigungsprozess besteht zwar nur aus *einem* gesamten Bewusstseinsfluss, umfasst aber eine Vielzahl unterschiedlicher Ströme und Strömungen. Während ich an diesem Text arbeite und notwendigerweise meinen Fokus auf die zu ordnenden und niederzuschreibenden Gedanken lege, erschöpft sich mein Bewusstsein keineswegs in den damit zusammenhängenden Bewusstseinsinhalten. Parallel zu dem Ablauf verschiedener Gedanken, die meinen zu verfassenden Artikel betreffen, ist mein Bewusstseinsfluss u.a. auch von den Geräuschen der Gastherme im Hintergrund, meinem schmerzenden Rücken und dem sich langsam aufbauenden Hungergefühl bestimmt. Zudem kommen in mir in unregelmäßigen

Abständen mentale Bilder auf. So denke ich an das schöne Treffen mit meinen Freunden am letzten Wochenende und spüre vielleicht eine gewisse Traurigkeit darüber, dass ihr nächster Wien-Besuch wohl erst wieder im kommenden Jahr möglich sein wird. Gleichzeitig spüre ich den Druck der Abgabefrist für meinen Beitrag, der, als Gegenkraft fungierend, die Traurigkeit so in Schach hält, dass ich konzentriert weiterarbeiten kann. Diese ganze Episode, die immer noch stark vereinfacht dargestellt ist, ist eingebettet in größeren Erlebniskomplexen, wie etwa die Gesamtprägung meines aktuellen Erlebens aufgrund eines grippalen Infekts, welcher mich seit letzter Woche begleitet oder die aktuelle Phase meines Lebens, seitdem ich in diese Wohnung gezogen bin. Alle damit zusammenhängenden Erlebnisse stellen also Ströme des einen, nämlich meines, Bewusstseinsflusses dar.

Mit der Zeitlichkeit des Leibes möchte ich nun einen bestimmten Aspekt dieses gesamten Zeitigungsprozesses beleuchten. Dabei kommt die oben genannte Mehrdimensionalität des Leibes erneut zum Tragen. Das leibliche, immer wiederkehrende Hungergefühl tritt mehr oder weniger rhythmisch auf und fließt in den gesamten Erlebniskomplex ein. Es kann als einzelner Teilstrom eine ganze Weile neben z.B. meinem zunächst noch davon ungestörten Denk- und Schreibprozess bestehen. Seine Zeitigungsstruktur kann sich aber auch auf andere Bereiche des einen Bewusstseinsflusses, ja gar auf den gesamten ausweiten. So vermag die Ungeduld des Hungers den gesamten Zeitigungsprozess meines Erlebens einzunehmen und strukturell meinen Gedankenablauf zu bestimmen. Auch in meiner Schreibhaltung könnte ich ungeduldig werden und einen Drang in mir nach Abschluss des laufenden Gedankenganges spüren.

In meinem Beitrag möchte ich allerdings einen Zeitigungsprozess des Leibes in den Blick nehmen, welcher als solcher üblicherweise unthematisch im Hintergrund der erlebenden Aufmerksamkeit verbleibt und das Leibsein in seinem alltäglichen Vollzug in der Welt betrifft. Es geht hierbei um jene Zeitlichkeit, die allem leiblichen Bewusstsein und Verhalten, ja gar Leibsein und Leibhaben, strukturell zugrunde liegt.

Nun denkt man bei einer solch fundamentalen Zeitstruktur womöglich zunächst an eine, die alle Erlebnisse trägt, also eine Zeitigung, die verschiedene Erlebnisse – ihrem Ablauf nach von unterschiedlichster Art – in dem einen Bewusstseinsfluss vereint. Husserl hat mit seinen Analysen des inneren Zeitbewusstseins einen Ansatz

für eine solche absolut grundlegende Zeitlichkeit vorgelegt. (Hua 10)² Alles Bewusstsein gründet ihm zufolge in einem ursprünglichen Zeitfeld, das durch die drei nicht-unabhängigen Momente der Retention, der Urimpression und der Protention aufgespannt wird. Dabei ist mit Retention das *Soeben-Vergangene*, mit der Urimpression das *Aktuell-Gegebene* und der Protention das aufgrund vergangener Erfahrung und dem aktuell Gegebenen erwartete *Bevorstehend-Kommende* gemeint.

Ich möchte der Annahme, dass dies die grundlegende Zeitform, durch welche alle Erlebnisse strukturiert und in dem einen, nämlich meinem, Bewusstseinsfluss vereint sind, nicht widersprechen. Allerdings stellt sich die Frage, inwieweit sich die unterschiedlichen Dimensionen des subjektiven Vollzugs und die damit verbundenen unterschiedlichen Zeitigungsprozesse, die sich in den einen Vorgang meines Bewusstseinsflusses einschreiben, strukturell in jener grundlegenden Zeitform erschöpfen. Husserl hatte zudem im Kontext der Objektwahrnehmung einige Gesetzmäßigkeiten beschrieben, auf deren Grundlage sich passiv ein Objekt konstituiert. Auch hier ist es fraglich, ob diese Gesetzmäßigkeiten – ich werde sie weiter unten noch erläutern – so fundamental sie auch sein mögen, ausreichen, um alle Zeitigungsprozesse des subjektiven Vollzugs zu verstehen oder ob nicht vielmehr noch weitere Gesetzmäßigkeiten existieren, die in der Konstitution komplexerer Zeitigungsphänomene zum Tragen kommen.

Letzteres möchte ich in der Tat behaupten und dabei Gesetzmäßigkeiten in den Blick nehmen, die der genuinen Zeitlichkeit des Leibes entsprechen. Hierbei beziehe ich mich auf das Konzept der *leiblichen Protentionalität*, welches Behnke (2009) im Anschluss an Husserls Zeittheorie beschrieben hat. Das Ziel meines Beitrags ist hierbei nicht nur das Verhältnis einer genuinen Zeitlichkeit der Leiblichkeit zu anderen Zeitigungsprozessen des Bewusstseinslebens zu bestimmen, sondern auch die Möglichkeit einer Störung der Zeitlichkeit des Leibes zu untersuchen. Dabei werde ich argumentieren, dass die Betrachtung der Gesetzmäßigkeiten der leiblichen Zeitigung ein besseres Verständnis des Burnout-Syndroms, das auch als *Zeitkrankheit* (Abraham 2016; Grabe 2012) bezeichnet wird, ermöglicht.

² Im Folgenden werden die Werke von Edmund Husserl gemäß der Gesamtausgabe »Husserliana: Edmund Husserl Gesammelte Werke« mit der Abkürzung »Hua« und der jeweiligen Bandnummer angegeben.

Zunächst werde ich 1. einige Einsichten von Husserls Zeitanalysen erläutern, die für ein Verständnis leiblicher Zeitlichkeit zentral sind, 2. anhand Behnkes Konzept der leiblichen Protentionalität die Besonderheiten der leiblichen Zeitigung herausarbeiten, 3. das Verhältnis von leiblicher Zeitigung zu anderen Zeitigungsprozessen des Bewusstseinsflusses beleuchten und 4. die Möglichkeit der Störung leiblicher Zeitigung im Kontext des Burnout-Syndroms untersuchen.

