

Das überforderte Subjekt

**Zeitdiagnosen einer
beschleunigten Gesellschaft**

Herausgegeben

von Thomas Fuchs,

Lukas Iwer

und Stefano Micali

suhrkamp taschenbuch

wissenschaft

suhrkamp taschenbuch
wissenschaft 2252

In Philosophie und Sozialwissenschaften wird oft ein Zusammenhang zwischen der gegenwärtigen Gesellschaftsform und psychischen Krankheiten postuliert. Zwar ist es epidemiologisch umstritten, ob diesem als »Burn-out« oder »Erschöpfungssyndrom« diskutierten Phänomen ein realer Anstieg psychischer Erkrankungen entspricht. Dennoch kommt im Begriff der Erschöpfung eine Dynamik von Beschleunigungsphänomenen zum Ausdruck, die ihm eine zeitdiagnostische Bedeutung verleiht. Indem sie die Phänomene von Überforderung und psychischer Krankheit aus interdisziplinärer Sicht untersuchen, liefern die Abhandlungen in diesem Band zugleich Beiträge zu einem Psychogramm der heutigen Gesellschaft.

Thomas Fuchs ist Karl Jaspers-Professor für Philosophische Grundlagen der Psychiatrie und Psychotherapie am Universitätsklinikum Heidelberg.

Lukas Iwer ist Psychotherapeut in Ausbildung am Frankfurter Psychoanalytischen Institut und promoviert am Universitätsklinikum Heidelberg.

Stefano Micali ist Professor für Philosophische Anthropologie am Husserl-Archiv der Katholischen Universität Löwen.

Das überforderte Subjekt

Zeitdiagnosen einer beschleunigten Gesellschaft

Herausgegeben von Thomas Fuchs,
Lukas Iwer und Stefano Micali

Suhrkamp

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

Erste Auflage 2018

suhrkamp taschenbuch wissenschaft 2252

© Suhrkamp Verlag Berlin 2018

Alle Rechte vorbehalten, insbesondere das der Übersetzung,
des öffentlichen Vortrags sowie der Übertragung
durch Rundfunk und Fernsehen, auch einzelner Teile.

Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form
(durch Fotografie, Mikrofilm oder andere Verfahren)
ohne schriftliche Genehmigung des Verlages reproduziert
oder unter Verwendung elektronischer Systeme
verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.

Umschlag nach Entwürfen

von Willy Fleckhaus und Rolf Staudt

Druck: Druckhaus Nomos, Sinzheim

Printed in Germany

ISBN 978-3-518-29852-7

Inhalt

Thomas Fuchs, Lukas Iwer und Stefano Micali

Einleitung 7

I. Zur Philosophie und Kulturgeschichte von Überforderung

Hartmut Böhme

Müdigkeit, Erschöpfung und verwandte Emotionen im
19. und frühen 20. Jahrhundert 27

Thomas Fuchs

Chronopathologie der Überforderung. Zeitstrukturen und
psychische Krankheit 52

Stefano Micali

Depression in der unternehmerischen Gesellschaft 80

Cornelia Klinger

The selfie – oder das Selbst in seinem Welt-Bild 115

Matthias Flatscher

Kommentar: Analyse und Kritik sozial bedingter Pathologien 145

II. Epidemiologie und Soziologie der Überforderung

Josua Handerer, Julia Thom und Frank Jacobi

Die vermeintliche Zunahme der Depression auf dem Prüfstand.
Epistemologische Prämissen, epidemiologische Daten,
transdisziplinäre Implikationen 159

Johannes Siegrist

Überforderung in der Arbeitswelt: Macht sie krank? 210

*Vera King, Benigna Gerisch, Hartmut Rosa, Julia Schreiber
und Benedikt Salfeld*

Überforderung als neue Normalität. Widersprüche
optimierender Lebensführung und ihre Folgen 227

Friedericke Hardering und Greta Wagner
Vom überforderten zum achtsamen Selbst? Zum Wandel von
Subjektivität in der digitalen Arbeitswelt 258

Sabine Flick
Kommentar: Arbeitsleid als soziales Leiden 279

III. Klinische Perspektiven aus Psychiatrie und Psychotherapie

Gerd Rudolf
Das Subjekt in Zeiten der Vernetzung: selbstreflexiv oder
fremdgesteuert? 291

Marianne Leuzinger-Bohleber
Das »erschöpfte Selbst« in Zeiten des »Global Unrest«.
Klinisch-psychoanalytische Überlegungen 310

Martin Heinze und Samuel Thoma
Soziale Freiheit und Depressivität 344

Rolf Haubl
Erwerbsarbeit und psychische Gesundheit 368

Lukas Iwer
Kommentar: Individuelle und gesellschaftliche Perspektiven
auf psychisches Leiden 389

