



universität
wien

MASTERARBEIT / MASTER'S THESIS

Titel der Masterarbeit / Title of the Master's Thesis

„Das Subjekt ohne Gesellschaft
Über das Ideal des selbstermächtigten Subjekts in der
Ratgeberliteratur“

verfasst von / submitted by

Ronja Nikolatti, BA BSc

angestrebter akademischer Grad / in partial fulfilment of the requirements for the degree of
Master of Arts (MA)

Wien, 2023 / Vienna 2023

Studienkennzahl lt. Studienblatt /
degree programme code as it appears on
the student record sheet:

UA 066 905

Studienrichtung lt. Studienblatt /
degree programme as it appears on
the student record sheet:

Masterstudium Soziologie

Betreut von / Supervisor:

Univ.-Prof. Dipl.-Pl. Univ. Dr.ⁱⁿ
Michaela Pfadenhauer

TABELLENVERZEICHNIS	4
1 EINLEITUNG	5
2 DAS SUBJEKT UND DIE GESELLSCHAFT	9
2.1 Individuelles Handeln und subjektiver Sinn	10
2.2 Subjekt und Gesellschaft – eine dialektische Perspektive	12
2.3 Die Genealogie des Subjekts	16
2.4 Subjektivität – Macht – Wissen	18
2.5 Hegemoniale Subjektkulturen und Subjektmodelle	22
2.6 Theoretische Einbettung	24
3 DAS SUBJEKT IM KONTEXT DES NEOLIBERALISMUS	26
3.1 Der Neoliberalismus – Mehr als ein politisches Programm	27
3.2 Subjektadressierungen und -ideale im Kontext des Neoliberalismus	33
Das auf sich gestellte Individuum – Eigenverantwortung als oberstes Prinzip	34
Es braucht keine bessere Welt – nur ein besseres Selbst	36
Erfinde dich neu – auf kreative Art und Weise	37
Sei du selbst – aber im Rahmen der sozialen Ordnung	38
Entwickle dich, optimiere dich – besser geht immer!	40
Good vibes only – positive Emotionalität und der Glückswahn	42
3.3 Die Subjektivierungsforschung	44
3.4 Ratgeberliteratur als soziologisches Analysematerial	46
3.5 Zielsetzung der empirischen Erhebung und Forschungsfragen	50
4 METHODOLOGISCHE GRUNDPOSITION UND VORGEHEN	53
4.1 Soziologische Interpretation – Interpretation zweiter Ordnung	54
4.2 Die Diskursanalyse – <i>Text ist Wissen und Wissen ist Macht</i>	55

4.3	Von einzelnen Aussagen zur Theorie – die Grounded Theory	57
4.4	Konkretes Methodisches Vorgehen – Analyse von Ratgeberliteratur	60
5	DAS SUBJEKT IN DER RATGEBERLITERATUR	66
5.1	<i>Unique selling point</i> – gleiches Alleinstellungsmerkmal als Verkaufsargument	66
5.2	Zentrale Ergebnisse der Analyse	69
	Veränderungen gehen von den Einzelnen aus	70
	Äußere Umstände lassen sich umdenken	72
	Das Subjekt existiert losgelöst von der Gesellschaft	74
	Die Gesellschaft fordert zu viel	77
	Menschen streben grundsätzlich nach Harmonie	79
5.3	Subjektverständnis – Subjektideale – Techniken des Selbst	82
5.4	Einbettung der Ergebnisse in den Ratgeberdiskurs	85
5.5	Einbettung der Ergebnisse in den Diskurs rund um neoliberale Subjektivität	86
6	CONCLUSIO	89
6.1	Limitationen und Ausblick	91
6.2	Abschlussbemerkung	93
7	LITERATURVERZEICHNIS	95
8	ABSTRACT	103

TABELLENVERZEICHNIS

TABELLE 1 AUSWAHL DER RATGEBERLITERATUR FÜR DIE ANALYSE	64
TABELLE 2 ERGEBNISSE DER KLAPPENTEXTANALYSE	67

1 EINLEITUNG

„Nie war die Gefahr so groß wie heute, die eigenen Wünsche und Träume zu verraten. Der moderne Mensch lebt für die Arbeit, für die Familie oder für den Facebook-Account, aber nicht mehr für sich selbst. Die Medien sagen uns, was wir denken sollen; die Modedesigner, wie wir uns zu kleiden haben; die Arbeitgeber, womit wir den Tag verbringen müssen. Oft sind Burnout und Depression die Folge dieser Anpasstheit. Erfolgsautor Martin Wehrle fordert uns deshalb dazu auf, nichts mehr nur für andere zu tun, sondern alles für uns selbst. Gemäß dem Motto: Sei einzig, nicht artig!“¹

Eine solch kompakte, universalisierende und zu einem gewissen Grad unterstellende Beschreibung der zeitgenössischen Gesellschaft ist nur eine von vielen, welche sich in der Ratgeberliteratur – hier konkret im Klappentext – finden lässt. Ohne diesem Buchformat zu viel an gesellschaftlicher Bedeutung zuzusprechen, aber auch diese nicht absprechend, stellen Ratgeber für die soziologische Forschung relevante Analysematerialien bereit. So beinhalten sie Subjektvorstellungen und -ideale, Weltanschauungen, Ideen oder Ideologien, sozio-kulturelle Regelwerke und gesellschaftliche Normen, die es allesamt erlauben, Rückschlüsse auf einen sozial geführten Diskurs zu ziehen.

Ausgehend davon, soll in der vorliegenden Analyse mithilfe qualitativ-interpretativer Methoden herausgearbeitet werden, welche angenommene und erwünschte Subjektivität sowie bereitgestellten Handlungsmöglichkeiten in zeitgenössischer, deutschsprachiger Ratgeberliteratur zur Persönlichkeitsentwicklung, geschrieben aus verschiedenen *Perspektiven* bzw. „Disziplinen“ (Psychologie, Coaching-Szene, Spiritualität, *Influencerin*), vermittelt werden. Dabei soll weder *Wahrheit* identifiziert werden, noch soll diese der Ratgeberliteratur abgesprochen werden. Vielmehr geht es darum, geteilte, zugrundeliegende Muster zu identifizieren. Beziehend auf Keller (2011) bilden gesellschaftliche Diskurse „die ‚Welt‘ nicht ab, sondern konstruieren Realität in spezifischer Weise“ (ebd., S.67).

Darüber hinaus – und mit dem Ziel einer Diskursanalyse gerecht zu werden – werden die aus der Analyse gewonnenen Erkenntnisse eingebettet in den sozialen bzw. *systemischen* Kontext. Der kontextuelle Rahmen bildet dabei die kapitalistisch-neoliberale Wirtschafts- und Produktionslogik, welche ab den 1970er/1980er Jahren in den kapitalistisch orientierten Staaten

¹ Wehrle, Martin (2019): „Sei einzig, nicht artig! So sagen Sie nie mehr Ja, wenn Sie Nein sagen wollen“, Goldmann Verlag; eigene Hervorhebung

ausgehend von ökonomischen Theorien und politischen Programmen das Wirtschaften, Arbeiten und das gesellschaftliche Zusammenleben prägen, aber auch die Vorstellung von Subjektivität beeinflussen (Boltanski und Chiapello 2006; Bröckling 2007). In Bezugnahme auf soziologische Auseinandersetzungen rund um Subjektivierung und Macht folgern Keller und Kollegen: „Die Rechtfertigungsweise neuer kapitalistischer Wirtschaftsordnungen manifestieren sich demnach insbesondere auf der diskursiven Ebene, sie formulieren im Rahmen von Managementliteratur und Ratgeber veränderte Ansprüche an die *Subjekte*“ (Keller et al. 2012. S.8; Hervorgehoben im Original).

So wird es in dieser Arbeit weniger darum gehen, dieses politisch-ökonomische *Programm* zu beschreiben. Im Mittelpunkt steht – wie auch in der verwendeten Ratgeberliteratur – das Subjekt. Neben der empirischen Erhebung ist es demnach ein weiteres zentrales Anliegen, soziologische Auseinandersetzungen, die sich darum bemühen, die Wechselwirkung zwischen dem neoliberalen System und der Subjektivität zu erfassen, zusammenzutragen. Wenn dabei auch kein Anspruch auf Vollständigkeit erhoben wird, so liefert die hier vorliegende Arbeit doch Einblicke in als zentral identifizierte *Subjektmodelle* (im Sinne von Reckwitz 2020).

Zur theoretischen Einbettung wird ein kulturosoziologischer Zugang gewählt. Diese paradigmatischen Ansätze – wenn auch höchst heterogen – zeichnen sich dadurch aus, dass *Kultur* nicht im Sinne von Kunst oder einer Hochkultur gefasst wird, sondern vielmehr jegliches Alltags-handeln als kultureller *Ausdruck* sowie als Voraussetzung für *Gesellschaft* begriffen wird: „No cultures could exist without societies. But, equally, no societies could exist without culture“ (Giddens 1989, S.32; zit. nach Schroer 2010, S.202).

In dieser Arbeit wird sich darum bemüht, das theoretische Verständnis von Subjekt und Gesellschaft anhand einschlägiger theoretischer Auseinandersetzungen darzulegen. Dabei sind unterschiedliche Zugänge bezogen auf das *Individuelle* und das Subjekt zentral. So zeigt sich – begrifflich gefasst als *Cultural Turn* – seit den 1960er und 70er Jahren eine verstärkte soziologische Zuwendung hin zu individuellem Handeln, subjektivem Sinn und mikrosoziologischen Analysen (Schroer 2010), wie beispielsweise im „symbolischen Interaktionismus“ (Blumer 1973) oder der „Ethnomethodologie“ (Garfinkel 1984). Zudem entstehen theoretische Konzepte, welche versuchen, individuelles Handeln ausgehend von sozialen Strukturen zu erklären (u.a. Bourdieu 2016) bzw. die Wechselwirkungen davon betonen (u.a. Elias 1976).

Zudem entwickeln sich soziologische Auseinandersetzungen, in denen ein dialektisches Verständnis zwischen dem Subjektiven und dem Sozialen hervorgehoben wird. Die Gesellschaft erscheint dem Subjekt als eine objektive Wirklichkeit, die es jedoch durch *Entäußerungen* mitproduziert und zugleich über die Sozialisation in seine Identität einverleibt. So gibt es dem

folgend keine Gesellschaft ohne Subjekte und keine Subjekte ohne Gesellschaft (Berger und Luckmann 2016).