2. Husserls Zeitanalysen als Ausgang für Behnkes Konzept der leiblichen Protentionalität

Husserls Zeitanalysen, auf die Behnkes Konzept der leiblichen Protentionalität aufbaut, hatten das Ziel, den Ursprung der Zeit aus phänomenologischer Perspektive zu beleuchten und verständlich zu machen. Die Frage war somit, wie Zeitbewusstsein ursprünglich konstituiert ist. (Hua 10, S. 8–10) Mit anderen Worten, welche Strukturmomente Zeitbewusstsein wesentlich ausmachen. Husserl untersuchte dies im Kontext der Konstitution von Zeitobjekten wie z. B. anhand der Melodie (Hua 10, S. 23), stellte aber den Anspruch, dass die Ergebnisse seiner Untersuchung für die Konstitution aller Objektivität überhaupt, der objektiven Zeit und des Bewusstseinsstroms als solchen Geltung hätten. Ich möchte im Folgenden von Husserls vielen Einsichten und Aspekten seiner Betrachtungen der Zeit einige wenige zentrale herausgreifen, die für ein Verständnis von Behnkes Konzept der leiblichen Protentionalität unerlässlich sind:³

Erfahrung gründet auf einem Zeitfeld mit den drei Momenten Retention, Urimpression und Protention. Diese erste wesentliche Einsicht, die ich bereits oben benannt habe, bezieht sich auf die Notwendigkeit, Abstand von einer atomistischen Zeitvorstellung zu nehmen. Das bedeutet, dass Zeitbewusstsein nicht als Ablauf von einzelnen Zeitpunkten zu verstehen ist, sondern dass die kleinste Bewusstseinsmäßig für sich bestehende Einheit ein Zeitfeld ist, wobei Letzteres durch verschiedene Momente geprägt ist. In jedem Augenblick meines Bewusstseinslebens lebe ich in einem Zeitfeld, in dem mir etwas aktuell gegeben ist. Zugleich aber erschöpft sich mein Bewusstsein nicht in dem urimpressional Gegebenen, vielmehr ist

³ Für eine detaillierte Darstellung der Zeittheorie Husserls siehe z. B. Niel 2011.

mir noch präsent, was eben im Bewusstsein aktuell gegeben war (Retention) und was sich mir der protentionalen *Erwartung* nach als aktuell gegeben zeigen wird.

Die Momente der Retention, Urimpression und Protention sind miteinander verflochten. Nicht nur sind die drei Momente nicht-unabhängig voneinander, sie sind auch wesentlich miteinander verflochten. (Hua 33, S. 1–27) So setzt die Retention voraus, dass vorher etwas im Bewusstsein aktuell gegeben war, das retiniert werden könnte. Zudem kennzeichnet Husserl die Urimpression – später nennt er sie Urpräsentation – als Erfüllung einer vorherigen Protention, die also retiniert wurde. Was protendiert wird, bestimmt sich wiederum aus dem, was aktuell im Bewusstsein gegeben ist und was zugleich als soeben vergangen retiniert wird.

Die Bestimmung der Protention durch Urimpression und Retention basiert auf Gesetzmäßigkeiten, auf unterster Ebene auf dem Prinzip der Gleichheit oder Ähnlichkeit. Wenn ich aktuell eine Tonempfindung C habe und eben bereits ein C Erklingen ist und als solches retiniert wurde, so bildet sich passiv ebenfalls die Protention C. D.h., es bildet sich passiv der protentionale Vorgriff auf der Basis des eben Erlebten, wobei passiv von Gleichheit ausgegangen wird. Dies trifft nach Husserl auch auf komplexere Erlebensmuster zu. Folgte in Vergangenheit auf ein Erlebenskomplex p ein Erlebenskomplex q, so bildet sich passiv bei zu p hinreichend ähnlichem Erlebenskomplex p' die protentionale Antizipation von q'. (Hua 11, S. 184–188)

Das Zeitfeld und seine Momente unterliegen einer ständigen Modifikation, einem Prozess der konstanten Erfüllung und Entleerung. Das Zeitfeld, das neben dem aktuell Gegebenen einen Vergangenheits- und Zukunftshorizont hat, verändert sich ständig. Das, was eben noch aktuell und in voller Intensität gegeben war, verblasst allmählich, wird aber in seinem Charakter *eben noch aktuell* im Bewusstsein gehalten. Was eben noch protentional als das Als-Nächste-Gegebene antizipiert wurde, hat sich nun erfüllt, wobei Erfüllung sich lediglich auf die bewusstseinsmäßige Qualität des Anschaulich-Werdens bezieht. Höre ich eine Melodie und protendiere als nächsten Ton ein C und es folgt aber ein D, so handelt es sich hierbei nach Husserl um eine »negative Erfüllung« (Hua 19/1, S. 465). Auch das Ausbleiben, das Abstoppen der Melodie, d.h. die relative Stille im Vergleich zum vorherigen Erklingen der Melodie, stellt eine solche negative Erfüllung dar. Die Erfüllung meint demnach nicht primär das Zutreffen der protentionalen Erwartung, sondern das Füllen eines

leeren protentionalen Bewusstseins mit anschaulicher Fülle. Höre ich C, so ist das C anschaulich präsent, leibhaftig erklingend da, während das protodierte D lediglich leer vermeint ist, bewusstseinsmäßig vorweggenommen, aber noch nicht erklingend da. Jetzt erklingt D und die vorherige Protention ist positiv erfüllt, wobei zugleich das vorherige C nun nicht mehr erklingend da ist, aber noch anschaulich entleert dem Sinn nach präsent gehalten, d.h. retiniert wird. Die ständige Modifikation des Zeitfeldes besteht also in einer kontinuierlichen Erfüllung von Protentionen und Entleerung von aktuell anschaulich Gegebenem (Urimpressionen) durch retentionale Modifikation. Damit wandelt sich nicht nur das jeweils aktuell Gegebene, sondern es ändern sich auch die Horizonte des Zeitfeldes. In jedem Augenblick meines Bewusstseinslebens habe ich einen anderen Vergangenheits- und Zukunftshorizont, auch dann, wenn das aktuell Gegebene absolut identisch mit einem Gegebenen zu einem vorherigen Zeitpunkt sein mag.

3. Behnkes Konzept der leiblichen Protentionalität und die Zeitlichkeit des Leibes

Behnke greift Husserls Konzept des Zeitbewusstseins auf und schlägt gerade mit Blick auf die leibliche Praxis einige Ergänzungen vor. Damit bietet sie erste Beschreibungen einer Zeitlichkeit des Leibes, die bei Husserl noch als unterbelichtet gelten müssen. Zwar hatte dieser die fundamentale Leiblichkeit des Subjekts in seinem Weltvollzug durchaus hervorgehoben (z.B. Hua 4), sah aber den Leib als etwas im inneren Zeitbewusstsein Konstituiertes an und scheint vermutlich deshalb keine Notwendigkeit einer weiteren Untersuchung einer möglicherweise genuinen Zeitlichkeit des Leibes gesehen zu haben.

Behnke hebt hingegen hervor, dass die von Husserl im Kontext der Objektkonstitution beschriebenen Zeitstrukturen nur einen Teil der Bewusstseinszeitigung ausmachen – und zwar jenen, den sie mit dem Begriff »integrating consciousness / integrierendes Bewusstsein« (Behnke 2009, S. 210) belegt. Dagegen betont sie, dass in der leiblichen Praxis noch eine weitere Form von Bewusstsein zum Tragen kommt, nämlich »improvisational consciousness / improvisationales Bewusstsein« (Behnke 2009, S. 210). Diesem entspricht eine Zeitigung, die als Zeitlichkeit des Leibes bestimmt werden kann. Ich möchte nun die wichtigsten Aspekte dieser Zeitlichkeit und die Punk-

te, in denen sie sich von der von Husserl beschriebenen Zeitlichkeit abhebt, kurz erläutern.

Die Beschränktheit des Begriffes der Protention und das allgemeinere Konzept der Protentionalität. Nach Behnke handelt es sich bei der Protention nur um einen Sonderfall der allgemeinen Protentionalität. Während sich Protentionen gemäß Husserls Theorie zunächst immer auf einen sinnlichen Inhalt, z.B. eine Ton- oder Farbempfindung, beziehen, gibt es Behnke zufolge auch strukturelle Anteile in der protentionalen Erwartung, die lediglich *mehr Zeit* antizipieren. In der Tat hatte Husserl stets starkgemacht, dass Retentionen auch frühere Retentionen und Protentionen betreffen. Somit erscheint es nur folgerichtig, auch davon auszugehen, dass sich die protentionale Erwartung nicht nur auf kommende Urimpressionen (sinnlicher Inhalt), sondern auch auf zukünftige Retentionen und Protentionen richtet. Mit anderen Worten, die gesamte Modifikation des aktuellen Zeitfeldes oder das Kommen des neuen Zeitfeldes – mehr Zeit – wird protentional antizipiert. Die Tatsache, dass Bewusstsein kontinuierlich weiterläuft, überrascht nicht, sondern ist stets schon implizit antizipiert. Diese allgemeine Protentionalität bezeichnet Behnke als Invariante der »deep structure of Urzeitigung / Tiefenstruktur der Urzeitigung«⁴ (Behnke 2009, S. 212).