Bildnachweise 399
Hinweise zu den Autorinnen und Autoren 400

*Thomas Fuchs, Lukas Iwer
und Stefano Micali*

Einleitung

Erschöpfung, Entfremdung, Burn-out, Depression: In Philosophie, Kultur- und Sozialwissenschaften wird häufig ein Zusammenhang zwischen unserer gegenwärtigen Gesellschaftsform und psychischen Krankheiten postuliert. Anlass dazu geben etwa die Statistiken der deutschen Krankenkassen über eine dramatische Zunahme von psychischen Störungen in den letzten Jahrzehnten ebenso wie die großen epidemiologischen Studien des Robert Koch-Instituts (Wittchen et al. 2010) oder der Weltgesundheitsorganisation (WHO 2008) zur Prävalenz depressiver Störungen. Danach ist zu erwarten, dass Depressionen in den westlichen Gesellschaften zur führenden Ursache für Behinderung und Arbeitsausfall aufsteigen und damit die kardiovaskulären Krankheiten ablösen werden.¹ Als mögliche Ursachen werden Leistungsverdichtung, Intensivierung und Beschleunigung der Arbeitsprozesse, fortschreitende Digitalisierung, steigende Mobilität und vermehrter Konkurrenzdruck bei gleichzeitig zunehmender Arbeitsplatzunsicherheit genannt. Auch wenn die epidemiologischen Befunde umstritten sind und eine brisante Debatte ausgelöst haben, so ist eine zunehmende Relevanz von »Überforderungserkrankungen« in Gesellschaft und Öffentlichkeit kaum zu bestreiten.

Nun ist der in der Öffentlichkeit gebräuchlich gewordene Be-

1 So haben sich laut DAK-Gesundheitsreport (2016) die Fehltagel aufgrund einer psychischen Erkrankung in den letzten zwanzig Jahren verdreifacht, laut AOK-Fehlzeitenreport (2017) in den letzten zehn Jahren um 79,3 Prozent. Bei Frauen sind psychische Krankheiten sogar die Hauptursache für Fehltagel am Arbeitsplatz. Insgesamt geht die Burn-out-Diagnose seit 2010 wieder zurück, dafür nimmt aber die eher stigmatisierte Depressionsdiagnose (Bahlmann et al. 2013) in der gleichen Zeit deutlich zu (DAK-Gesundheitsreport 2016). Unabhängig vom Diskurs über eine Modediagnose »Burn-out« (Dornes 2016; Neckel/Wagner 2013) weisen diese Daten auf eine steigende subjektiv empfundene Belastung hin. Das Gleiche gilt für die eklatant gestiegene Verordnung von Antidepressiva – in Deutschland zwischen 1991 und 2016 auf das 7,5-Fache (Arzneiverordnungs-Report 2017). Zur kritischen Diskussion dieser epidemiologischen Daten vgl. den Beitrag von Handerer et al. in diesem Band.

griff des *Burn-out* keineswegs neu. Er wurde 1974 von dem amerikanischen Psychoanalytiker Hans Freudenberger (1974) im Kontext von Helfer- und Pflegeberufen eingeführt. In Deutschland hat Wolfgang Schmidbauer (1977) das Syndrom der »hilflosen Helfer« bekannt gemacht. Das Ausbleiben von emotionaler Bestätigung bei gleichzeitig hohen Idealen, Nähe- und Wirksamkeitserwartungen führt zu chronischer Selbstüberlastung und Enttäuschung bis hin zum »Ausbrennen« der psychischen Reserven. Gerade der Enttäuschungsaspekt prädestiniert das Burn-out-Syndrom auch zur Leitdiagnose einer Gesellschaft, in der die Selbstverwirklichung in der Arbeit als besonders hohes Gut angesehen wird (Neckel/Wagner 2013). Allerdings sollte dann eher von einer Enttäuschungs- als von einer Erschöpfungsdepression gesprochen werden, wie sie mit dem Begriff des Burn-out suggeriert wird. Zumindest hat die Entstehung der Störung weniger mit einer zeitlichen Überlastung oder Arbeitsüberlastung zu tun – auch wenn diese Erklärung den Betroffenen ein Gefühl der Selbstrechtfertigung verschaffen mag – als vielmehr mit einem chronischen Missverhältnis zwischen Aufwand, Erwartung und Gratifikation (vgl. den Beitrag von Siegrist in diesem Band).

Mit der *Neurasthenie* wurde bereits am Ende des 19. Jahrhunderts ein psychopathologisch ähnliches Syndrom beschrieben, dem eine vergleichbare öffentliche Aufmerksamkeit zukam (Kury 2012). Es wird bis heute im psychiatrischen Diagnosesystem ICD-10 als psychische Störung klassifiziert, während »Burn-out« nur eine Zusatzdiagnose darstellt und somit gar nicht den eigentlichen psychischen Störungen zugeordnet ist (Berger et al. 2012). Wenn nun das in der Öffentlichkeit und den Sozialwissenschaften breit diskutierte Phänomen des Burn-out in den professionellen Klassifikationssystemen nur einen Nischenraum besetzt, stellt sich die Frage, was sich hinter der Debatte um die Anforderungen an die Subjekte in der Gesellschaft der Spätmoderne verbirgt. Ist diese Debatte nur Ausdruck eines unspezifischen Unbehagens oder spiegelt sich in der psychischen Vulnerabilität der Individuen und in einem ökonomisch relevanten Anstieg von krankheitsbedingten Arbeitsausfällen eine reale Überforderung wider? Könnte das Burn-out-Syndrom ein Anzeichen für eine Transformation der gesellschaftlichen Anforderungen an heutige Individuen darstellen? Um diese Fragen zu beantworten, ist es zunächst erforderlich, spezifische Merkma-