Auch Foucault (1993a; 1993b) beschäftigt sich mit der *sozialen Konstruktion* des Subjektes, wobei er weniger den Fokus auf Prozesse der Einverleibung des Sozialen legt, als vielmehr die sozial geprägte Vorstellung des Subjektes an sich sozio-historisch ausarbeitet. Anders als in den oben genannten Positionen wird das Subjekt somit weniger als eine empirische Größe begriffen, sondern vielmehr als ein *Bündel* an Wertvorstellungen, welche mitbeeinflussen, wie einzelne Menschen ihre Identität ausbilden, diesen Prozess jedoch nicht determinieren. Das Verständnis von Subjektivität – oder das *Menschenbild* – steht in einem wechselwirkenden Verhältnis zu sozio-kulturell geteilten Wissensformen, diskursiv vermittelten *Wahrheiten* sowie zu Macht- und Herrschaftsverhältnissen.

Die in dieser Arbeit durchgeführte Analyse orientiert sich vorwiegend an der dialektischen Perspektive auf Subjekt und Gesellschaft, sowie am reziproken Verständnis von Subjektivität, Macht und Wissen. Der Rückgriff auf diese zentralen Zugänge ergibt sich auch durch ihre methodologische Passung. So zeichnet sich die wissenssoziologische Diskursanalyse (Keller 2011), an der sich in der empirischen Untersuchung orientiert wird, durch die Verbindung der Diskurstheorie nach Foucault mit der Wissenssoziologie nach Berger und Luckmann aus.

Ausgehend davon sollen die in der Ratgeberliteratur vermittelten Subjektverständnisse, -ideale und die Techniken des Selbst (nach Foucault) identifiziert und mit der soziologischen Theorie reflektiert werden. Zudem werden die Ergebnisse in den Diskurs rund um neoliberale Subjektivität eingebettet.

Aufbau der Arbeit

In Kapitel 2 wird die theoretische Perspektive beschrieben. Dabei werden verschiedene Zugänge behandelt, welche sich dem subjektivem bzw. individuellem Handeln zuwenden (Kapitel 2.1), um dann das dialektische Verständnis von Subjekt und Gesellschaft, aus der sozialkonstruktivistischen Perspektive nach Berger und Luckmann (2016), darzulegen (Kapitel 2.2)

Anschließend daran wird in Kapitel 2.3 auf (*moderne*) Subjektivität – im Sinne einer sozial geteilten Vorstellung – unter Bezugnahme auf die sozio-historischen Analysen von Foucault (1993b) eingegangen. Kapitel 2.4 behandelt das ebenfalls an Foucault orientierte reziproke Verständnis von Macht, Wissen und Subjektivität sowie die Techniken des Selbst und die *Innenschau* bzw. die *Bearbeitung der Psyche* und wiederum deren gesellschaftlich-kontextuellen Bezüge (u.a. Gutman 1993). Anschließend daran wird in Kapitel 2.5, in Anlehnung an Reckwitz

(2020), auf das Verständnis von *Subjektmodellen* sowie von hegemonialen Subjektkulturen eingegangen. Kapitel 2.6 fasst die theoretische Einbettung schließlich nochmals zusammen.

In Kapitel 3 wird der gesellschaftliche Kontext – konkret der Neoliberalismus – thematisiert. Dabei wird zuerst auf die Entwicklungen hin zu diesem System – im Sinne einer *Beschreibung des Wandels* – sowie auf die damit einhergehenden Veränderungen eingegangen (Kapitel 3.1). Der Fokus liegt jedoch auf den Subjektadressierungen und -idealen, welche charakteristisch für die *neoliberale Subjektivität* sind. Neben der Subjektivierungsforschung bzw. dem Diskurs rund um die „Ökonomisierung des Sozialen“ (u.a. Rose 1996; Bröckling 2000, 2007; Illouz 2018) ist auch die These der Individualisierung relevant (Beck 1986; Beck und Beck-Gernsheim 1994). Zentrale Subjektideale werden nach *thematischen* Unterkapiteln entlang folgender Schwerpunkte dargelegt: Eigenverantwortung, Anpassung, Innovationsstreben, Authentizität, Selbstverbesserung bzw. -optimierung sowie das Ideal der Positivität (Kapitel 3.2).

Anschließend daran wird in Kapitel 3.3 auf die Perspektive der Subjektivierungsforschung, damit einhergehende Kritik sowie daraus entstehende Analysen eingegangen. In Kapitel 3.4 werden einige Forschungen behandelt, welche Ratgeberliteratur als Analysematerial verwendeten und in Kapitel 3.5 wird die konkrete Zielsetzung der hier durchgeführten empirischen Analyse beschrieben sowie die Forschungsfragen ausformuliert.

Kapitel 4 umfasst den methodologischen Zugang sowie die konkrete Vorgehensweise. Nach einer kurzen Beschreibung des qualitativen Forschungsparadigmas (Kapitel 4.1) wird die Diskursanalyse, deren Ursprünge, Anwendungen sowie theoretischen Einbettungen behandelt (Kapitel 4.2). In der vorliegenden Arbeit wurde bei der interpretativen Analyse die *Grounded Theory* (Charmaz 2014; Strübing 2014) angewendet. Die methodologischen Hintergründe und die methodische Herangehensweise werden in Kapitel 4.3 genauer erklärt. Daran anschließend wird auf das konkrete Vorgehen in der vorliegenden Arbeit eingegangen (Kapitel 4.4).

Kapitel 5 umfasst die Ergebnisse der empirischen Untersuchung. Dabei werden zuerst und gesondert von der nachfolgenden Ergebnisdarstellung, die Erkenntnisse aus der Analyse der Klappentexte dargelegt (Kapitel 5.1). Anschließend werden die zentralen Ergebnisse aufbereitet (Kapitel 5.2) und daran anschließend die Forschungsfragen beantwortet, welche das vermittelte Subjektbild, das -ideal sowie die Techniken des Selbst zum Thema haben (Kapitel 5.3). In Kapitel 5.4 werden die Erkenntnisse in den Ratgeberdiskurs eingebettet und in Kapitel 5.5 in den gesellschaftlichen Kontext bzw. den Diskurs rund um neoliberale Subjektivität. Das letzte Kapitel – die *Conclusio* – fasst die wichtigsten Aussagen noch einmal zusammen, verweist auf Limitationen und Anschlussmöglichkeiten weiterer Forschungen (Kapitel 6.1) und beendet die Arbeit mit einer kurzen Abschlussbemerkung (Kapitel 6.2).

2 DAS SUBJEKT UND DIE GESELLSCHAFT

Die Auseinandersetzung mit den u.a. in Ratgeberliteratur enthaltenen Vorstellungen vom (*idealen*) Subjekt bedarf einer theoretischen Behandlung des Verständnisses vom Subjekt in der Soziologie. Diesbezüglich ist darzulegen, wie die *Verbindung* von Gesellschaft und darin lebenden Menschen bzw. die Wechselwirkungen zwischen Individuum und dem Sozialen verstanden werden. Aus soziologischer Perspektive von Interesse ist dabei weniger, welche psychologischen Konstrukte oder Zuschreibungen unternommen werden, als vielmehr deren Zusammenhang mit gesellschaftlich geteiltem Wissen, Ideen oder Ideologien sowie etwaigen Macht- und Legitimationspraktiken.

Um sich dem Subjektverständnis in den Sozialwissenschaften anzunähern, wird in dieser Arbeit ein kulturtheoretischer Zugang gewählt. Dieser erlaubt es, die Gesellschaft und die darin lebenden Individuen als keine unabhängig voneinander existierenden Größen zu begreifen. Theorien und Ansätze, welche sich diesem zuordnen lassen, sind zu einem gewissen Grad heterogen. Im Allgemeinen ist dieser Perspektive jedoch gemein, dass ‚Kultur‘ begrifflich und in der Forschungspraxis nicht in Verbindung mit einer Hochkultur oder mit Kunstpraktiken steht – vielmehr werden darunter jegliche, noch so *unbedeutend* erscheinende Alltagspraxen, Denkschemata und Erwartungshaltungen gefasst. Für die Forschung zentral ist dabei eine meist mikrosoziologische Betrachtung unterschiedlichster Praktiken aber auch die Analyse von gesellschaftlichen Diskursen.

Darüber hinaus wird sich in kulturwissenschaftliche Theorien darum bemüht, den Dualismus zwischen Subjekt- und Gesellschaftstheorie zu überwinden. Die Mikro- und Makroebene wird als in Wechselwirkung zueinanderstehend verstanden und somit soziale *Gegebenheiten* als weder determiniert von individuellen Handlungen oder sozialen Praktiken noch von gesellschaftlichen Strukturen (Schroer 2010).

Schon Max Weber und Georg Simmel – in der Disziplin bekannt als die Klassiker der Soziologie – betonen den sozio-kulturellen bzw. strukturellen Einfluss auf individuelles Handeln. So begreift Max Weber die Entstehung des kapitalistischen Wirtschaftssystems als beeinflusst durch die protestantische Lebensführung² (ebd.). Simmel wiederum betont in der „Philosophie des Geldes“ (1930), dass Geld als eine Währungsform auf die sozialen Praxen und die Lebensweisen wirkt.

² Heinz Steinert (2010) kritisiert allerdings die These von Weber v.a. dahingehend, dass die herangezogenen Materialien sowie die methodische Umsetzung von Weber teils fragwürdig sei. Weber geht es nach Steinert nicht darum, die Wurzeln des Kapitalismus zu ergründen, sondern er verfolge ein *theologisches Forschungsprogramm*.

In den nachfolgenden Kapiteln werden verschiedene soziologische Zugänge erläutert, welche sich mit dem Subjektivem, dem Subjekt-Gesellschaft-Verhältnis sowie mit Subjektvorstellungen, Idealbildern und Subjektmodellen in Wechselwirkung zu Macht und Herrschaft auseinandersetzen. Ihnen gemein ist, dass Identität oder Subjektivität dem Verständnis nach nicht gleichzusetzen ist mit psychologischen Auseinandersetzungen. Es geht nicht darum, die Funktionsweise der Psyche zu ergründen, sondern vielmehr stehen die sozio-historischen oder kulturellen Einflüsse im Vordergrund.

2.1 Individuelles Handeln und subjektiver Sinn

Das Subjektive als eine relevante empirische und theoretische *Größe* zu fassen, ist soziologischen Auseinandersetzungen nicht im Gesamten gemein. So begreift beispielsweise der bis in die 1960er Jahre äußerst einflussreiche Strukturfunktionalismus nach Talcott Parsons überindividuelle Strukturen bzw. Normen als zentrale Ordnungsprinzipien der Gesellschaft (für einen Einstieg siehe Weinbach 2009).