Alle Konstitutionsstufen umfassen Passivitätsmomente. Behnke betont zudem, dass die passiven Gesetzmäßigkeiten der Zeitigung nicht nur die unteren Schichten der Erfahrung betreffen, sondern sich auf allen Ebenen durchziehen, auch dann, wenn das aktive Ich beteiligt ist. Die Unterscheidung von Passivität und Aktivität entspricht demgemäß nicht der von tieferen und höheren Konstitutionsstufen, wie in manchen – vor allem frühen – Texten Husserls gelegentlich der Eindruck erweckt wird. Das bedeutet, dass sich Protentionalität, wie bereits angemerkt, nicht auf Protentionen sinnlicher Inhalte, die auf unterster Erfahrungsschicht in der Objektkonstitution zum Tragen kommen, reduzieren lässt. Stattdessen müsse Protentionalität je nach Erfahrungstyp unter Berücksichtigung der jeweiligen Aktivität des Ich untersucht werden. Der Hauptpunkt aber ist, dass Protentionalität nicht nur die unterste Erfahrungsschicht, die

⁴ Siehe: »Thus both improvisational consciousness and integrating consciousness can be taken as variations across which open, empty protentionality stands out as an invariant pertaining to the deep structure of *Urzeitigung* itself.« (Behnke 2009, S. 212)

passive Objektkonstitution, sondern alle Arten der Erfahrung strukturell bestimmt. (Behnke 2009, S. 200–203)

Leibliche Protentionalität antizipiert mehr kinästhetisches Bewusstsein. Der Hinweis auf die passiven Gesetzmäßigkeiten auf allen Konstitutionsstufen erlaubt es Behnke, nach den passiven Zeitigungsmomenten im leiblichen Bewusstsein zu fragen und die Besonderheit der leiblichen Protentionalität in den Blick zu nehmen. Protentionalität hatte sie als die Vorwegnahme von *mehr Zeit* bestimmt. Leibliche Protentionalität bezieht sich somit auf die kommende Zeit als Leib, d. h. *mehr Leiblichkeit*. Leiblichkeit besteht nach Husserl bekanntermaßen in kinästhetischem Bewusstsein (Hua 14, S. 154–203), d. h. dem umfassenden Bewusstsein, das ich von der Gesamtheit aller möglichen leiblichen Bewegungen mit den ihnen korrelierenden Wahrnehmungsinhalten habe. In der leiblichen Praxis richtet sich Protentionalität auf das Weiterlaufen des kinästhetischen Bewusstseins und den ihm gegebenen Möglichkeiten.

Mehr kinästhetisches Bewusstsein bedeutet mehr ursprüngliche Beweglichkeit und mehr Bewegung. Die Antizipation der kommenden Leiblichkeit umfasst alle fundamentalen Strukturen des leiblichen Bewusstseins. Teil dieser ist eine ursprüngliche Beweglichkeit, die in einem Bewusstsein der eigenen Möglichkeiten des Sich-frei-Bewegen-Könnens und der Bewegungsvariation besteht. Leibliche Protentionalität ist somit auf die kommende Beweglichkeit und den Wandel zukünftiger Bewegung gerichtet.

Leibliche Protentionalität ist improvisationales Bewusstsein. Anders als die Protentionen in der Objektkonstitution, die sich auf einen sinnlichen Inhalt – z. B. Ton- oder Farbempfindung – beziehen, folgt die leibliche Protentionalität anderen motivationalen Gesetzmäßigkeiten. In der Objektkonstitution motiviert die grüne Vorderseite einer Tasse die protentionale Antizipation der erwarteten grünen Rückseite der Tasse. In der leiblichen Protentionalität dagegen wird z. B. eine kommende Haltung antizipiert. Wenn ich gerade meinen Arm anspanne, um ein Tablett mit der grünen Tasse darauf zum Esstisch im Wohnzimmer zu bringen, so ist diese leibliche Praxis nicht darauf gerichtet, dass die absolut identische Haltung gewahrt wird. Vielmehr bedarf es ständiger Anpassung meiner leiblichen Anspannung, um tatsächlich das Tablett gerade haltend in das andere Zimmer bringen zu können, ohne den Kaffee in der Tasse zu verschütten. Würde ich während dieses Prozesses stets die absolut gleichen kinästhetischen Möglichkeiten realisieren, wäre es mir kaum

möglich, die Tasse auf dem Tablett zu balancieren. In jedem Moment des leiblichen Vollzugs findet eine kleine Variation statt, auch dann, wenn man versucht, absolut stillzuhalten. Gerade hierbei manifestiert sich eine der leiblichen Praxis inhärente Tendenz, eine kleine Veränderung der leiblichen Einstellung zu antizipieren oder gar danach zu streben.

Wie aber wird die Variation antizipiert? Welche Realisierung meiner kinästhetischen Möglichkeiten wird protendiert? Hierfür ist die Unterscheidung zwischen »body-as-enacting / enaktivierendem Leib« und »body-as-enacted / enaktiviertem Leib« (Behnke 2009, S. 192) wichtig. Der *enaktivierende* Leib umfasst die Gesamtheit aller möglichen kinästhetischen Fähigkeiten und somit den gesamten Möglichkeitsraum der je individuellen Leiblichkeit. Der *enaktivierte* Leib dagegen stellt die Realisierung bestimmter Möglichkeiten dar, z.B. die körperliche Haltung, die beim Musizieren eingenommen wird, um optimale Kontrolle über die Saiten auf der Gitarre zu haben. Mit der Realisierung einer solchen Gruppe von leiblichen Möglichkeiten, die mit einer bestimmten Haltung einhergehen, sind wiederum ganz bestimmte Möglichkeiten aktuell und anderes leibliches Verhalten mit der aktuellen Haltung inkompatibel. Gitarre spielend, kann ich keine Schwimmbewegungen machen. Das bedeutet, dass mit jeder leiblichen Haltung im näheren zeitlichen Umfeld auch nur bestimmte Realisierungen meiner leiblichen Möglichkeiten protendiert werden. Es hängt also vom aktuellen enaktivierten Leib ab, welche leiblichen Einstellungen ich als Nächstes antizipiere. Der aktuelle enaktivierte Leib spannt einen konkreten, regionalen Möglichkeitsraum auf, während der enaktivierende Leib ein »ideales System« (Behnke 2009, S. 192) aller meiner leiblich-kinästhetischen Möglichkeiten darstellt.

Auf der einen Seite sind also bestimmte Möglichkeiten durch die aktuelle Haltung, den enaktivierten Leib, den Behnke auch den *habitualisierten Leib* (2009, S. 193) nennt, vorgezeichnet. Hierbei werden also ganz bestimmte Bewegungen und leibliche Einstellungen protendiert, deren wiederholtes Durchleben zu einem Habitus entwickelt wurde, wobei Letzterer in passenden Kontexten abgerufen wird. Alle alltäglichen leiblichen Verhaltungen verdanken sich habitualisierten Praktiken. In diesem Sinne entspricht der leibliche protentionale Vorrang dem oben genannten Prinzip der Ähnlichkeit. Laufe ich beim Fußball zum Elfmeterschuss an, so bin ich gemäß meinem Training optimal für den Schuss eingestellt. Nach den ersten Schritten des An-

laufens sind die folgenden Schritte und die leichte Schräglage im Moment des Schusses antizipiert – gemäß vergangener habitualisierter Schusserfahrungen.