le der zeitgenössischen Gesellschaft zu identifizieren, die zu einer Überforderung beitragen könnten.

Anforderungen an das Subjekt

Phänomene der Überforderung setzen offenbar steigende Anforderungen voraus, mit denen sich Individuen entweder konfrontiert sehen oder die sie sich selbst auferlegen. Zwischen beiden Möglichkeiten lässt sich freilich nicht scharf trennen: Für soziale Subjekte ist es nämlich charakteristisch, dass sie äußere Anforderungen häufig internalisieren, also in innere Gebote, Anpassungsbereitschaften oder auch eigene Motivationen und Wünsche umwandeln. Eine solche Internalisierung spielt, etwa im Motiv der »Selbstoptimierung«, gerade im gegenwärtigen Zeitgeist eine besondere Rolle (vgl. den Beitrag von King et al. in diesem Band). Ob nun die Anforderungen das Individuum eher von außen, von innen oder aus beiden Richtungen bedrängen – für die Überforderung ist kennzeichnend, dass es sich diesen Ansprüchen gegenüber nicht mehr als autonomes, selbstbestimmtes Subjekt, sondern vielmehr als unterworfenen »subiectum« erfährt (vgl. den Beitrag von Klinger in diesem Band). Selbst internalisierte Anforderungen, mit denen sich das Individuum bislang identifizieren konnte, treten ihm nun als ein Fremdes gegenüber. Entsprechend sind Klagen über eine Entfremdung und Sinnlosigkeit des eigenen Tuns typisch für vom Burn-out betroffene Patienten. Überforderung stellt sich ein, wenn Subjekte trotz Mobilisierung aller Fähigkeiten und Ressourcen äußere und innere Anforderungen nicht mehr erfüllen können *und zugleich* diese Forderungen als fremd erfahren, ja sich ihnen ohnmächtig unterworfen fühlen.

Diese Vorbemerkungen sind erforderlich, wenn wir uns nun der Vielzahl von Anforderungen an das zeitgenössische Subjekt zuwenden, die in Philosophie und Sozialwissenschaften beschrieben wurden. Sie sind nie rein als solche zu beurteilen, denn es geht immer auch darum, wie sich das Subjekt diesen Anforderungen gegenüber verhält, das heißt, in welchem Maß es sich mit ihnen identifiziert, sie womöglich in Erfolge umzusetzen vermag oder aber sich als ihnen unterworfen und fremdbestimmt erlebt.

Beginnen wir mit Phänomenen der gesellschaftlichen Beschleu-

nigung. Schon vor drei Jahrzehnten prägte der Kulturtheoretiker Paul Virilio (1989) für die moderne kapitalistische Gesellschaft die Bezeichnung »Dromokratie«.² Danach übt ihre sich fortwährend beschleunigende Dynamik bereits als solche eine Herrschaft über die Individuen aus. Sie ist charakterisiert durch eine zunehmende Auflösung des Raums und seiner identitätsstiftenden Orte, an denen man sich leiblich aufhalten und verweilen konnte. Dieser geliebte Raum löst sich auf zugunsten der ständigen Beschleunigung von Verkehr und Kommunikation, aber auch von Produktion und Konsumtion, gipfelnd in der weltumspannenden Gleichzeitigkeit der virtuellen Medien- und Datenräume, in denen Bilder, Informationen oder Geldsummen in Sekundenbruchteilen über den Globus transferiert werden. Im Verlust des Raums und in der Verdichtung der Zeit liegt für Virilio das Schicksal der gegenwärtigen Kultur begründet: Entfremdung durch Geschwindigkeit, schwindende leibliche Gegenwart und zugleich »rasender Stillstand«. Die Thematik der Beschleunigung ist auch von anderen Autoren vielfach aufgegriffen worden (z. B. Geißler 1985; Han 2010; Rosa 2005).