In Abgrenzung dazu und in vielen Fällen in Anlehnung an die Handlungstheorie nach Max Weber, entstehen diverse, kulturtheoretische Auseinandersetzungen, welche symbolhaft geprägte Interaktion – v.a. vermittelt über die Sprechere – sowie subjektiven Sinn als soziologisch zu analysierende *Phänomene* fassen. Daraus entwickeln sich vorwiegend mikrosoziologische, interaktionistische Zugänge (Bonß et al. 2020).

So stellt beispielsweise Herbert Blumer (1973) im „symbolischen Interaktionismus“ in Anlehnung an die Sozialpsychologie Georg Herbert Meads die Sinnbildung durch soziale Interaktion in den Mittelpunkt seines Zugangs. Er geht davon aus, dass Menschen aufgrund geteilter Bedeutungen handeln, dass diese zugeschriebenen Bedeutungen in der Interaktion entstehen und dass „diese Bedeutungen in einem interpretativen Prozess (...) gehandhabt und abgeändert werden“ (ebd., S.81).

Angelehnt an die Phänomenologie von Alfred Schütz (2004), der sich mit Sinndeutungs- und Sinnsetzungsprozessen beschäftigt, entwickelt sich zudem die „Ethnomethodologie“ nach Garfinkel (1984). Dieser vertritt die Annahme, dass soziale Wirklichkeit durch kulturell geteilte Methoden oder Praktiken in Form von häufig unhinterfragt übernommener Routine hergestellt wird. Durch das Stören der sozialen Ordnung – in sogenannten *Krisenexperimenten* – können nach Garfinkel Verhaltensregeln der sozialen Interaktion sichtbar gemacht werden.

Ervin Goffman (2011) wiederum bedient sich in seiner Studie „Wir alle spielen Theater“ dramaturgischen Vergleichen zur Auseinandersetzung mit alltäglicher Interaktion. So geht Goffman davon aus, dass Interaktion durch geteilte Vorannahmen strukturiert wird und darüber

hinaus durch die gezielte Beeinflussung der Situationsdefinition (in Bezug auf William I. Thomas) Selbstdarstellung erfolgt: „So hat der Einzelne im Allgemeinen allen Grund, sich anderen gegenüber so zu verhalten, daß er bei ihnen den Eindruck hervorruft, den er hervorrufen will“ (ebd., S.8). Diese Selbstdarstellung wiederum steht im Zusammenhang mit sozialen Erwartungen.

Andere kultursoziologische Zugänge zeichnen sich dadurch aus, dass sie individuelles Handeln ausgehend von den gesellschaftlichen Rahmenbedingungen erklären und sich verstärkt um ein reziprokes Verständnis zwischen der Mikro- und Makroebene bemühen. Somit stehen kulturelle Praktiken bzw. die Lebensführung in einem sich gegenseitig beeinflussenden und sich reproduzierenden Verhältnis zueinander (Einführungen in die sogenannten "Verbindungstheorien" finden sich u.a. bei Kahlert 2009; Bonß et al. 2020).

So verweist beispielsweise Bourdieu (2016) mit dem Konzept des *Habitus* darauf, dass ausgehend von der Zugehörigkeit zu einer sozialen Klasse, der Geschmack sowie der Lebensstil eines Individuums beeinflusst werden – durch die Internalisierung von Wahrnehmungs- und Denktendenzen im *gruppenspezifischen* Habitus. Anthony Giddens wiederum betont die wechselwirkende Beziehung zwischen Handeln und Struktur, wobei sich individuelles Handeln sowohl auf die soziale Struktur bezieht als auch diese reproduziert (Kahlert 2009; Schroer 2010).

Auch Norbert Elias (1976) begreift Individuen und die Gesellschaft als relational und sich gegenseitig bedingend bzw. – um die von ihm gewählten Begrifflichkeiten einzubringen – als „Interdependenzgeflecht“ oder „Figuration“. Er beschäftigt sich in seiner sozio-historischen Theorie der Zivilisation mit den Wechselwirkungen zwischen dem Wandel von Verhalts- und Persönlichkeitsstrukturen (als *Psychogenese*) und den Veränderungen sozialer Strukturen (als *Soziogenese*). Somit begreift er das Denken und Verhalten der Einzelnen als beeinflusst durch das gesellschaftliche System; und *vice versa*. Dies analysiert er entlang sozialer Wandlungsprozesse. Wenn auch diese Entwicklungen einer eigenen Ordnung folgen, so sind sie trotz allem kein geplanter oder planbarer Prozess.

In seiner Analyse identifiziert Elias im Prozess der *Zivilisation* eine Verlagerung weg von äußerlichen, fremden Zwängen, hin zu zunehmender Selbstkontrolle. So wird mit der *Entwicklung* hin zum modernen Zeitalter das Verhalten der Menschen weniger durch von außen auferlegten Regeln bestimmt als vielmehr durch verinnerlichte soziale Erwartungshaltungen. Vorrangig geht es bei Elias um eine vom Subjekt ausgehende Kontrolle der Affekte und Triebe. Dabei nehmen Gefühle der Angst und Unsicherheit eine zentrale Rolle ein, wobei v.a. Ängste hinsichtlich sozialen Abstieg bzw. des Prestigeverlustes durch ihre Internalisierung das Handeln der Menschen mitbeeinflussen; unter anderem über das Schamgefühl. Dieses „ist eine

spezifische Erregung (...), die sich automatisch und gewohnheitsmäßig (...) reproduziert. Es ist (...) eine Angst vor der sozialen Degradierung“ (Elias 1976, S.397).

Wenn auch eine genauere Auseinandersetzung mit den genannten klassischen Autoren einen Mehrwert für die Arbeit bringen würde, werden sie zugunsten anderer Theoriebeiträge nicht weiter behandelt. Im Folgenden sollen vielmehr ausgewählte Positionen im Vordergrund stehen, die dazu dienen, das Subjektverständnis in der Soziologie sowie den Zusammenhang von Wissen, Macht und Subjektivität theoretisch zu fassen.

2.2 Subjekt und Gesellschaft – eine dialektische Perspektive

In der „gesellschaftlichen Konstruktion der Wirklichkeit“ (2016) befassen sich Peter L. Berger und Thomas Luckmann mit der *Dialektik* der Gesellschaft. Anlehnend an den Ansichten Webers, welcher den subjektiv gemeinten Sinn als zentrale soziologische Kategorie fasst, und Durkheim (ein weiterer *Klassiker*) der wiederum „soziale Tatsachen“ als von *außen* Wirkende Kräfte in den Mittelpunkt seiner Auseinandersetzungen stellt, bemühen sich Berger und Luckmann um eine Synthese dieser theoretischen Perspektiven. Sie folgern: „Die beiden Thesen widersprechen einander nicht. Gesellschaft besitzt tatsächlich objektive Faktizität. Und Gesellschaft wird tatsächlich konstruiert durch Tätigkeiten, die subjektiv gemeinten Sinn zum Ausdruck bringen“ (ebd., S.20).

Sie sehen die gesellschaftliche Konstruktion bzw. auch die Einverleibung derer in der Subjektivität als einen Prozess, bestehend aus der Externalisierung, Objektivation und Internalisierung. Für das Individuum bedeutet dies, dass es „sein eigenes Sein in die Gesellschaft hinein externalisiert, das heißt also, sich seiner entäußert und die Gesellschaft wiederum internalisiert, das heißt sich ihre ‚objektive Wirklichkeit‘ einverleibt“ (ebd., S.136).

In Bezugnahme auf Georg H. Mead argumentieren sie, dass die *Konstruktion* des Selbst durch die Rollenübernahme des „generalisierten Anderen“ (Mead) und damit über die Einnahme der gesellschaftlichen Perspektive auf sich selbst entsteht. Sie unterscheiden dabei die primäre Sozialisation und die sekundäre Sozialisation. Erstere zeichnet sich durch die Rollenübernahme und Identifikation in der Kindheit aus: „Der Mensch wird das, was seine signifikanten Anderen in ihn hineingelegt haben“ (Berger und Luckmann 2016, S.142). Dabei betonen sie den dialektischen Prozess zwischen Fremd- und Selbstidentifikation – d.h. wie ich *mich* sehe und wie andere *mich* sehen. Die sekundäre Sozialisation wiederum ist die Internalisierung von „Spezialwissen“ bzw. rollenspezifischem Wissen. Im Allgemeinen heben sie hervor, dass die Selbstwerdung sich auszeichnet durch eine gewisse Unabschließbarkeit bzw. Prozesshaftigkeit: „Sozialisation ist niemals total und niemals zu Ende“ (ebd., S.148). Zugleich ist es kein

konfliktfreier Prozess. Vielmehr ist Sozialisation geprägt durch Widersprüche und Brüche sowie der ständigen Bestätigung der eigenen Identität durch andere.

Identität bzw. Subjektivität wird somit nicht als unabhängig von der Gesellschaft gedacht, sondern vielmehr ist zweiteres eine notwendige Voraussetzung für Ersteres. Peter L. Berger (2011) befasst sich zudem mit dem sozialen Einfluss auf die individuelle Positionierung innerhalb einer Gesellschaft sowie mit den auf das Individuum wirkenden sozialen Kräftefeldern. Die Kräfte, die nun ein Individuum beeinflussen und es an seinem *Platz* halten, sind u.a. Techniken sozialer Kontrolle, also Methoden, um deviantes Verhalten zu verringern oder zu unterbinden. Darunter fällt sowohl psychische Gewalt oder Einschüchterung als auch die tagtäglich drohende Angst davor, sich lächerlich zu machen. Gerade letzteres ist – so Berger – eine entscheidende Kontrolltechnik der Gesellschaft, um normabweichendes Verhalten zu minimieren: „Die verheerendste Strafe, die ein Gemeinwesen über eines seiner Mitglieder verhängen kann, ist Ächtung“ (Berger 2011, S.94). Dort wo politische Gewalt kaum einen Einfluss hat, nehmen sowohl Therapie- und Beratungsstellen als auch das private Umfeld eine wesentliche Kontrollfunktion ein. In diesem Sinne werden unter Kontrollmethoden v.a. jene Praktiken verstanden, die unerwünschtes Verhalten sanktionieren.