Auf der anderen Seite aber ist diese leibliche Praxis zugleich durch ein *improvisationales* Moment gekennzeichnet, wie Behnke (2009, S. 209) hervorhebt. Hiermit meint sie eine fundamentale Offenheit für eine andere leibliche Einstellung, deren antizipierte Möglichkeit jeden Augenblick des Leibseins bestimmt. Die fundamentale oder ursprüngliche Beweglichkeit wird stets aufs Neue protendiert, insofern in ihr Leibseins konstituiert ist. In jedem habitualisierten Vollzug wird also zugleich auch die Möglichkeit der unvorbereiteten Bewegung und leiblichen Einstellung antizipiert. Ich könnte die Durchführung der bekannten und habitualisierten leiblichen Handlung abbrechen und eine andere, vielleicht schon habitualisierte oder aber auch völlig neue leibliche Handlung beginnen. Aber auch gerade im Vollzug der bekannten habitualisierten leiblichen Handlung gibt es Anteile, die wesentlich unvorhersehbar sind, auf die hin improvisiert werden muss und die im Zuge der leiblichen Zeitlichkeit gerade als solche protendiert werden. Um eine eingebügte leibliche Handlung durchzuführen, muss ich stets auf die gerade aktuellen Bedingungen Acht geben und flexibel bleiben. Der Wind beim Surfen ändert sich plötzlich und um meine Haltung zu wahren, muss ich sie spontan ein wenig ändern. Die leibliche Praxis unterliegt also einer konstanten Variation der leiblichen Einstellung. Und diese Variation wird protentional antizipiert. Nicht nur als »ich könnte jederzeit auch ganz anders«, sondern auch als »ich werde gleich ein wenig anders müssen«. Dieses Andere ist dabei aber nicht spezifisch vorgezeichnet, sondern gerade in seiner Unbestimmtheit – improvisational – protendiert.

Damit unterscheidet sich die leibliche Protentionalität wesentlich von den Protentionen in der Objektkonstitution, die zwar als anschaulich leeres Bewusstsein ebenfalls offen sind, aber bereits ihrem jeweils konkreten Sinn nach auf eine bestimmte sinnliche Qualität gerichtet sind. Die grüne Vorderseite der Tasse sehend, antizipiere ich protentional, dass die Rückseite ebenfalls grün ist. Das Grün der Rückseite protendierend, ist mein Erfahrungsvollzug durchaus offen dafür, dass sich die Rückseite als rot herausstellt. Diese Offenheit in der Objektwahrnehmung unterscheidet sich aber von der Offenheit in der leiblichen Protentionalität dahingehend, dass ein vorgezeichnetes Erlebnis doch nicht bzw. anders eintreten

kann. Die Offenheit der leiblichen Potentialität dagegen – zumindest was das Moment der antizipierten ursprünglichen Beweglichkeit betrifft – ist insofern radikaler, als sie bewusstseinsmäßig bis zu ihrer Bestimmung in der Aktualität der Handlung unbestimmt bleibt.

Zusammenfassend lässt sich somit festhalten, dass leibliche Potentialität in ihrem Grunde auf eine radikale Offenheit gerichtet ist – die Spontaneität der ursprünglichen leiblichen Beweglichkeit. Zudem zeichnen sich im Sinne habitualisierter leiblicher Haltungen und Bewegungen zwar durchaus leibliche Einstellungen vor, allerdings vollzieht sich auch die Durchführung einer habitualisierten Handlung stets vor dem Hintergrund protentionaler Vorgriffe auf Variationen in der leiblichen Einstellung, die mehr oder weniger im Vorpriebe bestimmt sind. Auch wenn also habitualisierte leibliche Handlungen dem Gewohnten folgen, so ist dieser Praxis eine ständige Antizipation von Wandel und Wandelbarkeit inhärent, insofern alle leiblichen Handlungen in einer Vielzahl von unterschiedlichen leiblichen Einstellungen getragen werden, deren Realisierungen in steter Variation vollzogen werden.

Diese leibliche Potentialität, die Behnke in Kontrast zur Zeitlichkeit der Objektkonstitution herausstellt, macht mit das aus, was ich als die Zeitlichkeit des Leibes bezeichnen möchte. Letztere erschöpft sich freilich nicht in der Protentialität, insofern ihre Gesamtstruktur umfassender ist als jene Momente, die sich auf das Zukommende richten. Behnke beleuchtet somit nur einen Teil der Zeitlichkeit des Leibes, auch wenn sie mit dem habitualisierten Leib leibliche Retentionalität zugleich mitanspricht. Ich denke aber, dass ihre Analysen auch so bereits für die Untersuchung der Möglichkeit einer Störung der Zeitlichkeit des Leibes fruchtbar gemacht werden können. Zunächst aber möchte ich der Frage nachgehen, in welcher Hinsicht die Rede von einer Zeitlichkeit des Leibes berechtigt ist und in welchem Verhältnis diese Form der Zeitlichkeit mit anderen Zeitungsformen steht.

4. Das Verhältnis der Zeitlichkeit des Leibes zu anderen Zeitigungsprozessen des Bewusstseinsflusses

In der Vorbemerkung habe ich davon gesprochen, dass ich einen gewissen Aspekt des gesamten Bewusstseinsflusses beleuchten will, nämlich die genuine Zeitlichkeit des Leibes. Dieses reflektive Heraus-

greifen ist natürlich abstrakt. Im Konkreten fließt nur der eine Bewusstseinsstrom, wenngleich die in ihm abfließenden Erlebnisse und Erlebnisgestalten unterschiedliche Gesetzmäßigkeiten aufweisen. Mit der leiblichen Potentialität bzw. der Zeitlichkeit des Leibes sind solche Gesetzmäßigkeiten angesprochen, wobei die Frage aufkommt, welche Arten von Erlebnissen diesen Gesetzmäßigkeiten unterliegen. Der obigen Analyse und Behnke folgend, kommen zunächst leiblich-körperliche Verhaltungen in den Blick, d.h. alle körperlichen Bewegungen, die ich als Leib in der Welt vollziehe, oder leibliche Haltungen, die ich einnehme. Die Zeitlichkeit des Leibes und ihre Gesetzmäßigkeiten sind hierbei tragend.

Wie aber verhält es sich z.B. mit *Haltungen*, die über eine längere Zeit hinweg eingenommen werden und die üblicherweise bzw. umgangssprachlich eher als *psychisch* betrachtet würden? Als Beispiel sei hierbei die Haltung genannt, die man z.B. die letzten Monate vor einer wichtigen Abschlussprüfung einnimmt. Oder was ist mit den spontanen Akten bzw. Bewegungen des Denkens – etwa wenn ich ruhig sitzend über einen Sachverhalt nachdenke, bestimmte Aspekte ganz bewusst beleuchte und in diesem Zusammenhang eine Entscheidung treffe? Wenngleich diese *psychischen* Haltungen und Handlungen nicht völlig frei von Leiblichkeit zu denken sind, so sind ihre Aktivitäten von einschlägig leiblichen dahingehend unterschieden, dass sie nicht *primär* leiblich-körperlich sind. Einer Denkbewegung entspricht nicht wesentlich eine Bewegung im körperlichen Raum, so wie es der Fall wäre, wenn ich meinen Arm höbe. Die Einnahme einer geistigen Haltung mag zwar durchaus mit einer allgemeinen leiblichen Anspannung verbunden sein oder eine solche auslösen. Die einzelnen verschiedenen geistigen Haltungen verlangen aber keine Anspannung spezifischer Muskeln, die den einzelnen Haltungen entsprächen, so wie es der Fall wäre, wenn ich eine bestimmte körperliche Position einnehme.