Wie den meisten kulturpessimistischen Zeitdiagnosen wird man auch Virilios These eine einseitige Zuspitzung nicht absprechen können. Falls sie aber zumindest Entwicklungstendenzen der westlichen Welt trifft – und das wiederum lässt sich kaum bestreiten –, so sollte sich dies in einem zunehmenden Unbehagen der Individuen in dieser Kultur niederschlagen. Freilich einem Unbehagen, das weniger wie zu Freuds Zeiten in sexuellem Triebverzicht begründet ist als in Erfahrungen der Desynchronisierung, des Zurückbleibens, der Entfremdung und der Erschöpfung – auch wenn sich diese oft nur unterschwellig zu einer schleichen- den Überforderung summieren. Nicht mehr das zügellose »Es«, sondern unsere leibliche Verfassung scheint sich gegen den neuerlichen Kulturfortschritt zu sträuben. Schließlich ist unser Leib mit seinen rhythmisch-zyklischen Zeiten, seiner Erholungsbedürftigkeit, seiner langsamen Fortbewegung und seiner Bindung an vertraute Umgebungen ein eher konservatives Gebilde, das mit ständiger Beschleunigung und Virtualisierung in Konflikt geraten muss. Gemessen am Stand unserer Beschleunigungstechniken,

2 Von griechisch *drómos*, der Lauf.

so könnte man sagen, sind wir eigentlich schon anachronistische Wesen.

Nun lässt sich ein solches Unbehagen, so verständlich es wäre, nicht leicht verlässlich diagnostizieren. Die wohl bekannteste Diagnose artikuliert der französische Soziologe Alain Ehrenberg (1998/2008) mit seiner These des »erschöpften Selbst« als Ursache gegenwärtiger Depressionen. Folgt man Ehrenbergs Argumentation, so resultiert das Unbehagen weniger aus leidvoller Triebunterdrückung und aus Verdrängungsprozessen als aus den kompetitiven Anforderungen der heutigen Gesellschaftsform an die in ihr lebenden Subjekte. Die Depression bedeutet die Kapitulation vor diesen Anforderungen der Selbstbehauptung; sie wird zur Epidemie der Erschöpften, die sich ihr Zurückbleiben als mangelnde Flexibilität und Belastbarkeit, als individuelles Versagen zuschreiben. Ihnen steht auf der anderen Seite eine Schicht von Leistungsträgern gegenüber, die die manische Beschleunigung in allen Lebensbereichen vorantreiben.

Aus dieser Sicht stellt die Beschleunigung allerdings nur eine unter verschiedenen Voraussetzungen dar. Ehrenberg zufolge sind heutige Subjekte insbesondere von der zunehmenden *Freiheit* hinsichtlich ihrer Lebensform und ihres Arbeitslebens überfordert. Die Wurzeln depressiver Erschöpfung seien in der Überlastung zu finden, die den Individuen durch den ständigen Zwang zur Selbstwahl und Selbstoptimierung auferlegt sei – wie schon im französischen Titel *La fatigue d'être soi* angedeutet. War früher der Konflikt mit gesellschaftlichen Normen die Hauptursache psychischer Störungen, so liegt sie für Ehrenberg heute in einem Gefühl peinlichen Ungenügens. Der Leitaffekt der Depression habe sich dementsprechend von der moralischen *Schuld* zur narzisstischen *Scham* verlagert: Der heutige Depressive schämt sich seines Versagens gegenüber den kulturellen Leitbildern von Jugend, Dynamik, Optimismus und Selbstverwirklichung. Freilich sieht auch Ehrenberg eine wichtige Quelle der Überforderung in der zeitlichen Dynamik und Mobilität kapitalistischer, zunehmend digitalisierter Gesellschaften, führt dies doch zu einem Herausfallen von Individuen sowohl aus beschleunigten Arbeitsprozessen wie auch aus sozialen Beziehungen. Sofern sie unvermeidliche Rückstände, Trennungen oder Verluste nicht in der knappen Zeit bewältigen, die dafür heute noch zugestanden wird, geraten sie in eine gesellschaftlich

nicht mehr akzeptable *Remanenz*: Sie bleiben zurück, fixiert auf die Vergangenheit, unfähig, am allgemeinen Fortschritt teilzunehmen (Fuchs 2002; Rosa 2005).

Weitere, verwandte Zeitdiagnosen schließen sich an. So charakterisiert Zygmunt Bauman (2000/2003) die Gegenwart als »flüchtige Moderne«, in der alte soziale Strukturen immer schneller zerrinnen und es die Aufgabe der Individuen ist, ihre je eigene Lebensform stets neu zu gestalten. Dies erinnert durchaus an Ehrenbergs Diagnose der Depression als »Krankheit der Freiheit«. Ähnlich beschreibt Richard Sennett (1998) die zeittypische Persönlichkeitsstruktur als den »flexiblen Charakter«, der sich unentwegt den wechselnden Anforderungen des Marktes anzupassen habe, wobei aber die zunehmende Flexibilisierung und Prekarisierung der Arbeitswelt zu einer kollektiven Angst führe. In der deutschsprachigen Soziologie spricht man angesichts dieser neuen Anforderungen an Arbeitnehmer vom »unternehmerischen Selbst« (Bröckling 2007) oder vom »Arbeitskraftunternehmer« (Voß/Weiß 2013). Dieser habe, so Byung-Chul Han (2010), die alte Ausbeutung durch den Unternehmer im Frühkapitalismus als Selbstaussbeutung internalisiert. Axel Honneth (2002) zufolge handelt es sich hier um »Paradoxien der Individualisierung«, in denen die Selbstverwirklichung als das eigentliche Versprechen moderner Gesellschaften von der kapitalistischen Verwertungslogik des neoliberalen Systems angeeignet wurde. In dieser »organisierten Selbstverwirklichung« erfahren die Individuen eher eine Selbstentfremdung als eine Resonanz zwischen Selbst und Welt (Jaeggi 2005/2016; Rosa 2016).