Genauso ist jedoch nach Berger auch erwünschtes Verhalten beeinflusst von der Gesellschaft: die Moralvorstellung, Sitten und Gebräuche geben einen *Verhaltenskodex* vor, an dem die Menschen mehr oder weniger ihr Handeln orientieren. Dass Verhalten häufig der Norm entspricht, begründet sich u.a. in den sozialen Folgen, die ein Missachten für die Einzelnen mit sich bringen kann; bis hin zum Ausschluss aus der Gesellschaft. Das Sammelsurium gesellschaftlicher Verhaltensrichtlinien samt den ungeschriebenen Gesetzen bilden „Kontrollkreise, die den Handlungsspielraum der Person in jeder möglichen Situation festlegen und umspannen“ (Berger 2011, S.98).

Somit zeigt sich, dass auch ohne *offenen* politischen Zwang, gesellschaftliche Wertvorstellungen auf die Lebensführungen der Individuen wirken. Anders als die Kontrollmechanismen, die unerwünschtes Verhalten sanktionieren, wirken vorwiegend unbewusste, unhinterfragte und verinnerlichte soziale Erwartungen als positive Verstärker für gewünschtes Verhalten. Beispielshaft erörtert an der Institution Ehe schreibt Berger: „Die Erwartungen, die ihre gesellschaftliche Umwelt an sie stellt, sind nämlich so tief in ihren eigenen Zukunftsvorstellungen eingebettet, dass sie sich genau das wünschen, was die Gesellschaft von ihnen erwartet“ (Berger 2011, S.109).

Die hier dargelegte Perspektive auf den Menschen in der Gesellschaft betont somit die Beeinflussung des Einzelnen sowohl seitens der staatlich-politischen Makrostruktur und den

Kontrolltechniken zur Sanktionierung devianten Verhaltens als auch über die meist unbewusst wirkende Ebene sozialer Erwartungen. Zusätzlich haben Institutionen als „klar umrissenen Komplex sozialen Handelns“ (wie beispielsweise die Ehe, das Recht, etc.; Berger 2011, S.109) eine Wirkung auf das Verhalten, indem sie Handlungsmuster auf generalisierter Ebene bereitstellen. So kanalisieren sie die Handlungsoptionen dahingehend, dass nur mehr das sozial erwünschte und institutionalisierte Handeln als das einzig richtige oder gar mögliche erscheint. Der „institutionelle Imperativ (...) schließt alle anderen Optionsmöglichkeiten aus zugunsten der einen, die die Gesellschaft vorschreibt“ (Berger 2011, S.110f).

Soziale Institutionen und Erwartungen bzw. die gesellschaftliche Ordnung als gesamtes ist nach Berger und Luckmann (2016) aber nicht einfach vorgegeben, sondern „eine ständige menschliche Produktion“ (ebd., S.55). Durch individuelle oder kollektive *Entäußerungen* (in Bezugnahme auf Hegel und Marx) wird die materiell bestehende Welt (re-)produziert, durch die Institutionalisierung wird sie zur objektiven Wirklichkeit und erscheint den Menschen als eine mehr oder weniger *natürlich* vorgegebene Welt voller Selbstverständlichkeiten. Der Prozess der Institutionalisierung – d.h. die Bildung mehr oder weniger dauerhafter Verhaltensrichtlinien und kultureller *Leitideen* – umfasst sowohl die Habitualisierung, also eine Ausbildung von Routinen im Sinne des „Gesetz[es] der Gewöhnung“ (ebd., S.56), als auch eine Traditionalisierung d.h. die Weitergabe von Routinen an die nächste Generation. So werden symbolische Ordnung aber auch Zeichensysteme wie die Sprache durch gesellschaftliche Aushandlungsprozesse zu scheinbar natürlichen Gegebenheiten bzw. zur „von Menschen gemachte[n], konstruierte[n] Objektivität“ (ebd., S64).

In ihrer Auseinandersetzung mit kulturell-geteiltem Wissen beziehen sich Berger und Luckmann (2016) vorwiegend auf das „Rezeptwissen“ bzw. die phänomenologische Auseinandersetzung damit nach Alfred Schütz. Dieser sieht Wissen als nicht homogen, sondern vielmehr als abhängig von verschiedenen Relevanzsystemen. So ist Wissen aufgrund unterschiedlicher Interessen inkohärent, abhängig von bestimmten Vorannahmen nur teilweise klar und durch die diversen Rollen einer Person inkonsistent. Menschen handeln dabei in einer ihnen bekannten Umgebung nach dem „Denken wie üblich“ (Schütz 2002, S.79), d.h. nach sozialisierten Wissensbeständen und kulturell geteilten Normen und Wertehaltungen. Dieses bleibt bestehen, solange sich die Menschen auf das geteilte Wissen verlassen, die Mitmenschen die „Rezeptsysteme“ gleichermaßen akzeptieren und die soziale Welt mehr oder weniger unverändert bleibt. Dabei sehen Berger und Luckmann (2016) gerade das „Alltagswissen“ bzw. „vortheoretisches“ Wissen als relevante handlungsleitende Kategorien an. So sind es die geteilten Selbstverständlichkeiten, Wertehaltungen, Bräuche, Vorstellungen, etc., welche einen bedeutenden Einfluss

auf die *soziale Konstruktion der Wirklichkeit*, sowie auf die Ausbildung von Subjektivität haben.

Darüber hinaus betont Berger (2011), dass Ideen und Ideologien in Wechselwirkung zu gesellschaftlichen Machtstrukturen stehen. Ideologien dienen dabei zum einen der Rechtfertigung und der Legitimation bestimmter Handlungen zugunsten derer, die daran ein Eigeninteresse haben. Zudem verzerren sie die soziale Wirklichkeit dahingehend, dass die Legitimation auch glaubhaft und überzeugend wird. Dies ist jedoch nicht gleichzusetzen mit Propaganda oder Betrügerei; eine Ideologie ist ehrlich und aufrichtig gemeint und dient meist keiner bewussten Täuschung. Vielmehr zeigt sich dadurch „wie unreflektiert und planlos die Gesellschaft normalerweise funktioniert“ (Berger 2011, S.134).

So wird im sozialkonstruktivistischen Verständnis nach Berger und Luckmann (2016) die soziale Wirklichkeit sowie individuelles und nach subjektivem Sinn ausgestaltetes Handeln als eine Wechselwirkung gedacht. Gesellschaftsstrukturen werden durch die Individuen und ihr Tun und Lassen konstruiert, sind aber gleichzeitig die Voraussetzung dafür, dass sich Subjektivität überhaupt ausbilden kann: „*Der Mensch ist ein gesellschaftliches Produkt*“ (ebd., S.65; Hervorgehoben im Original).

Damit die soziale Ordnung bestehen bleibt, muss sie über Aneignungsprozesse in den Individuen selbst zu einem gewissen Grad verinnerlicht sein – es gibt kein Subjekt, das außerhalb des Sozialen existieren kann. Dabei beeinflussen sowohl internalisierte, gesellschaftliche Erwartungen als auch von außen wirkende Machtstrukturen und (politische) Gewaltausübung die Subjektivität.

Darüber hinaus gilt nochmals hervorzuheben, dass in der beschriebenen theoretischen Perspektive gerade das reziproke Verhältnis zwischen der Subjekthaftigkeit und der gesellschaftlichen Bedingungen betont wird. In überspitzter Weise schreibt Berger (2011): „Die Mauern unseres Gefängnisses stehen schon da, wenn wir auf die Bühne kommen. Aber wir bauen selbst immer weiter an ihnen. Betrogene Betrüger einer Freiheit, die wir nicht erkennen, tun wir redlich-unredlich alles dazu, mitgefangen-mitgegangen zu sein“ (ebd., S.143f).

2.3 Die Genealogie des Subjekts

Mit stärkerem Fokus auf Macht- und Herrschaftsstrukturen befasst sich auch Michel Foucault (1993b) mit den Wechselwirkungen zwischen Subjekt und Gesellschaft. Im Unterschied zum wissenssoziologischen Zugang nach Berger und Luckmann (2016), steht bei Foucault jedoch weniger individuelles Handeln und subjektiver Sinn im Zentrum seines Interesses als vielmehr das Subjekt bzw. Subjektivität als sozial konstruierte und teils herrschaftsstabilisierende *Vorstellung*.

Mit einem sozio-historischen Zugang rekonstruiert Foucault (1993b) die Charakteristiken des *modernen* Subjektes. Dabei identifiziert er bereits in der Philosophie der Antike das Konzept der *Sorge um sich selbst* als eine instrumentelle Zuwendung des Individuums zu sich selbst. Selbstsorge wird nach Foucault in der Sokratischen Lehre als eine notwendige Voraussetzung für das gesellschaftliche Zusammenleben, d.h. auch für soziale Ordnung begriffen: „indem er die Menschen lehrt, auf sich selbst acht zu geben, lehrt er sie, auf die Stadt acht zu geben“ (Foucault 1993b, S.29).

In der christlich-religiösen Gesellschaft rückt die Sorge um sich selbst aber auch die Suche nach der *Wahrheit* vermehrt in den Hintergrund. Vielmehr gilt das Christentum – so Foucault – als eine Heils- und Bekenntnisreligion. Sie verlangt von den Gläubigen die vorgegebene Wahrheit einer Autorität, d.h. der Institution Kirche und deren Lehren und Gelehrten, zum einen zu akzeptieren und zum anderen auch, den Glauben nach außen hin zu präsentieren. Gleichzeitig propagiert die christliche Kirche die Notwendigkeit der Selbsterkenntnis und die Wahrheitspflicht auf das innere Sein: „Jeder hat die Pflicht, zu erkennen, wer er ist, das heißt, er soll ergründen, was in ihm vorgeht, er muß versuchen, Fehler, Versuchungen und Begierden in sich selbst ausfindig zu machen“ (ebd., S.52).

Außerdem ist die christliche Askese geprägt durch einen Verzicht auf sich selbst und auf die Wirklichkeit. Dies erläutert Foucault anhand des Status der Sündigen und Büsser. Die Buße, als performativer Akt begriffen, verlangt nach einem Bruch mit sich selbst und einer Abkehr von der eigenen Person – „Selbstenthüllung ist zugleich Selbstzerstörung“ (ebd., S.56). Im christlichen Mönchstum erkennt er eine weitere Form der Selbstenthüllung. Diese gründet sich auf dem absoluten Gehorsam und dem völligen Verzicht auf Autonomie zu Gunsten der Lehren des *Meisters*: „Das Selbst muß sich durch Gehorsam als Selbst konstituieren“ (ebd., S.58).