Trotz aller Beteuerungen der wesentlichen Leiblichkeit von Subjektivität gibt es ganz offenkundig Unterschiede in der Beteiligung – sowohl Ausmaß als auch Art und Weise betreffend – leiblicher Strukturen an verschiedenen Typen von Erfahrung. Bei dem Hinweis auf diesen Umstand ist es mir nicht darum bestellt, erneut eine Gegenüberstellung von Leib oder Körper auf der einen Seite und einer Sphäre des *Psychischen* auf der anderen Seite voranzutreiben. Ganz im Gegenteil, vielmehr ist es mein Ansinnen, eingedenk jener Unterscheidung der leiblich-körperlichen Beteiligung an verschiedenen Er-

Über die Zeitlichkeit des Leibes und die Möglichkeit ihrer Störung

fahrungstypen, die wesentlich leibliche Verfasstheit der *psychischen* Sphäre herauszustellen. Mit anderen Worten, ich möchte dafür argumentieren, dass auch die *psychische* Sphäre leibliche Strukturmerkmale aufweist, obwohl die für sie typischen Ereignisse nicht notwendigerweise leiblich-körperliche sein müssen. Daraus erhellt sich, dass für die Charakterisierung von Erfahrungen als leibliche leiblich-körperliche Bestimmungen nicht ausschlaggebend sind.

Welche aber dann? Hier laufen, so möchte ich argumentieren, die Frage nach dem Verhältnis der Zeitlichkeit des Leibes zu anderen Zeitigungsprozessen und die Frage nach der leiblichen Verfasstheit des *Psychischen* zusammen. Es ließe sich nämlich die leibliche Verfasstheit des *Psychischen* darüber zeigen, dass die sie charakterisierenden Zeitigungsprozesse strukturell denen der Zeitlichkeit des Leibes entsprechen. Anders gesagt, es könnte sein, dass sich die Gesetzmäßigkeiten der Zeitigung, die sich im Kontext leiblich-körperlicher Praktiken als charakteristisch herausgestellt haben, ebenfalls im Kontext *psychischer* Erfahrungen zum Tragen kommen. Mit der *Zeitlichkeit des Leibes* nämlich war bislang nur ein Kontrastbegriff zur Zeitlichkeit der Objektkonstitution in Anschlag gebracht. Nicht aber war hiermit die Behauptung aufgestellt, dass dieser Unterscheidung der Dualismus von leiblicher und psychischer Zeit entspräche.

Um aber einen solchen Dualismus wiederum auszuräumen, ist es notwendig, die Strukturgemeinsamkeiten aufzuzeigen. Eine solche Analyse erforderte die Untersuchung der verschiedensten *psychischen* Erfahrungen und ihrer zeitlichen Prozesse, was an dieser Stelle nicht geleistet werden kann. Hier möchte ich lediglich Folgendes festhalten: dass die von Behnke beschriebene leibliche Protentialität einen Fingerzeig auf die Zeitlichkeit des Leibes darstellt; dass die Zeitlichkeit des Leibes womöglich nicht nur leiblich-körperliche Praktiken strukturiert, sondern auch vermeintlich rein *psychische* Akte; dass die wesentliche Leiblichkeit der Subjektivität in allen ihren Dimensionen daran aufgezeigt werden kann, dass Letztere durch die Zeitlichkeit des Leibes strukturiert sind, ohne damit auszuschließen, dass je nach Phänomen nicht noch weitere zeitliche Gesetzmäßigkeiten zu beschreiben wären, die nicht als wesentlich leiblich zu kennzeichnen sind.

Für die folgende Betrachtung der Frage, inwieweit die Zeitlichkeit des Leibes gestört sein kann, werde ich die Annahme, dass die zeitlichen Strukturen der Leiblichkeit auch auf höherer *psychischer* Ebene zum Tragen kommen, als Prämissen voraussetzen. Am Beispiel

des Burnout-Syndroms als komplexes Phänomen möchte ich der Möglichkeit der Störung der Zeitlichkeit des Leibes nachgehen und zugleich gerade dadurch auch ein Argument für die Annahme der leibzeitlichen Strukturierung höherer *psychischer* Phänomene geben.

5. Die Störung der Zeitlichkeit des Leibes im Kontext des Burnout-Syndroms

Alles Bewusstsein ist im Fluss und somit zeitlich strukturiert. Erleben und Erfahrung zeitigen sich. Es ist somit nicht verwunderlich, dass psychopathologische Phänomene, d. h. Erleben, das als abweichend und vor dem Hintergrund des teilweise starken Leidensdrucks von Betroffenen als gestört bezeichnet wird, mit Veränderungen in der Zeitigung von Erfahrungsprozessen einhergehen. Beschreibungen von Auffälligkeiten im Zeiterleben und der zeitlichen Strukturierung von Erleben unter Rückgriff auf phänomenologische Theorien des Zeitbewusstseins liegen in Bezug auf viele psychopathologische Störungen vor. (Fuchs 2007a, 2007b, 2010; Moskalewicz 2015; Ratcliffe 2012)

Veränderungen im zeitlichen Prozess des Erlebens im Kontext des Burnout-Syndroms hingegen wurden bislang noch nicht aus phänomenologischer Perspektive beleuchtet, obwohl seine Kennzeichnung als »Zeitkrankheit« (Abraham 2016; Grabe 2012) eine solche Untersuchung nahelegt. Neben den allgemeinen Veränderungen der Zeitigung, die in den meisten abweichenden Erlebensweisen aufgezeigt werden können, ist die Frage nach der Zeit im Kontext von Burnout aus den folgenden Gründen von besonderem Interesse.

Erstens handelt es sich bei Burnout dem Konzept nach um eine Störung, die im Zuge bestimmter Praktiken im Umgang mit Zeit entsteht. Dabei kann es sich bspw. um ein Zuviel an Arbeitszeit, ein zu häufiger Verzicht auf individuelle Zeit – man ist zu aller Zeit für die Bedürfnisse anderer empfänglich – oder die übersteigerte Anpassung an fremde Zeitrhythmen handeln.

Zweitens stellt Burnout selbst einen zeitlichen Prozess dar, der verschiedene Phasen umfasst, an deren Ende die vollständige Erschöpfung, Sinnentleerung und Niedergedrücktheit steht. Etwas anders als das Störungsbild der Depression, mit dem Burnout viele Ge-

meinsamkeiten teilt⁵, entwickelt sich das volle Erschöpfungssyndrom über eine längere Zeit hinweg.

Drittens betreffen Erfahrungen, deren wiederholtes Auftreten zum Burnout führen, Momente des Zeitigungsprozesses. Vergleicht man die verschiedenen ätiologischen Theorien des Burnouts, so fällt auf, dass eine Vielzahl von ihnen einen ähnlichen Moment als Grund für Burnout ausmachen, nämlich die Enttäuschung von bestimmten Antizipationen. Diese gestalten sich zwar thematisch je nach ätiologischer Theorie anders aus, allerdings ist ihnen gemeinsam, dass der Entwicklung von Burnout eine kontinuierlich erlebte Diskrepanz zwischen Erwartungen und den tatsächlich eintreffenden Ereignissen und Erlebnissen zugrunde liegt. Freudenberger und Richelson betonen z. B., dass Burnout »hervorgerufen [wird], wenn sich der Betroffene auf einen Fall, eine Lebensweise oder eine Beziehung einlässt, die den erwarteten Lohn nicht bringt« (Freudenberger/Richelson 1980, S. 34). Auch Lauderdale (1982) betont die Enttäuschung von Erwartungen, und zwar solchen, die in Bezug auf Rollen vorhanden sind, wobei sich diese jeweils stark ausdifferenzieren: Mutter von Kind A und B zu sein entspräche zumindest zwei verschiedenen Rollen. Hallsten (1993) betont dagegen Frustrationen im Kontext von Anstrengungen bei dem Versuch, ein Ziel zu erreichen. Meier (1983) macht eine bestimmte Konstellation verschiedener Erwartungen für die Entwicklung von Burnout verantwortlich. Ihm zufolge liegt zum einen eine niedrige Kontrollerwartung bezüglich positiver Rückmeldungen auf eigenes Verhalten als Grundlage vor – sowohl was die Kontrollierbarkeit durch eigenes Verhalten betrifft als auch im Allgemeinen. Zum anderen herrsche eine geringe Erwartung, dass auf eigenes Verhalten positive Rückmeldungen folgen und eine hohe Erwartung, dass eigenes Verhalten Bestrafungen nach sich zieht.