Kritische Positionen in der Burn-out-Debatte

So plausibel diese Sichtweisen erscheinen, so sehr wurden diese Analysen der heutigen Gesellschaftsform doch ihrerseits kritisiert. Die wohl wichtigste Kritik stammt aus der Epidemiologie, der zufolge der wahrgenommene Anstieg von Depressions- und Burn-out-Diagnosen nicht mit einer erhöhten Realprävalenz dieser Erkrankungen in Einklang steht. So bilden beispielsweise die Statistiken der Krankenkassen zwar einen Anstieg an *diagnostizierten* psychischen Störungen ab, dieser lasse sich jedoch in großen epidemiologischen Studien nicht bestätigen (Dornes 2016; Jacobi 2012;

Maske et al. 2016). Veränderungen der Krankheitsklassifikation, der Diagnosegewohnheiten, aber auch der Inanspruchnahme des medizinischen Versorgungssystems seitens der Betroffenen lassen unterschiedliche Interpretationen der Befunde zu – diese Fragen werden auch im vorliegenden Band diskutiert (siehe vor allem die Beiträge von Handerer et al. sowie Siegrist in diesem Band). So ist beispielsweise eine Tendenz zur Ausweitung psychiatrischer Diagnosen in der Neuauflage des amerikanischen Diagnosemanuals für psychische Krankheiten, DSM-5, unverkennbar. Kritiker monieren, dass Psychiatrie und Psychotherapie zunehmend dazu übergehen, normales menschliches Erleben beziehungsweise unvermeidliches Leiden zu »medikalisieren«, insbesondere im Hinblick auf depressive Störungen (Frances 2013; Heinz 2014; Horwitz/Wakefield 2007).

In diesem Zusammenhang spielt auch der Umgang mit dem medial omnipräsenten Burn-out-Etikett eine Rolle. Es ermöglicht neuerdings vielen Menschen, die eigentlich an Depressionen, Angst- oder psychosomatischen Störungen leiden, ihr Leiden offen zu kommunizieren. Unter einem »Burn-out« zu leiden wirkt weniger stigmatisierend als andere psychische Störungen und kann im neoliberalen Zeitgeist unter Umständen sogar als Auszeichnung gelten. Allein der Begriffsgebrauch kann daher eine zunehmende Morbidität nahelegen, ohne dass dem eine reale Zunahme von krankheitswertigen Störungen entspricht (Bahlmann et al. 2013; Neckel/Wagner 2013; vgl. auch den Beitrag von Haubl in diesem Band).

Axel Honneth hat darauf hingewiesen, dass der Zusammenhang von individuellen Krankheiten und den in Philosophie und Sozialwissenschaften diskutierten »Pathologien des Sozialen«, wie beispielsweise den oben beschriebenen Beschleunigungsdynamiken, hoch komplexer Natur ist (Honneth 2014). So könne es durchaus eine Zunahme psychischer Krankheiten ohne das Vorliegen einer Pathologie des Sozialen im strengen Sinne geben – ebenso wie umgekehrt soziale Pathologien vorliegen können, die sich nicht in erhöhten Prävalenzen psychischer Störungen widerspiegeln. Darüber hinaus ist zu bedenken, dass es bei psychischen Störungen keinen »eigentlichen«, etwa biologisch definierten Kern der Erkrankung gibt, der sich unabhängig von soziokulturell überformten Krankheitsbegriffen herauspräparieren und dann epidemiologisch ein-

deutig erfassen ließe. Mit anderen Worten: Wie eine Gesellschaft und ihr Medizinsystem seelisches Leiden klassifizieren, interpretieren und behandeln, beeinflusst immer auch die Selbstinterpretation und das Leiden betroffener Menschen selbst.

Schließlich sollte bei der einseitigen medialen Diskussion über das Burn-out-Phänomen nicht vernachlässigt werden, dass weitere Aspekte der Überforderung existieren, die über arbeitsbedingte Erschöpfung hinausgehen. So macht beispielsweise Hartmut Rosa deutlich, dass der von ihm diagnostizierte Resonanzverlust in der beschleunigten Gesellschaft neben depressiven Reaktionen auch autoaggressive und fremdaggressive Tendenzen fördern kann. In eine ähnliche Richtung argumentieren aktuelle psychoanalytische Arbeiten, die den Zusammenhang von Identitätskrisen in der Adoleszenz und heutigen sozialen Anforderungen thematisieren.³ US-amerikanischen Untersuchungen zufolge nehmen depressive und suizidale Reaktionen bei Jugendlichen, insbesondere bei Mädchen, seit 2010 gegenüber den zwei Jahrzehnten zuvor sprunghaft zu, und zwar nachweislich in Relation zu ihrer Nutzung von sozialen Medien (Twenge et al. 2018). Autoaggressive Symptome wie Selbstverletzungen oder Suizidhandlungen, aber auch fremdaggressive, dissoziale Entwicklungen können insofern auch als Überforderungsphänomene unter den Bedingungen von erhöhtem sozialem und medialem Stress verstanden werden.