Foucault folgert in seiner historischen Rekonstruktion, dass Elemente des christlichen Subjektverständnisses bedeutend für die moderne Subjektivität sind. So ist es gerade die *pastorale Macht*, welche es ermöglichte, die Seele bzw. das innerlich im Menschen liegende als beeinflussbar durch Herrschaftstechniken zu begreifen. Die christlichen Subjektivierungsformen und

Regierungstechniken (mehr dazu auf S.18ff in dieser Arbeit) haben sich nach Foucault über den religiösen Zusammenhang gehend in säkularisierter Form in verschiedenen sozialen Sphären und im Subjekt verallgemeinernd niedergeschlagen. Daraus ergibt sich eine paradoxe Gleichzeitigkeit von Totalisierungs- und Individualisierungstendenzen (Lemke 2007).

Ein wichtiges historisches Moment hinsichtlich des modernen (und auch postmodernen) Subjektverständnisses, ist neben der Innenschau und fortwährenden Selbstprüfung auch die Behauptung des Menschen als ein einzigartiges und autonomes Individuum. Aus der foucaultschen Perspektive identifiziert Gutman (1993) in den Schriften Jean-Jacques Rousseaus (18. Jhdt.) Belege für eben dieses Verständnis zu dessen Zeit. Aus der *Offenbarung* seiner eigenen – Rousseaus – Person in einer quasi-autobiographischen Erzählung, leitet Gutman Techniken des Selbst (nach Foucault, mehr dazu siehe S.18f in dieser Arbeit) ab, welche Vorstellungen über die Subjektivität beinhalten.

Dies umfasst zum einen die Darstellung eines individualisierten Selbst über die Beobachtung und die Beschreibung subjektiven Erlebens und Fühlens. Damit einhergehend und durchaus zentral ist auch die Teilung bzw. Abgrenzung des Ichs von allem Außenstehenden und nicht-dazugehörenden: „Soll ein Mensch sich als Subjekt konstituieren, so muß er sich von der Totalität der Welt oder des Gesellschaftskörpers ablösen“ (Gutman 1993, S.127). Auch wird laut Gutman bereits bei Rousseau die Bedeutung einer Subjekt-Objekt Perspektive deutlich. So erkennt das Subjekt, dass es durch den Blick der anderen zum Objekt wird – und es begreift diese Doppelbedeutung. Letztlich ist die Herauslösung des Subjektes aus der gesellschaftlichen Zusammensetzung bei Rousseau jedoch ein Akt der Isolierung und des *Unglücks*.

Dabei geht es Foucault und daran anschließenden Auseinandersetzungen weniger darum, Subjektivität zu beschreiben, sondern vielmehr wird versucht, diese in Verbindung mit gesellschaftlichen Machtstrukturen zu denken. So interessiert er sich für „den Prozess der Institutionalisierung staatlich-rechtlicher Formen in ihrer Beziehung zu historischen Subjektivierungsmodi“ (Lemke 2007, S.35). Diese Elemente stehen dabei in komplexer Wechselwirkung zueinander und sind nicht als kausale Ursache-Wirkungs-Kette zu verstehen. So ist das Subjekt „zugleich Wirkung und Voraussetzung, Schauplatz und Urheber von Machtinterventionen“ (Bröckling 2007, S.21).

2.4 Subjektivität – Macht – Wissen

Ebenfalls in Form einer sozio-historischen Rekonstruktion befasst sich Foucault (1993a) mit Macht- und Herrschaftsformen, wobei er als *moderne* Form der Machtausübung das Konzept der *Gouvernementalität*³ entwickelt. Wenn auch die geschichtliche Herleitung in vielerlei Hinsicht relevant für das heutige Verständnis von Macht und Subjektivität – sowie deren Wechselwirkungen – ist, soll sie hier trotzdem nicht im Detail angeführt werden. Ich beschränke mich auf einzelne Punkte, die im Kontext der Arbeit und für die Nachvollziehbarkeit des theoretischen Zugangs relevant sind.

Foucault versteht unter dem Konzept der *Gouvernementalität* eine Form von Macht, im Sinne der Gesamtheit von Techniken, Denkweisen und Rationalitäten, welche der Führung einer Gesellschaft über Diskurse und jegliche Praxisfelder dienen. Dabei grenzt er das Konzept ab von der Macht des Souveräns und der Disziplinierung, welche laut ihm in historisch früheren Gesellschaftskonstellationen einflussreicher waren. Alle Machttypen sind zwar weiterhin bestehend, die *Gouvernementalität* nimmt – so Foucault – jedoch seit dem 18. Jahrhundert eine bedeutende Rolle ein.

Er identifiziert dabei drei Veränderungen: zum einen gilt als Adressat von Macht nicht mehr die soziale Einheit der Familie, sondern die *Bevölkerung* als Gesamtheit sowie das einzelne Individuum als Teil davon, wobei „in der Sicht des Staates ist der Einzelne nur insofern von Belangen, als das, was er tut, eine noch so geringe Veränderung in der Stärke des Staates herbeizuführen vermag“ (Foucault 1993a, S.176). Eine weitere Veränderung betrifft die Rationalität des *Regierens*, die nunmehr vordergründig geleitet wird von ökonomischen Prinzipien der Zweckrationalität; die Ökonomie wird laut Foucault zur „Hauptwissensform“ (Foucault 2000, S.64). Außerdem sieht er als wesentliches Instrument die *Sicherheitsdispositive* also die Legitimation der Machtausübung durch den damit einhergehenden *Schutz* der Gesellschaft.

Die Begrifflichkeit des *Regierens* wird bei Foucault – sowie den daran anschließenden Arbeiten – breit und umfassend gedacht. Neben der politischen Gewalt im engeren Sinne fallen darunter auch Techniken des Führens und Beeinflussens im alltäglichen Kontext. Hierbei gemeint ist sowohl die Sphäre des Beruflichen wie das Leiten einer Organisation oder eines Teams aber auch das Private (Familie, etc.); darüber hinaus und – in diesem Kontext zentral – das Führen des Subjektes durch sich Selbst. Folglich kann Regieren als ein Oberbegriff für jegliche „Strategien, Taktiken, Kalküle und Reflexionen (...), die versucht haben, das Verhalten von

³ Sowohl das Forschungsprogramm der *Gouvernementalität* als auch das der Technologien des Selbst (ab S.19 in dieser Arbeit) wurden von Foucault nicht vollendet; es zeigt sich jedoch eine rege Aufnahme und Weiterentwicklung seiner Konzepte (u.a. Rose 1996; Lemke 2000; Bröckling 2007).

Menschen zu führen“ (Rose 1996, S.10) verstanden werden – er umfasst die *Mikropolitik im Alltag* (Foucault 2000).

Im Zusammenhang mit dem Regieren und der Machtstabilisation sind nun vier *Techniken* relevant: Die Technologien der Produktion, d.h. der Herstellung und der Manipulation von Waren sowie die Technologien der Zeichensysteme zur Symbol- und Sinnproduktion bzw. zur Deutung dessen (v.a. die Sprache). Zudem unterscheidet Foucault noch zwei weitere Techniken, welche in seiner Arbeit zentral sind: Zum einen die Techniken der Macht, die sich auf die konkrete Beeinflussung des Verhaltens von Individuen oder Kollektiven richtet (Foucault 1993c). Eine Machtbeziehung liegt bei Foucault bereits vor, wenn das Handlungsfeld eines anderen / einer anderen beeinflusst wird; sie beschränkt sich somit nicht auf Zwang: „Das Feld möglicher Handlungen kann ebenso durch Ratschläge, Argumentationen oder ‚herrschaftsfreie Diskurse‘ verändert werden wie durch Gewalt und Zwang“ (Lemke 2007, S.41). Als vierte Regierungstechnik identifiziert Foucault die „Technologien des Selbst, die es dem Einzelnen ermöglichen, aus eigener Kraft oder mit Hilfe anderer eine Reihe von Operationen an seinem Körper oder seiner Seele, seinem Denken, seinem Verhalten und seiner Existenzweise vorzunehmen, mit dem Ziel, sich so zu verändern, daß er einen gewissen Zustand des Glücks, der Reinheit, der Weisheit, der Vollkommenheit oder der Unsterblichkeit erlangt“ (Foucault 1993b, S.26).

Die einzelnen Formen sind dabei nicht als unabhängig voneinander zu verstehen, vielmehr stehen sie in ständiger Wechselwirkung zueinander. Trotz allem richtet Foucault den Fokus auf die Techniken der Macht und des Selbst, welche er gemeinsam als „Kontrollmentalität“ (ebd., S.27) definiert. Es lässt sich an dieser Stelle festhalten, dass er ebenso ein recht breites Verständnis von Machtausübung und sozialer Kontrolle hat. Als eine besondere Form der Macht gelten nach Foucault „Herrschaftszustände“, definiert als institutionalisierte Macht durch ökonomische, politische oder militärische Gewalt. Techniken der Macht sowie des Selbst erfüllen dabei – zwar nicht notwendigerweise aber doch mit einer gewissen Häufigkeit – den Zweck, Herrschaftszustände herzustellen oder zu stabilisieren. So ist es im Sinne derer, die in einer Gesellschaft eine Machtposition innehaben, Selbsttechnologien zu entwickeln, „die an Regierungsziele gekoppelt werden können. Sie operiert nicht ausschließlich (...) über explizite oder implizite Verbote (...), sondern auch und gerade durch ihre Macht, Subjekte zu einem bestimmten Handeln zu bewegen“ (Lemke et al. 2000, S.29).

Thomas Lemke (2007) zeigt auf, wie sich die theoretische Auffassung von Foucault im Vergleich zu anderen bedeutenden Arbeiten über Macht unterscheidet. Max Weber, der Macht und

Herrschaft⁴ begrifflich trennt, versteht unter zweiterem die institutionalisierte Macht, die durch eine Autoritätsgewalt durchgesetzt wird. Diese setzt Gehorsam aufgrund geteilter Normen voraus. Bei Zwang handelt es sich nicht um *legitime* Herrschaft – wobei sich Legitimität nicht moralisch begründet, sondern im Gehorsam selbst liegt. Foucault sieht im Unterschied dazu auch im Zwang eine Form der Herrschaft und somit auch im *Ungehorsam* eine Möglichkeit innerhalb von Herrschaftszuständen.

Norbert Elias baut auf dem Herrschaftsverständnis von Weber auf, betont jedoch das Interdependenzgeflecht zwischen Individuen sowie deren *Psyche* und der Gesellschaft: „Elias zeigt, wie (...) Gehorsam über die Inkorporierung von Fremdzwängen und deren Transformation in Selbstzwänge funktioniert“ (Lemke 2007, S.32). Dabei – so Lemke – betrachtet er psychische Prozesse jedoch aus einer behavioristischen Perspektive entlang des Schemas von Belohnung und Strafe (als Konditionierungsprozess).