Burnout ist also ein Phänomen, das aus einem bestimmten Umgang mit Zeit über eine längere Zeit hinweg resultiert und den zeitlichen Prozess des Erlebens – die Dynamik von Antizipation und Erfüllung – unmittelbar betrifft. Wie ich nun hier skizzieren möchte, ließe sich Burnout auch von der Zeitlichkeit des Leibes her verstehen. Diesem Ansatz nach, den ich hier ausblickhaft vorschlagen möchte,

⁵ In der Tat wird häufig sogar argumentiert, eine Unterscheidung zwischen Depression und Burnout habe nur wenig Sinn oder sei zumindest nosologisch nicht notwendig. (Bianchi 2013, S. 2015) Gerade die Untersuchung der jeweiligen temporalen Prozesse könnte allerdings eine neue und differenziertere Perspektive ermöglichen.

entwickelt sich das Burnout-Syndrom aus einer bestimmten leiblichen Praxis im weiten Sinne über eine längere Zeit hinweg und betrifft den Prozess der Zeitlichkeit des Leibes unmittelbar – und zwar die Dynamik von Antizipation und Erfüllung im Kontext leiblicher Potentialität.

Allerdings ist dabei zu berücksichtigen, dass es sich bei Burnout um einen solch komplexen Prozess handelt, dass jeder zu einseitig formulierte Erklärungsversuch Gefahr läuft, das Phänomen im Gesamten zu verfehlten. Dies zeigt sich schon aus der Tatsache der beteiligten Symptome, die die unterschiedlichsten Ebenen – vegetative, kognitive, emotionale, personale und interpersonale – betreffen und sich zudem je nach Phase unterschiedlich ausgestalten.⁶ Auch zeigt sich Burnout dem jeweiligen Kontext entsprechend anders, d.h. je nach Beruf (Kleiber/Enzmann 1990) oder in nicht-professionellen Kontexten wie in partnerschaftlichen Beziehungen (Pines 1988).

Nichtsdestotrotz möchte ich dafür argumentieren, dass die Dynamik von Antizipation und Erfüllung leiblicher Potentialität in der Entwicklung und der erfahrungsmäßigen Manifestation von Burnout und Erschöpfungszuständen eine zentrale Rolle spielt, wenngleich eine Vielzahl an assoziierten Symptomen nur sekundär oder aber auch gar nicht auf sie zurückzuführen ist. Mit einer zentralen Rolle meine ich, dass allen Burnout-Fällen erlebensmäßig eine Struktur zugrunde liegt, die aus einer gewissen Erfüllungs- bzw. Enttäuschungsgeschichte leiblicher Potentialität hervorgeht.

Worin besteht diese Struktur? Erleben ist zeitlich strukturiert. Das bedeutet, dass jeder Erlebensmoment durch das oben beschriebene Zeitfeld und somit einen temporalen Horizont mit retentionalen Rück- und potentialen Vorgriffen charakterisiert ist. Das für Burnout zentrale Erschöpfungserleben, auf das ich Burnout keinesfalls reduzieren, aber worauf ich mich hier beschränken möchte, hat demgemäß einen temporalen Horizont als erlebensmäßigen Untergrund. Mit anderen Worten, es ist gerade ein spezifischer zeitlicher Horizont, der mit dem durch Leere, Niedergeschlagenheit und Hoffnungslosigkeit bestimmten Erschöpfungserleben korreliert – ja es gar wesentlich ausmacht.

Welchen temporalen Horizont hat das Erschöpfungserleben? Zunächst lohnt hier ein Blick auf die gewöhnliche Erschöpfung, die wir alltäglich im Rahmen verschiedenster Anstrengungen erleben.

⁶ Für einen guten Überblick siehe Burisch 2006, S. 25 f.

Über die Zeitlichkeit des Leibes und die Möglichkeit ihrer Störung

Anstrengungen sind durch eine gewisse Haltung geprägt, die wir einnehmen, um ein bestimmtes Ziel zu erreichen bzw. eine Tätigkeit auszuführen. Diese Haltung kann primär leiblich-körperlich sein, wenn ich z. B., auf einer Leiter stehend, die Decke des Zimmers streiche. Sie kann aber auch für die Tätigkeit variabel sein, wie z. B. das gedankliche Entwickeln eines Geschäftsmodells im Sitzen, Stehen oder gar Gehen vollzogen werden kann. Aber auch bloß ruhig am Tisch sitzend, kann ich meine Haltungen variieren. Es macht hal tungsmäßig, ohne dass ich meine leiblich-körperliche Position verändern muss, einen Unterschied, ob ich vor dem Computer sitzend, arbeite oder mir Empfehlungen für meine nächste Urlaubsdestination durchlese. Leibliche Haltungen sind nicht wesentlich an körperliche Positionen gebunden und können auch während eines Wechsels von körperlichen Einstellungen aufrechterhalten werden.

Alle leiblichen Haltungen, so meine These, sind durch die Zeitlichkeit des Leibes bestimmt. Wie gestaltet sich diese im Falle der gewöhnlichen Erschöpfung? Zunächst ist festzuhalten, dass gemäß der obigen Analyse in der leiblichen Praxis eine stete leibliche Pro tentionalität der Variation von leiblichen Verhaltungen vorherrscht. Auch gerade *innerhalb* der für einige Stunden zentralen Arbeitshaltung, vor dem Computer sitzend, ist ein ständiger Wechsel von untergeordneten Haltungen protendiert und erlebt. Dies zeigt sich auch im Denken, etwa im Versuch, einen Gedanken zu fassen oder einen Sachverhalt besser zu verstehen. Immer wieder halte ich einen Aspekt des Sachverhaltes im Blick, lasse ihn fallen, beleuchte einen anderen und setze an, den gesamten Sachverhalt zu erfassen. Die we sentliche Beweglichkeit des Denkens entspricht der leiblichen Praxis. Während sich innerhalb der zentralen Arbeitshaltung also der gewöhnliche und zweckmäßige Wechsel von untergeordneten Haltungen vollzieht, wird irgendwann die zentrale Arbeitshaltung selbst thematisch, und es baut sich auch hier die leiblich-protentionale Erwartung eines Wechsels der Haltung auf. Nach einigen Stunden in der Arbeitshaltung bin ich erschöpft und erwarte mir eine neue leibliche Haltung, die mit anderen untergeordneten leiblichen Verhaltungen einhergeht. In der Kaffeepause bin ich im Normalfall in einer entspannten Haltung, die sich von der Arbeitshaltung unterscheidet. Dann irgendwann bin ich wieder in der Lage, in die vorherige Arbeitshaltung zurückzugehen. Diesem Wechsel von Arbeitshaltung und – nennen wir sie – Pausenhaltung liegt wiederum eine eigene Haltung zugrunde, die ich z. B. morgens auf dem Weg zur Arbeit ganz

bewusst einnehme, wenn ich die für den Tag anstehenden Arbeitsphasen und ihre jeweiligen Charakteristika, die geplanten Pausen, aber auch die unvorhersehbaren Möglichkeiten von Ereignissen antizipiere. Gegen Abend baut sich dann langsam der protentionale Vorgriff auf einen Wechsel in Bezug auf diese Haltung an. Privater Zeitvertreib am Abend ist im gewöhnlichen Fall von einer anderen leiblichen Haltung getragen als jene während des regulären Arbeitstages.

Im gewöhnlichen Fall kommt es im Zuge der körperlichen Erschöpfung zur Ermüdung. Die Haltung des wachen Leibes, der, über den Tag verteilt, unterschiedliche Haltungen einnahm, greift nun vor auf eine absolute Ruhigstellung leiblicher Verhaltungen. Mit anderen Worten, er geht nun in jene leibliche Haltung über, in welcher die körperlichen Regenerationsprozesse des Schlafes möglich sind. Wichtig dabei ist, dass die gewöhnliche Erschöpfung hier mit einem protentionalen Vorgriff auf die Ruhehaltung des Leibes verbunden ist. Und dass es dieser protentionale Vorgriff ist, der die Motivation für andere leibliche Haltungen hemmt.