Zur Phänomenologie der Überforderung

Nehmen wir nun die Grundfrage nach dem »überforderten Subjekt« wieder auf. Im vorliegenden Band versuchen wir, verschiedene Phänomene der Überforderung zu analysieren, um so einen Beitrag zu einem Psychogramm der gegenwärtigen Gesellschaft zu leisten. Eine *Phänomenologie* von Überforderungserfahrungen sowohl in präklinischen Situationen als auch in manifesten Erkrankungen bietet dafür eine wichtige Grundlage. Sie vermag nämlich die Mechanismen zu erhellen, in denen gesellschaftliche Veränderungsprozesse mit ihren wechselnden oder zunehmenden Anforderungen einerseits und individuelle Internalisierungen, An-

3 Vgl. Rosa 2016; 2017: 350 f.; Leuzinger-Bohleber 2016; Gerisch 2009.

passungen, Bewältigungsversuche oder Überlastungen andererseits ineinandergreifen.

Ein zentraler Ansatz der Phänomenologie liegt dabei in der Analyse von *Chronopathologien* – Leiden, die im weitesten Sinn aus dem menschlichen Grundverhältnis zur Zeit resultieren. Dazu gehören die Erfordernisse und Belastungen intersubjektiver Zeitabstimmung, das Leiden unter Stress und Beschleunigung, die Verlangsamung des Zeiterlebens in der Depression und nicht zuletzt das Leiden unter der begrenzten Lebenszeit. Auch in solchen Chronopathologien greifen individuelle und soziale Zeitordnungen und -dynamiken ineinander, wobei Konflikte zwischen zyklischen Eigenzeiten (etwa dem Wechsel von Verausgabung und Erholung, Wachen und Schlafen usw.) und der linear-homogenen Welt- oder Uhrzeit eine besondere Rolle spielen (vgl. den Beitrag von Fuchs in diesem Band). Überforderung lässt sich aus dieser Sicht als eine *Desynchronisierung* begreifen, in der Subjekte mit zeitlich verdichteten Anforderungen nicht mehr Schritt halten können und in eine zunächst psychosoziale, dann aber auch zunehmend physiologische Zeitentkoppelung geraten, die schließlich in die Depression münden kann.

Auch die Anforderungen an die moderne Identität und damit verbundene psychopathologische Phänomene wurden in der Phänomenologie diskutiert. Sie kommen etwa im klassischen, von Hubertus Tellenbach beschriebenen »Typus Melancholicus« zum Ausdruck, einer Persönlichkeitsstruktur, die zur sozialen Konformität tendiert und gerade deswegen zur *Remanenz*, zum schuldhaft erlebten Zurückbleiben und schließlich zur Depression disponiert ist.⁴ Auch wenn inzwischen narzisstische Persönlichkeitsstrukturen für depressive Reaktionen eine größere Rolle spielen, kann Tellenbachs Begriff der Remanenz immer noch zu einem tieferen Verständnis der Überforderung beitragen. Zudem ist darauf hinzuweisen, dass auch neuere sozialphilosophische Arbeiten auf phänomenologische Erkenntnisse zurückgreifen (Honneth 2005/2015; Jaeggi 2005/2016), wobei die am deutlichsten von der Phänomenologie geprägte Konzeption Hartmut Rosas (2016) *Resonanztheorie* darstellt. Die phänomenologische Analyse von Gemeinsamkeiten und Unterschieden in der subjektiven Erfahrung von Überforde-

4 Tellenbach 1983; Fuchs 2002; Micali 2010; vgl. auch den Beitrag von Micali in diesem Band.

rung kann eine besondere methodische Grundlage für den Dialog zwischen den Disziplinen Philosophie, Soziologie, Psychiatrie und Psychotherapie darstellen, den wir mit diesem Band fördern wollen.

Über dieses Buch

Der vorliegende Band ist in drei Teile gegliedert. Im ersten Teil werden kulturgeschichtliche und philosophische Aspekte von Phänomenen der Überforderung, Erschöpfung oder Beschleunigung behandelt. Die Beiträge versuchen insbesondere diese Phänomene vor dem Hintergrund der Genealogie und der Zeitlichkeit gegenwärtiger Subjektivität in einer beschleunigten Gesellschaft zu verstehen.