Foucault hingegen versucht weder einen eindeutigen Prozess oder eine umfassende Theorie zu generieren, sondern richtet seinen Fokus auf Praxen und Diskurse der Machtausübung in unterschiedlichen Facetten und sozialen *Settings*, wie in Gefängnissen oder „Irrenanstalten“. Damit einher geht sein relationales Verständnis von Rationalitäten: „Es handelt sich also nicht darum, die Dinge an etwas Absolutem zu messen (...), sondern darum zu untersuchen, wie Rationalitätsformen sich selbst in Praktiken (...) einschreiben“ (Foucault 1994, S.26; zit. nach Lemke et al. 2000, S.20).

Dass er dabei den Fokus auf die *gesellschaftlich Ausgegrenzten* legt, begründet Foucault damit, dass sich hier zeigen ließe, wie sozial *schockierende* Praktiken allmählich legitimiert und normalisiert werden – mit dem Anspruch, die sozio-historische Bedingtheit sämtlichen Denkens und Wertens herauszuarbeiten: „Ich möchte zeigen, dass viele Dinge, die (...) für universell gehalten werden, das Ergebnis ganz bestimmter geschichtlicher Veränderungen sind“ (Foucault 1993c, S.17).

Darüber hinaus vertritt Foucault ein relationales Verständnis von Wissen und gesellschaftlichen Ideen bzw. dem Denken im Allgemeinen. Was in einem sozio-kulturellen Rahmen gedacht und als *wahr* angesehen wird, ist demnach abhängig von bestimmten Macht- und Herrschaftsverhältnissen. Er selbst sagte dazu: „Mein Arbeitsfeld ist die Geschichte des Denkens. Der Mensch ist ein denkendes Wesen. Die Art, wie er denkt, hängt mit der Gesellschaft, der Politik, der Wirtschaft und der Geschichte zusammen“ (Foucault 1993c, S.16). Wissen, Denken und

⁴ Macht definiert Weber als „jede Chance, innerhalb einer sozialen Beziehung den eigenen Willen durchzusetzen“ (Weber 1922, S.28; zit. nach Lemke 2007, S.25). Sie beschränkt sich auf soziale Beziehungen zwischen Individuen; Herrschaft ist demgegenüber „die Chance, für einen Befehl bestimmten Inhalts (...) Gehorsam zu finden“ (Weber 1922, S.28; zit. nach Lemke 2007, S.25).

Wahrheiten gelten als intellektuell bereits bearbeitete Realität – als soziale Konstrukte – wovon sich Techniken des Regierens ableiten lassen. So dient Wissen dazu, „Objekte und Subjekte einer politischen Rationalität ‚entsprechend‘ zu regieren“ (Lemke et al. 2000, S.21). Folglich interessiert er sich in seinen Studien nicht für die *objektive Wahrheit*, sondern vielmehr für die Bereitstellung von Wahrheiten und Wissen über gesellschaftliche Diskurse und deren „Wahrheitsspiele“ (Foucault 1993b, S.26).

Diese Ansicht wird u.a. deutlich, wenn die Auseinandersetzung von Foucault mit der die Psychoanalyse fundierenden Theorie von Freud verglichen wird. So kommt Hutton (1993) zu folgendem Schluss: sie „nähen sich dem Geist auf entgegengesetzten Wegen. Während Freud eine Methode entwickelt hat, welche auf die innere Funktionsweise der Psyche zu erschließen trachtet, versucht Foucault zu zeigen, daß eben diese Methode eine alte Technik der Selbstbearbeitung aufnimmt, die den Geist über Jahrhunderte von außen geformt hat“ (ebd., S.144).

In diesem Verständnis gründet die Psychoanalyse in der Sorge um sich selbst, als historisch alte Form der Zuwendung und Bearbeitung des Subjektes. Bei Freud soll mithilfe von therapiegeleitetem Erinnern das Selbst durch ins Unterbewusste verdrängte Erfahrungen wieder zu sich finden. Foucault hingegen sieht in dieser Technik eine Formung und Konstruktion der Psyche durch äußere Autoritäten und Techniken des Regierens. In seinen Studien zum „Wahnsinn“ zeigt er auf, dass die Normierung einer gesunden Psyche und dessen Abgrenzung vom Irrsinn als Herrschaftstechnik zur Stabilisierung sozialer Ordnung begriffen werden kann. Die Psyche ist ein Konstrukt der Gesellschaft und dient der Lenkung und Kontrolle der Menschen sowie der Einflussnahme auf den Prozess der Subjekt-Werdung (ebd.).

Auch Peter L. Berger verweist auf die Psychoanalyse sowie auf die immanente Selbstzerstörung darin; so sieht er sie als „eine eigenartige dichte soziale Situation, in der ein Mensch dazu gebracht wird, seine bisherige Selbstauffassung aufzugeben und eine neue Identität anzunehmen, und zwar genau diejenige, die für seinen Fall im ideologischen Programm der Psychoanalyse vorgesehen ist“ (Berger 2011, S.126).

Über gesellschaftliche Diskurse und politische oder Ideen oder wissenschaftliche Denktraditionen wird soziale Ordnung hergestellt und aufrechterhalten: „die menschliche Natur ist keine verborgene Realität, die es durch Selbstanalyse aufzudecken gälte, sondern die Gesamtheit jener Formen, die öffentlich definieren, wer wir sind“ (Hutton 1993, S.150) – der Wunsch nach Selbsterkenntnis sowie die erwünschte Selbstkontrolle liegen demnach begründet in der Machausübung und der sozialen Kontrolle. Die Techniken des Selbst wiederum dienen dazu, diese Ordnung durch die Überwachung und Anpassung des eigenen Verhaltens sowie des Denkens aufrechtzuerhalten (ebd.). Die Menschen sollen „ihr Selbst deuten, entschlüsseln und behandeln

in Bezug auf wahr und falsch, erlaubt und verboten, wünschenswert und nicht wünschenswert“ (Rose 1996, S.11).

Foucault vertritt dabei nicht „nur“ die Annahme, dass Macht und Herrschaftszustände in enger Wechselwirkung mit der Formung von Subjektivität sowie dem Denken und Wissen stehen, sondern vielmehr, dass genau dieser Kontaktpunkt zwischen Techniken der Macht und des Selbst analysiert werden sollte. Die Beziehung zwischen den beiden Techniken gilt als durchaus komplexes Zusammenspiel zwischen Fremdzwang und Selbstregulierung – so ist „Regieren nicht eine Weise, Menschen zu zwingen, das zu tun, was der Regierende will; vielmehr ist sie immer ein bewegliches Gleichgewicht (...) zwischen Techniken, die Zwang sicherstellen und Prozessen, durch die das selbst durch sich selbst konstruiert oder modifiziert wird“ (Foucault 1993, S.203; zit. nach Lemke 2007, S.37).

Dabei ist das Subjekt weder vollständig von Machtinterventionen determiniert, noch kann es als unabhängig davon verstanden werden. Wie bereits bei Berger und Luckmann (2016), zeigt sich auch in der Perspektive nach Foucault, dass ein reziprokes Verständnis von Subjekthaftigkeit, Gesellschaft und Wissen vertreten wird. So ist das Subjekt sowohl von außen *geformt* als auch seiner Selbst bewusst – es ist zugleich ein Individuum als auch eine Konstruktion sozialer Einflüsse. Folglich hat das Subjekt „zwei Bedeutungen: Es bezeichnet das Subjekt, das der Herrschaft eines anderen unterworfen ist und in seiner Abhängigkeit steht; und es bezeichnet das Subjekt, das durch Bewusstsein und Selbsterkenntnis an seine eigene Identität gebunden ist“ (Foucault 2005, S.275; zit. nach Lemke 2007, S.38).

2.5 Hegemoniale Subjektkulturen und Subjektmodelle

Wie Berger und Luckmann bzw. auch Foucault und daran anschließende Arbeiten, begreift auch Andreas Reckwitz das Subjekt bzw. Subjektivität nicht als unabhängig von gesellschaftlichen Prozessen. In seiner Analyse zum „hybriden Subjekt“ (2020) bedient er sich einem kulturtheoretischen Zugang, wobei er die *Moderne* als Kulturform fasst, die auf der Ebene des Subjektes wirksam wird. Ausgehend von sozialen Praktiken und Diskursen bzw. den darin enthaltenen kulturellen Codes befasst er sich mit Charakteristiken von Subjektkulturen der Moderne und Postmoderne.

Das Subjekt ist in seiner Analyse dabei „nicht das Individuum, sondern die sozial-kulturelle *Form der Subjekthaftigkeit*, in die sich der Einzelne einschreibt“ (ebd., S.22; Hervorgehoben im Original). Demnach geht es weniger um eine empirische Größe, sondern vielmehr um die sozialen Normen, Handlungsmuster und Deutungsweisen, die in der Vorstellung oder der Adressierung von Subjekten innewohnen; es geht um kulturelle Praktiken und Diskurse, die für

historisch abgegrenzte – aber nicht unabhängig voneinander bestehende – Zeitabstände typischerweise charakterisieren, wie der Mensch *ist* und zu *sein* hat.

Diese sozialen *Wissensbestände* sind nicht einfach ein Bestandteil von Identitäten oder Subjektivität, sondern eine notwendige Voraussetzung; sie bilden einen normativ wirkenden Rahmen, innerhalb dessen sich die Menschen als *einzigartige Individuen* begreifen und entwickeln können (ebd., S.23ff).

Entgegen den mehr oder weniger etablierten Perspektiven der Individualisierung und der Disziplinierung, betont Reckwitz, dass zwischen der Vereinzelung und Freisetzung aus traditionellen Einbindungen (als Individualisierung) und der Unterwerfung unter Machtbeziehungen (als Disziplinierung) kein Gegensatz, sondern vielmehr ein typisches Charakteristikum besteht. „Individualismus und soziale Formung sind keine widerstreitenden Kräfte, sondern die beiden Seiten des modernen *subjecticum*, das sich eben kulturelle Regeln einverleibt, um ‚individualistisch‘ zu werden“ (ebd., S.27; Hervorgehoben im Original).

In seiner Auseinandersetzung mit den Subjektkulturen der Moderne und Postmoderne befasst sich Reckwitz auch mit „den kulturellen Kriterienkatalogen der Subjekthaftigkeit, in denen jeder Einzelne trainiert wird“ (ebd., S.23). Er unterscheidet dabei im Groben soziale Praktiken der Arbeit, der intimen Beziehungen sowie die Technologien des Selbst. Letztere meinen jene „Aktivitäten, in denen das Subjekt unmittelbar ein Verhältnis zu sich selbst herstellt“ (ebd., S.29). Sie setzen sich wiederum zusammen aus selbst-referentiellen medialen Praktiken (wie dem Umgang mit Sprache, Text und [digitalen] Medien), Praktiken des Konsums (im Sinne von Performanz und Selbstpräsentation) und körperbezogenen Praktiken.