Wie ist nun Erschöpfung im Kontext von Burnout davon unterschieden? Burisch (2006) spricht von *innerer* Erschöpfung, womit ein qualitatives Spezifikum angezeigt ist, was vor allem darin besteht, dass es den Betroffenen unmöglich geworden ist zu entspannen. Gleichzeitig aber ist der Erschöpfungszustand dadurch gekennzeichnet, dass ein ständiger protentionaler Vorgriff auf eine bald zu kommende Ruhehaltung kontinuierlich enttäuscht wird. Dem Burnout-Zustand entspricht in Behnkes Worten ein enaktivierter Leib oder eine leibliche Haltung mit widersprüchlichen Zügen. Einerseits besteht große Erschöpfung und ein stark ins Gewicht fallender protentionaler Vorgriff auf Ruhehaltung bzw. Wechsel der leiblichen Haltung. Andererseits ist aufgrund von vorherigen Erfahrungen die Enttäuschung dieser Protentionalität habitualisiert. Weil es sich gemäß den obigen Beschreibungen der Zeitlichkeit des Leibes aber um ein für das leibliche Subjekt wesentliches protentionales Erwartungsbewusstsein handelt, können keine Erfahrung und kein Habitus den protentionalen Vorgriff auf den zu kommenden Wechsel bzw. die Ruhehaltung als Gegenpol zur leiblichen Haltung der Wachheit neutralisieren. Das protentionale Erwartungsbewusstsein in der inneren Erschöpfung ist somit durch gegenläufige Tendenzen bestimmt.

Das Entscheidende ist dabei nicht der Umstand, dass trotz des nach Ruhe strebenden Leibes in einer leiblichen Haltung der mehr

oder weniger aktiven Tätigkeit verweilt wird. Oft ist es ohne weitere Probleme möglich, der leiblichen protentionalen Erwartung nach einer Ruhehaltung oder einem Wechsel der leiblichen Haltung zu trotzen und in der aktuellen Arbeitshaltung zu verbleiben. Der Widerspruch verschiedener protentionaler Vorgriffe als solcher muss noch nicht ein Burnout-Erleben bedeuten. Problematisch im Sinne innerer Erschöpfung wird es erst dann, wenn die *Enttäuschung* protentionaler Ruhe- und Variationserwartungen *habitualisiert* wird. Denn wenn prinzipiell keine Ruhe mehr protentional *erwartet* wird, so fällt auch das Zur-Ruhe-Setzen schwerer, wenngleich aus externer oder objektiver Perspektive hierzu eigentlich der Moment gegeben wäre. Die leibliche Zeitigung selbst wird problematisch. Dem Burnout-Erleben entspricht ein habitualisierter Leib mit einem widersprüchlichen temporalen Horizont.

Inwiefern handelt es sich hierbei um eine *Störung* der Zeitlichkeit des Leibes? Zunächst ist festzuhalten, dass hier keine *formale* Störung vorliegt, insofern die zeitliche Struktur als solche intakt bleibt. Der Charakter der Störung ergibt sich vielmehr aus der spezifischen Habitualisierung eines temporalen Horizontes, der in erster Linie aufgrund seiner Widersprüchlichkeit und dann je nach Fall in jeweils unterschiedlicher Weise als pathologisch erlebt wird. Einen großen Anteil am Störungserleben hat ohne Frage auch der mit dem paradoxalen temporalen Horizont korrelierende Umstand der mangelnden körperlichen Erholung und die entsprechenden physiologischen Begleiterscheinungen. Aber auch andere – psychologische, persönliche und interpersonale – Aspekte des Burnouts lassen sich, ausgehend von der Zeitlichkeit des Leibes und ihrer Störung, durch einen falschen Umgang mit ihr verstehen. Allerdings bedürfte es hier jeweils einer weiter reichenden Analyse.

Als Beispiel sei jedoch ausblickhaft auf den folgenden Fall verwiesen: Person X arbeitet in stark überdurchschnittlichem Ausmaß und erledigt ihre Aufgaben zur vollsten Zufriedenheit aller Beteiligten, die dies auch kundtun. Es liegen sonst keine über das durchschnittliche Ausmaß hinausgehenden Belastungen vor. X hat eigentlich alles unter Kontrolle. Und dennoch könnte sich selbst in diesem Fall aufgrund der kontinuierlichen Enttäuschung leiblicher Protentionalitäten über die Zeit hinweg ein Gefühl des Kontrollverlustes entwickeln. Dies kann der Fall sein, wenn X aufgrund des hohen Arbeitspensums ein protenderter Wechsel in eine Ruhehaltung oder (trotz guten Schlafes) in eine ebenfalls protendierte andere leibliche

Haltung tagsüber nicht mehr gelingt. Habitualisieren sich diese Enttäuschungen im obigen Sinne, so können sich Hilflosigkeit und Frustration einstellen, die auf den ersten Blick unverständlich sind und denen im schlechten Falle mit falschen Gegenmaßnahmen begegnet wird. Weil z. B. aufgrund kontinuierlicher Enttäuschungen leiblicher Protentionalität die Errungenschaften der einen für X dominanten Arbeitshaltung keine Zufriedenheit mehr stiften, werden u. U. die beruflischen Ziele noch höher gesteckt, wodurch bspw. die Überarbeitung zunimmt. In Folge kann es dann – weil nun unrealistische Ziele anvisiert werden – zu weiteren Frustrationen und Gratifikationskrisen durch Enttäuschungen kommen. Die Möglichkeiten, wie die Habitualisierung der kontinuierlichen Enttäuschung von leiblicher Protentionalität die Abwärtsspirale des Erschöpfungssyndroms in Gang bringen kann, sind mannigfaltig und seien hier nur angedeutet. Wichtig ist aber, dass es nicht primär der Schwund körperlich-physischer Ressourcen ist, der den Burnout-Prozess auslöst, sondern ein ungünstiger temporaler Horizont, der in Enttäuschungen leiblicher Protentionalität gründet. Die dabei betroffenen leiblichen Protentionalitäten müssen nicht notwendigerweise und vor allem nicht *primär* solche sein, die auf eine zu kommende körperliche Erholung gerichtet sind. Entscheidend ist die Enttäuschung der Protentionalität, die sich auf Variation leiblicher Haltungen bezieht.

6. Schlussbemerkung

Zusammenfassend lässt sich die in Zukunft in ihrer Tragweite und im Einzelnen weiter zu untersuchende These festhalten, dass die leibliche Protentionalität und ihre Dynamik im Sinne kontinuierlicher Enttäuschungen, d.h. ein bestimmter Umgang mit leiblicher Zeitigung, zentral für die Entwicklung von Burnout über die Zeit hinweg ist. Zudem ist Burnout selbst durch eine Besonderheit im temporalen Horizont der Leiblichkeit gekennzeichnet, die anderes als Störung empfundenes Erleben bedingen kann.