Der erste Beitrag stammt von *Hartmut Böhme*. Für ihn ist offensichtlich, dass es der Aufstieg der industriellen Arbeit und der rationalen Verwaltung, die Verdichtung des Verkehrs und das Aufkommen großstädtisch hektischer Lebensformen mit all den damit verbundenen Modernisierungsschäden sind, die den Hintergrund für Verschiebungen in der Sozialpsychologie der Bevölkerung bilden. Dennoch fragt der Autor, ob Müdigkeit und Erschöpfung, längst eine durch alle Diskursebenen wandernde Erkennungsformel, überhaupt zu analytischen Begriffen werden können. Welche Diffusionen und sozialen Verteilungen sind zu beobachten? Welche Rolle spielen weiche Diskurse wie die Literatur, die mit diesen Phänomenen schon seit der Romantik beschäftigt sind? Wie hängen Signaturen des *Fin de Siècle* mit den Erschöpfungssyndromen zusammen, die heute von Psychologen, Arbeitswissenschaftlern und Medizinern diagnostiziert werden?

Thomas Fuchs entwirft in seinem Beitrag anhand kulturhistorischer und phänomenologischer Überlegungen eine »Chronopathologie der Überforderung«. Auf der einen Seite entwickelt er die Konzeption einer zyklischen Zeit, die besonders die Prozesse des Lebens und des Körpers charakterisiert, die aber auch die Organisation der Gesellschaften in vormoderner Zeit prägte. Im Kontrast dazu stehe die lineare, beschleunigte Zeitdynamik der Moderne, die mit der zyklischen Zeit notwendig in Konflikt geraten müsse. Vor diesem Hintergrund lässt sich die Depression dann als eine

Desynchronisierung von Körper und Umwelt wie auch von Individuum und Sozietät beschreiben, die unter den Bedingungen einer Beschleunigung und Intensivierung des Arbeitslebens eine erhöhte Gefahr darstellt.

An die Frage nach der Zeitlichkeit der Depression anknüpfend, erörtert *Stefano Micali* die soziale Relevanz der Depression in der »unternehmerischen Gesellschaft«. Um die spezifische Form von Überforderung zu klären, die ihr zugrunde liegt, verbindet der Autor Dispositiv- und Diskursanalysen des Sozialen im Sinne Foucaults mit einer phänomenologischen Analyse der Depression. Dabei stellt er die These auf, dass ein Spiegelungsverhältnis zwischen der phänomenologischen Struktur der Depression einerseits und zeittypischen Remanenzerscheinungen in der »unternehmerischen Gesellschaft« andererseits existiere, die ein Erleben des schuldhaften Zurückbleibens begünstige.

Cornelia Klinger entwickelt in ihrem Beitrag eine Genealogie des spätmodernen Selbst in drei Phasen, nämlich vom *Subjekt* über das *Individuum* zum *Singulum*. Die Entwicklung beginnt mit der Selbstaufstellung des souveränen Subjekts in der »Sattelzeit der westlichen Moderne« (1750-1830). Im Verlauf des 19. Jahrhunderts jedoch überlässt das als Herr seines Geschicks letztlich untaugliche Subjekt den objektiven Apparaten Staat und Wirtschaft die anonyme Herrschaft der Sachzwänge, um als Individuum nur noch über die relative Freiheit der Privatsphäre zu verfügen. Mit dem Aufstieg der neoliberalen Ökonomie und der Informations- und Kommunikationstechnologien im ausgehenden 20. Jahrhundert mutiert das Individuum schließlich zum *Singulum*, das trotz scheinbarem Freiheitsgewinn durch Vereinzelung enger an die Systemmechanismen angeschlossen ist als je zuvor. (Selbst-)Überforderung ist demnach, so Klingers These, der Entwicklung des modernen Subjekts inhärent.

Der Kommentar von *Matthias Flatscher* zeigt strukturelle Affinitäten ebenso wie Differenzen der Beiträge des Abschnittes auf. Am Ende seiner Überlegungen hebt Flatscher die Notwendigkeit hervor, Erschöpfung und Depression nicht nur als sozial bedingte Pathologien zu lesen, sondern die Phänomene von Selbstdisziplinierung und Selbstoptimierung als durchaus kalkulierte Effekte des Neoliberalismus zu verstehen, um politisches Aufbegehren und ökonomische Systemveränderungen zu verhindern.

Im zweiten Teil des Buchs werden epidemiologische und soziologische Perspektiven auf das Phänomen der Überforderung dargestellt. Die Beiträge verbinden dabei theoretische Überlegungen mit soziologischen Untersuchungen. Zu Beginn stellen *Josua Handerer*, *Julia Thom* und *Frank Jacobi* die vermeintliche Zunahme insbesondere der »Volkskrankheit Depression« als Beleg für eine allgemeine Überforderung theoretisch und empirisch auf den Prüfstand. Nachdem sie die epistemologischen Prämissen und inhaltlichen Differenzen verschiedener Depressionsbegriffe herausgearbeitet haben, untersuchen sie methodenkritisch die Datenlage zur epidemiologischen Verteilung und Entwicklung klinisch definierter Depressionen. Da sich eine Zunahme der Depression empirisch nicht belegen lässt, diskutieren sie abschließend die naheliegende, aber nur selten gestellte Frage, warum die Häufigkeit von Depression trotz deren vermehrter Behandlung bisher nicht *abgenommen* hat.