Ich werde darauf an unterschiedlichen Stellen der Arbeit eingehen (v.a. in Kapitel 2). Für den theoretischen Rahmen relevant ist jedoch vielmehr das Verständnis von bereitgestellten Subjektmodellen, wie es von Reckwitz – aber auch anderen – vertreten wird. Wie bereits betont, geht es dabei nicht um empirisch vorhandene Größen, sondern vielmehr um ein *ideales Selbst*, als eine begehrte Repräsentation, die handlungsanleitend und -motivierend ist. Von einem Ausgangsmilieu heraus (in der Moderne v.a. die Mittelschicht) werden die Idealbilder verallgemeinert und institutionalisiert – es entstehen „hegemoniale Subjektkulturen“ (ebd., S.83ff). Maßgeblich für die kulturelle Dominanz und die Universalisierung sind Diskurse, die sowohl deskriptive wie auch normative Elemente besitzen: „Man geht davon aus, dass der Mensch über diese allgemeinen Eigenschaften verfügt und gleichzeitig wird die Anforderung an jeden Einzelnen erhoben, diese Eigenschaften hervorzubringen“ (ebd., S.94).

Zentrale Faktoren bei der Bedeutungsproduktion und der Transformation hin zu neuen Subjektformen sind nach Reckwitz die humanwissenschaftlichen Diskurse, die materielle Kultur der

Artefakte sowie kulturelle und ästhetische Bewegungen. Neue Subjektmodelle etablieren sich, wenn auf all diesen Ebenen Umbrüche und Veränderungen stattfinden. Neben positiven Modellen charakterisieren sich Subjektkulturen zudem durch eine Abgrenzung von einem *Anti-Subjekt* (ebd., S.57ff).

Da Subjektmodelle ein *ideales Bild* vermitteln, wird die Subjektwerdung entlang sozial geteilter Erwartungen zu einem unabschließbaren Prozess – somit wird man das optimale Selbst niemals werden, sondern nur ständig daran *arbeiten*, es zu sein. In Anlehnung an Helmut Plessner betont Bröckling (2007): „Der Mensch wird zum Subjekt, weil er sich zu dem erst machen muss, was er schon ist, weil er das Leben führen muss, das er schon führt“ (ebd., S.19). Begründet werden kann dies mit den immanenten Widersprüchlichkeiten, die sowohl dem Prozess der Subjektivierung als auch den konkreten Subjektkulturen inhärent sind.

Ersteres meint, dass sozio-historisch geformte und die Einzelnen adressierende Modelle des Selbst nie vollkommen erfüllt werden können: „Subjekt zu werden ist etwas, das niemandem entgeht und das zugleich niemandem gelingt“ (Bröckling 2007, S.30). Zweiteres bezieht sich nach Reckwitz (2020) auf die charakteristische Ambivalenz moderner Subjektkulturen, die sich aus der Gleichzeitigkeit oder *Hybridität* von Unterwerfung und Freiheit ergeben. Das Subjekt „ist das in die Höhe Erhobene und das Unterworfenene“ (ebd., S.21; mehr dazu in Kapitel 2).

2.6 Theoretische Einbettung

Somit ist das Subjekt in der hier angeführten Theorie sowie im Verständnis der vorliegenden Arbeit keine unabhängige und eigenständige Entität, sondern vielmehr beeinflusst von den sozio-historischen Gegebenheiten. Einfluss nehmen zum einen *äußerliche* Kräfte, d.h. „Techniken sozialer Kontrolle“ (Berger 2011) oder „Techniken der Macht“ (Foucault 1993c). Dies umfasst nicht „nur“ politische oder militärische Gewalt, sondern genauso auch Ratschläge – d.h. jegliche Einflussnahme auf den Menschen durch andere.

Gleichzeitig wirken auch internalisierte Werthaltungen, Normen und Moralvorstellungen auf das Denken und Handeln; meist unbewusst und unhinterfragt als *positive Verstärker* hin zu sozial erwünschtem Verhalten (Berger 2011). Durch die „Technologien des Selbst“ (Foucault 1993b) kontrollieren und manipulieren sich die Subjekte wiederum durch sich selbst.

Das Zusammenspiel zwischen den äußerlich und innerlich wirkenden Faktoren ist dabei komplex und nicht als Ursache-Wirkungs-Zusammenhang, sondern vielmehr als dialektischer Prozess zu fassen. Das Subjekt ist demnach den Machtstrukturen nicht ohne weiteres unterworfen, sondern selbst Teil der Machtpraktiken und der Konstruktion der als objektiv wahrgenommenen sozialen Wirklichkeit; u.a. auch in Form der Machtausübung gegen sich selbst. „Die

Rationalität der Regierung über andere ist dieselbe wie die Rationalität der Regierung über sich selbst“ (Foucault 1986, S.121; zit. nach Bröckling 2000, S.135).

Dabei ist Macht genauso wenig wie das Subjekt nicht als unabhängig von der Gesellschaft zu verstehen. Wissensbestände und Ideen aus der Psychologie, Ökonomie, den Sozialwissenschaften, der Philosophie usw. formen das Verständnis davon, was wir in der Gesellschaft als Subjekt charakterisieren und welche Eigenschaften ihm als *vorhanden* oder *wünschenswert* zugeschrieben werden. So wird beispielsweise die Psychoanalyse als eine Machttechnologie – bzw. als ein „ideologisches Programm“ (Berger 2011, S.26) begriffen, die der Regierung des Subjektes dient (Hutton 1993). In diesem Sinne ist auch *Wahrheit* stets das Konstrukt eines jeweils machtvollen Diskurses.

Abgeleitet von sozial geteilten Wissensbeständen werden in Form von Subjektmodellen (Reckwitz 2020) institutionalisierte und als universell gültig begriffene Idealbilder des Subjektes über soziale Praktiken und Diskurse vermittelt. Diese wiederum wirken in Form von „hegemonialen Subjektkulturen“ (ebd., S.83ff) auf das Individuum – sowohl in Form von *Unterstellungen* wie der Mensch *ist*, sowie als normative Erwartungen, wie er *zu sein hat*. Damit einher geht eine Unabschließbarkeit des Prozesses der Subjekt-Werdung.

Als bedeutend für das moderne Subjektverständnis sieht Foucault (1993b) die christliche Subjektivität – d.h. die Wahrheitspflicht des *inneren Selbst* bzw. die *Innenschau* sowie das Verständnis der *Seele* als möglicher Einflussbereich von Machtinterventionen. Gutmann (1993) verweist zudem unter Rückgriff auf die Schriften von Rousseau auf die Einzigartigkeit und Autonomie als zentraler Bestandteil des Subjektverständnisses. Darauf aufbauend wird sich in soziologischen Analysen mit charakteristischen Subjektidealen im Kontext der neoliberalen Gesellschaft auseinandergesetzt. Diese sollen im folgenden Kapitel erläutert werden.

3 DAS SUBJEKT IM KONTEXT DES NEOLIBERALISMUS

Der Prozess der Subjektivierung verbindet das Individuum mit der Gesellschaft – eine theoretisch konstruierte Trennung zwischen den Einzelnen und dem sozialen Gefüge bzw. der Sozialstruktur ist dabei wenig zielführend. Vielmehr sind kulturell geteilte soziale Erwartungen und Wissensbestände eine Voraussetzung dafür, was unter Subjektivität verstanden wird, wie das Subjekt adressiert wird und zu einem gewissen Grad, wie Subjektivität bzw. Identität konstruiert wird.

Aus einer soziologischen Perspektive kann die Einverleibung des Sozialen durch das Subjekt als ein Produktionsverhältnis verstanden werden (Bröckling 2007), dessen Analyse vorherrschende Subjektideale und *Menschenbilder* unter Rückbezug auf die sozio-ökonomischen Rahmenbedingungen bedarf. Ausgehend von der Annahme, dass die neoliberale Form des Kapitalismus einen gewissen Einfluss darauf hat, wie das Subjekt gedacht wird, soll im Folgenden auf dieses Produktionsverhältnis sowie dessen gedanklichen und politischen Ursprünge eingegangen werden.

Der zentrale Fokus dieser Arbeit liegt dabei jedoch weniger auf dem neoliberalen System oder dessen wirtschafts-politischen Lehren, sondern vielmehr auf den Auswirkungen auf die Vorstellung davon, wie die darin lebenden Menschen dem System entsprechend zu sein haben. Eine gewisse Subjektbezogenheit liegt der neoliberal-kapitalistischen Produktionsweise jedoch bereits zugrunde: „Ganz grundsätzlich ist der Neoliberalismus als eine individualistische Sozialphilosophie zu begreifen, in deren Mittelpunkt das Selbst steht“ (Cabanis und Illouz 2019, S.66).

Für den Neoliberalismus charakteristische Subjektideale sowie zugrundeliegende Annahmen über den Menschen stehen somit im Mittelpunkt des folgenden Kapitels. Die Ideale des Selbst weisen dabei sowohl deskriptiv-naturalisierende als auch normativ-handlungsanleitende Komponenten auf. *Menschenbilder* und Subjektideale stehen somit in einer Wechselwirkung zueinander und können nicht als unabhängig begriffen werden. Dies gilt in ähnlicher Weise für das neoliberale Programm. So kann der Neoliberalismus „als politisches Projekt, das darauf abzielt, eine soziale Realität herzustellen, die es zugleich als bereits existierend voraussetzt“ (Lemke et al. 2000, S.9) begriffen werden.

Abschließend wird in diesem Kapitel auf die Subjektivierungsforschung sowie auf bisherige Forschungen eingegangen, welche sich mit Ratgeberliteratur als Analysematerial auseinandergesetzt haben. Daran anschließend findet sich die konkrete Zielsetzung sowie die Forschungsfragen der hier durchgeführten Analyse.

3.1 Der Neoliberalismus – Mehr als ein politisches Programm

Prinzipiell lassen sich nach Christine Resch und Heinz Steinert (2011) historisch drei Phasen der kapitalistischen Produktionsweise unterscheiden, wenn auch Abwandlungen davon existieren oder existierten. Die *ursprüngliche* und von Karl Marx⁵ behandelte Form bezeichnen sie als *Industrie-Kapitalismus* (19.Jhdt.). Thematische Schwerpunkte dabei sind schlechte Arbeitsbedingungen, Lohndumping, eine *Verelendung* der Arbeiterschaft sowie die daraus resultierende Arbeiterbewegung. Durch die industrielle Massenproduktion – auch von Konsumgütern – verändert sich das kapitalistische System: Löhne und Wohlstand steigen. *Wohlfahrtsstaatlichkeit* und Sozialpolitik sind zentral für die als *Fordismus* bezeichnete kapitalistische Produktionslogik ab dem 20. Jahrhundert (Resch und Steinert 2011, S.50ff).