In Bezug auf das Verhältnis zu anderen zeitlichen Prozessen des Bewusstseinsflusses deutete sich die hohe Relevanz der Zeitlichkeit des Leibes darin an, dass sie nicht auf leiblich-körperliche Prozesse beschränkt ist, sondern auch andere Dimensionen der Erfahrung strukturiert. Es gehört zum Leibsein des Selbst, das mehr umfasst als die ausgedehnt-körperliche Dimension des Raumes, dazu, sich in

kontinuierlicher lebendiger Bewegung zu befinden und eine stete Variation der Haltung protentional zu erwarten. Es bedarf hier noch weiterer phänomenologischer Analysen der leibzeitlichen Strukturen in den unterschiedlichsten subjektiven Akten, um die genaue Tragweite der Zeitlichkeit des Leibes zu bestimmen. Allerdings stellen der widersprüchliche temporale Horizont im Burnout und die mannigfaltigen Möglichkeiten der Enttäuschung leiblicher Protentionalität als sein erfahrungsmäßiger Ausgangspunkt auf unterschiedlichsten Erfahrungsebenen einen Fingerzeig auf das breite Vorkommen dieser Zeitigungsform dar. Wie fundamental die Zeitlichkeit des Leibes für den subjektiven Vollzug im Gesamten ist, lässt sich schließlich auch daran festmachen, dass seine protentionalen Gesetzmäßigkeiten auch bei gegenläufigen Erfahrungen standhalten. Obwohl stets bspw. in der gleichen Arbeitshaltung verharrt wird, bleibt die protentionale Erwartung eines zu kommenden Wechsels der Haltung auch bei kontinuierlicher Enttäuschung dieser Erwartung aufrecht. Sie bleibt auch dann noch wesentlicher Anteil des protentionalen Erwartungsbewusstseins, wenn ihre Enttäuschung ebenfalls protendiert wird. Das bedeutet, dass sie auch dann nicht zum Verschwinden kommt, wenn laufende und vergangene Erfahrung eigentlich die Aufgabe einer solchen protentionalen Erwartung motivieren würde. Trotz dieser Unerschütterlichkeit leibzeitlicher Strukturen ist eine Störung der Zeitlichkeit des Leibes möglich, insofern gewisse durch habitualisierte Erfahrungen bestimmte temporale Horizonte – z.B. im Burnout – als pathologisch empfunden werden und in Folge den subjektiven Vollzug nachhaltig in den unterschiedlichsten Dimensionen beeinträchtigen können.

Literatur

- Abraham, A. (2016): »Biographische Rekonstruktion und leibliche Erfahrung. Ansatzpunkte zum Verstehen und zur Bearbeitung von Erschöpfung«. In: *Bo-dytime. Leib und Zeit bei Burnout und in anderen Grenzerfahrungen*, hrsg. von R. Esterbauer [u.a.], Freiburg: Alber, S. 176–196.
- Behnke, E. (2009): »Bodily Protentionality«. In: *Husserl Studies*, 25, S. 185–217.
- Bianchi, R. [u.a.] (2013): »Comparative Symptomatology of Burnout and Depression«. In: *Journal of Health Psychology*, 18 (6), S. 782–787.
- Bianchi, R. [u.a.] (2015): »Burnout-depression Overlap: a Review«. In: *Clinical Psychological Review*, 36, S. 28–41.

- Burisch, M. (2006): *Das Burnout-Syndrom. Theorie der inneren Erschöpfung.* 3., überarbeitete Auflage, Heidelberg: Springer.
- Colombetti, G. (2011): »Varieties of Pre-reflective Self-awareness: Foreground and Background Bodily Feelings in Emotion Experience«. In: *Inquiry: An Interdisciplinary Journal of Philosophy*, 54, S. 293–313.
- Colombetti, G. (2014): *The Feeling Body. Affective Science Meets the Enactive Mind*. Cambridge: MIT.
- Freudenberger, H. J. / Richelson, G. (1980): *Out. The High Cost of High Achievement*. Garden City: Anchor.
- Fuchs, T. (2005): »Corporealized and Disembodied Minds: a Phenomenological View of the Body in Melancholia and Schizophrenia«. In: *Philosophy, Psychiatry & Psychology*, 12, S. 95–107.
- Fuchs, T. (2007a): »The Temporal Structure of Intentionality and its Disturbance in Schizophrenia«. In: *Psychopathology*, 40, S. 229–235.
- Fuchs, T. (2007b): »Fragmented Selves. Temporality and Identity in Borderline Personality Disorder«. In: *Psychopathology*, 40, S. 379–387.
- Fuchs, T. (2010): »Temporality and Psychopathology«, in: *Phenomenology and the Cognitive Sciences*, 12, S. 75–104.
- Fuchs, T. (2016): »Self Across Time: the Diachronic Unity of Bodily Existence.« In: *Phenomenology and the Cognitive Sciences*, 15, S. 1–25.
- Fuchs, T. / Koch, S. (2014): »Embodied Affectivity: on Moving and Being Moved«. In: *Frontiers in Psychology*, 5, Article 508, S. 1–12 [doi: 10.3389/fpsyg.2014.00508].
- Gallagher, S. / Zahavi, D. (2012): *The Phenomenological Mind*. 2., aktualisierte Auflage, London: Routledge.
- Grabe, M. (2012): *Zeitkrankheit Burnout. Warum Menschen ausbrennen und was man dagegen tun kann*, Marburg: Francke.
- Hallsten, L. (1993): »Burning Out: a Framework«. In: *Professional Burnout*, hrsg. von W. B. Schaufeli, C. Maslach u. T. Marek, Washington D.C.: Taylor & Francis.
- Husserl, E. (1950 ff.): Gesammelte Werke (= Husserliana):
- Hua 4 (1952): *Ideen zu einer reinen Phänomenologie und phänomenologischen Philosophie. Zweites Buch*, hrsg. von M. Biemel, Den Haag: Nijhoff.
 - Hua 10 (1966): *Zur Phänomenologie des inneren Zeitbewusstseins (1893–1917)*, hrsg. von R. Boehm, Den Haag: Nijhoff.
 - Hua 11 (1966): *Analysen zur passiven Synthesis. Aus Vorlesungs- und Forschungsmanuskripten (1918–1926)*, hrsg. von M. Fleischer, Den Haag: Nijhoff.
 - Hua 14 (1973): *Zur Phänomenologie der Intersubjektivität. Texte aus dem Nachlass (1921–1928). Zweiter Teil*, hrsg. von I. Kern, Den Haag: Nijhoff.
 - Hua 19/1 (1984): *Logische Untersuchungen. Bd. 2: 1. Teil. Untersuchungen zur Phänomenologie und Theorie der Erkenntnis*, hrsg. von U. Panzer, Den Haag: Nijhoff.
 - Hua 33 (2001): *Die Bernauer Manuskripte über das Zeitbewusstsein (1917/1918)*, hrsg. von R. Bernet u. D. Lohmar, Dordrecht: Kluwer.
- Kleiber, D. / Enzmann, D. (1990): *Burnout. Eine internationale Bibliographie*, Göttingen: Hogrefe.

Über die Zeitlichkeit des Leibes und die Möglichkeit ihrer Störung

- Koch, S. [u.a.] (Hrsg.) (2012): *Body Memory, Metaphor and Movement*, Amsterdam: John Benjamins.
- Lauderdale, M. (1981): *Burnout*. Austin: Learning Concepts.
- Legrand, D. (2007): »Pre-reflective Self-consciousness: On Being Bodily in the World«. In: *Janus Head*, 9, S. 493–519.
- Meier, S. T. (1983): »Toward a Theory of Burnout«. In: *Human Relations*, 36, S. 899–910.
- Moskalewicz, M. (2015): »Disturbed Temporalities. Insights from Phenomenological Psychiatry«, in: *Time & Society*, S. 1–19 [doi: 10.1177/0961463X15577257].
- Niel, L. (2011): *Absoluter Fluss. Urprozess. Urzeitigung. Husserls Phänomenologie der Zeit*, Würzburg: Königshausen & Neumann.
- Pines, A. (1988): *Keeping the Spark Alive: Preventing Burnout in Love and Marriage*, New York: St. Martin's Press.
- Pöltner, G. (2016): »Die zeitliche Struktur der Leiblichkeit«. In: *Bodytime. Leib und Zeit bei Burnout und in anderen Grenzerfahrungen*, hrsg. von R. Esterbauer [u.a.], Freiburg: Alber, S. 17–33.
- Ratcliffe, M. (2012): »Varieties of Temporal Experience in Depression«. In: *The Journal of Medicine and Philosophy*, 37 (2), S. 114–138.
- Slaby, J. (2008): »Affective Intentionality and the Feeling Body«. In: *Phenomenology and the Cognitive Sciences*, 7 (4), S. 429–444.
- Summa, M. (2014): *Spatio-temporal Intertwining. Husserl's Transcendental Aesthetic*, Heidelberg: Springer.