Die Frage, ob Überforderung in der Arbeitswelt krank macht, wird von *Johannes Siegrist* aus der Perspektive der empirisch-sozial-epidemiologischen Forschung beantwortet. Demnach sind es durchaus spezifische, anhand theoretischer Modelle identifizierte Belastungen, die das Risiko stressbedingter Erkrankungen bei den Beschäftigten erhöhen. Hierzu zählen vor allem Arbeitsplätze mit hohem Leistungsdruck und eingeschränktem Kontroll- und Entscheidungsspielraum sowie Beschäftigungsverhältnisse, in denen der erbrachten Leistung keine angemessenen Gratifikationen (Gehalt, Arbeitsplatzsicherheit, Aufstiegschancen, Wertschätzung) entsprechen. Da diese Belastungen im Kontext wirtschaftlicher Globalisierung eher zunehmen, bietet die vorliegende wissenschaftliche Evidenz, so der Autor, klare Ansatzpunkte für verstärkte Investitionen in eine gesundheitsfördernde Arbeitswelt auf betrieblicher und überbetrieblicher Ebene.

Der Beitrag von *Vera King*, *Benigna Gerisch*, *Hartmut Rosa*, *Julia Schreiber* und *Benedikt Salfeld* thematisiert Varianten einer kulturellen *Normalisierung von tendenziell überfordernden Praktiken* in Institutionen, Biographie und Lebensführung, die als Folgewirkungen spätmoderner Optimierungsanforderungen begriffen werden können. Die empirischen Befunde verdeutlichen, dass sich die Aufmerksamkeit beim Thema »Überforderung« nicht einfach nur auf definierte »Pathologien« richten darf. Für eine Analyse kultureller Entwicklungen sind vielmehr solche Prozesse von besonderem

Interesse, die (komplementär zum Begriff der »Pathologisierung«) als »Normalisierung« gefasst werden können. Normalisierung bedeutet hier also, dass destruktive, selbst- oder fremdschädliche Praktiken zur »normalen«, selbstverständlichen oder gar erstrebenswerten Praxis mutieren und dass dabei ihre sozialen und psychischen Kosten wie nicht zuletzt auch ihre zerstörerischen Potenziale ausgeblendet werden.

Friedericke Hardering und *Greta Wagner* beschreiben die neu entstehende Subjektivierungsform des »achtsamen Selbst«, die sich als Antwort auf die vielfältigen Überforderungen im digitalen Kapitalismus lesen lässt. Auf der Grundlage von Ratgeberliteratur wird gezeigt, welche Selbstverständnisse und Praktiken in der modernen Arbeitswelt vorgeschlagen werden, um die allgegenwärtigen Reize und steigenden Wettbewerbsanforderungen handhabbar zu machen. Achtsamkeit und Abgrenzung von Arbeit stellen sich in diesen Kontexten nicht länger als Momente der Kritik am Kapitalismus dar, sondern werden selbst zu Vehikeln, um den Umgang mit entgrenzten Leistungsanforderungen zu individualisieren.

In ihrem Kommentar beschreibt *Sabine Flick* die im epidemiologischen und soziologischen Teil dargestellten Überlegungen zur Überforderung als Form von sozialem Leiden und diskutiert anhand eigener Forschungen, welche Rolle soziales Leid und insbesondere Arbeitsleid heute in der Psychotherapie einnimmt.

Im dritten Teil des Bands kommen dann Autoren aus Psychiatrie und Psychotherapie zu Wort. Sie beschreiben aus psychoanalytischer und sozialpsychiatrischer Perspektive klinische Phänomene der Überforderung und diskutieren diese anhand von Fallbeispielen. Da jede Ausgestaltung menschlicher Gesellschaften Auswirkungen auf die Individuen hat, mit denen Psychiatrie und Psychotherapie sich therapeutisch beschäftigen, fragt *Gerd Rudolf*, was unsere heutige Gesellschaft für den Einzelnen und dessen Fähigkeit zur Selbstreflexion bedeutet. Ein reflexives Selbst, gebunden an Perspektivenübernahme und Sprache, ausbilden zu können, ist eine phylogenetisch jüngere Errungenschaft, die entwicklungspsychologisch intensive menschliche Beziehungen voraussetzt. Klinisch zeigen sich unter dem Einfluss der modernen Lebensbedingungen (»Vernetzung«) bei nicht wenigen Patienten deutliche Einschränkungen der für eine Persönlichkeitsentfaltung so wichtigen Fähigkeit zur Selbstreflexion und Selbstverantwortung. An deren Stelle