In diese Zeit fällt die Auseinandersetzung mit der „Dialektik der Aufklärung“ (2000)⁶ bzw. der *Kulturindustrie* von Theodor W. Adorno und Max Horkheimer. Diese setzten sich in ihren *philosophischen Fragmenten* mit den anti-aufklärerischen Elementen der Aufklärung auseinander: indem die *instrumentelle Vernunft* sich in allen gesellschaftlichen Sphären durchsetzt, wird sie selbst – so die Autoren – totalitär bzw. zum Mythos. Aufklärung wird zum *Massenbetrug*.

In der „Kulturindustrie“ sehen sie die industrielle Produktion und Abfertigung von Kulturprodukten bzw. die Unterwerfung der kulturellen Sphäre unter die Ökonomie. Neben der ökonomischen Vereinnahmung betonen sie dabei auch die Standardisierung der Subjekte: so diene die Massenproduktion kultureller Güter der Anpassung der Einzelnen an die *Masse*. Unter anderem erklären Adorno und Horkheimer dies über den Wegfall der Eigenleistung und der Fantasie bei der Interpretation von Kunst und Kultur. Die Produkte selbst geben vor, wie sie zu verstehen und zu deuten sind, sie dienen als *Denkvorlagen*, wodurch sie zu Manipulationsinstrumenten der Herrschenden werden (ebd., S.146ff).

Die Anpassung der Subjekte an die gesellschaftliche Gesamtheit erfolgt jedoch stets innerhalb sozio-ökonomischer Klassen – soziale Ungleichheit wird dadurch stabilisiert und reproduziert: „Jeder soll sich seinem ‚level‘ gemäß verhalten und nach der Kategorie des Massenprodukts greifen, die für seinen Typ fabriziert ist“ (ebd. S.150). Gleichzeitig werden über den „Mythos des Erfolgs“ (ebd., S.162) Wünsche nach einem *besseren Leben* geweckt, die letzten Endes über Konsumation zu befriedigen sind. Die reine Vorstellung davon, dass Erfolg eine

⁵ Unter anderem in „Das Kapital. Kritik einer politischen Ökonomie“ Band 1 (1867), Band 2 (1885) und Band 3 (1894); MEW 23-25

⁶ Die erste Auflage erschien 1944; sozio-historisch einbetten lässt sich das Werk zum einen in die Zeit des Nationalsozialismus und dem Leben im amerikanischen Exil beider Autoren – genauer im damaligen Los Angeles, in dem die Unterhaltungsindustrie bereits einen gewissen Stellenwert hatte (Steinert 2008)

Möglichkeit darstellt sowie die „Verdoppelung der Ideologie“ (ebd., S.185) – d.h. die Herstellung von Kulturprodukten, die den Alltag imitieren – untergräbt den Widerstand gegen das ausbeuterische kapitalistische System: „Es ist in der Tat Flucht, aber nicht, wie behauptet, Flucht vor der schlechten Realität, sondern vor dem letzten Gedanken an Widerstand“ (ebd., S.176).

Der eigentliche Betrug der Kulturindustrie ist nach Adorno und Horkheimer (2000) jedoch nicht die Manipulation und Standardisierung an sich, sondern vielmehr, die vorgegebene *Pseudoindividualität* und damit die Verschleierung der Unterwerfung und die Angleichung der Einzelnen. In der „Dialektik der Aufklärung“ und in der Tradition der „Kritischen Theorie“⁷ wird im Prozess der Aufklärung der Untergang bzw. der *Tod des Individuums* gesehen. Das Subjekt wird zum Objekt, das lediglich Teil der Gesellschaft sein kann, wenn es sich unterdrücken lässt: „Jeder kann sein wie die allmächtige Gesellschaft, jeder kann glücklich sein, wenn er sich nur mit Haut und Haaren ausliefert“ (ebd., S.187).

Wenn auch die These der Kulturindustrie weiterhin in soziologischen Auseinandersetzungen behandelt wird (u.a. bei Steinert 2008), so zeigt sich doch auch eine veränderte Thematisierung des Subjektes, welches weniger den *Tod des Individuums*, sondern vielmehr den *Tod des Sozialen* (Rose 2000) bzw. die Verinnerlichung des Konsums und die *Verdinglichung* der Subjektivität in den Mittelpunkt rückt: „Das totesagte Subjekt der abendländischen Philosophie, es lebt fort – als Trademark“ (Bröckling 2000, S.158).

Nicht zuletzt lässt sich dies auf eine veränderte Form der kapitalistischen Produktionsweise zurückführen: den *Neoliberalismus*. Was bereits in der *Kulturindustrie* – d.h. in der *fordistischen Produktionslogik* – angeklungen ist, wird im Neoliberalismus zentral. Nach Resch und Steinert (2011) zeichnet sich dieser nämlich besonders dadurch aus, dass nicht-ökonomische Gesellschaftsbereiche wirtschaftlichen Prinzipien unterworfen werden: „Neoliberalismus heißt Kommodifizierung von gesellschaftlichen Bereichen, die bisher nicht oder nicht in diesem Ausmaß dem Kapitalverhältnis unterworfen, also nach Prinzipien der Warenförmigkeit organisiert waren“ (ebd., S.274).

Ausgangspunkt dieser Veränderungen sind vielfältig. Eine bedeutende Rolle wird dabei den ökonomischen Lehren zugeschrieben. Neoliberale Denktraditionen – begründet im deutschen Ödoliberalismus und der „Chicago School of Economics“ – zeichnen sich dadurch aus, dass

⁷ Kritische Theorie gilt als Überbegriff einer paradigmatischen Schule der Soziologie, dessen Ausgangspunkt am Institut für Sozialforschung in Frankfurt (Frankfurter Schule) in der Zwischenkriegszeit angesetzt wird. Adorno und Horkheimer sind prominente Vertreter dieser Anfangszeit. Einen einfachen Einstieg in die Theorien bietet (Rosa und Gertenbach 2009).

sie sich vom „laissez-faire“ Prinzip des Liberalismus mehr oder weniger verabschiedet haben. Somit wird nicht mehr davon ausgegangen, dass sich der Markt durch möglichst wenig Eingriffe *frei* entfalten kann, sondern vielmehr wird die aktive Herstellung des *freien Wettbewerbs* zum utopischen – oder vielleicht auch dystopischen – Ideal erklärt. So soll „die Gesellschaft durchgängig so ausgestaltet [werden], dass das Prinzip vollständiger Konkurrenz möglichst umfassend zur Geltung gelangt“ (Bröckling 2007, S.82). Damit wird es zur Aufgabe der Politik, *für* den Markt zu regieren und zur Aufgabe der Individuen, *sich selbst* zu regieren, wie es sich in den neoliberalen politischen Programmen der 1980er von u.a. Ronald Reagan (USA) und Margaret Thatcher (UK) beobachten ließ. Diese zeichnen sich durch einen Abbau des Wohlfahrtsstaates und der Propagierung von Eigenverantwortung aus – bzw. charakterisieren sie sich als „ein aktivistisches Programm, das keinen Lebensbereich aussparen sollte“ (Bröckling 2007, S.53). Theoretische Konzeptionen, wie die „Humankapitaltheorie“, setzten an den ökonomischen Lehren an und weiten diese weiter auf die Ebene des Subjektes aus. So werden die Individuen selbst dazu angehalten, unternehmerisch und entlang einer rationalen Kosten-Nutzen Abwägung zu agieren (Bröckling 2007; Prinz und Wuggenig 2007).

Neben den Lehren der Ökonomie betont Luc Boltanski (2007) auch den Einfluss sozialer Bewegungen auf den Wandel im kapitalistischen Produktionsverhältnis – konkret die Protestbewegungen mit ihrem Höhepunkt im Jahre 1968. Aktivist*innen kritisieren die kapitalistische Ökonomie und die damit einhergehende Arbeits- und Lebenskultur. Neben der Sozialkritik, welche sich auf die Arbeiterbewegung(en), also den Wunsch nach ökonomischer Umverteilung und sozialer Gerechtigkeit zurückführen lässt, identifiziert Boltanski (2007; und bereits Boltanski und Chiapello 2006) in den 1970er Jahren eine *Künstlerkritik* in den Protestbewegungen. Diese folgt dem Ideal der „individuellen Autonomie, der Selbstverwirklichung und der Kreativität, das im Widerspruch zu allen Formen hierarchischer Machtverhältnisse und sozialer Kontrolle steht“ (Boltanski 2007, k.S.). Die Künstlerkritik ließ sich, wenn auch in abgeschwächter Form, in die kapitalistische Produktionslogik als die „Kultur des Projektes“ (ebd., k.S.) eingliedern: „Ein Grund für das Überleben des Kapitalismus liegt in seiner Anpassungsfähigkeit, etwa in seiner Fähigkeit, die Künstlerkritik durch eine Kultur des Projektes zu integrieren“ (ebd., k.S.).

So habe sich in der zweiten Hälfte der 1960er Jahre der „Netzwerkkapitalismus“ gegenüber dem „Konzernkapitalismus“ etabliert und somit das kapitalistische System einen „neuen Geist“ hervorgebracht, in dem die Kritik integriert wurde und veränderte Formen des Arbeitens bzw. Produzierens dessen Fortbestehen rechtfertigen und legitimieren (Boltanski und Chiapello 2006). Dabei ist es jedoch weniger die empirische Gegebenheit der projektförmigen

Netzwerklogik, welche eine neue Logik im kapitalistischen System hervorbringt, sondern vielmehr der *normative* Diskurs darüber – die Arbeits- sowie die Alltagswelt *sollen* als ein Projekt gesehen werden (Münnich 2021).

Eine Veränderung wird aber auch in der kapitalistischen Produktion an sich gesehen. Durch die zunehmende Auslagerung der Massenproduktion in Länder des „globalen Südens“ bzw. vormals wenig oder kaum industrialisierten Ländern, entwickelt sich nach Boltanski und Esquerre (2015) eine Ökonomie der Bereicherung. Diese zeichnet sich dadurch aus, dass der Wert eines Produktes vor allem durch einen nostalgischen Vergangenheitsbezug hergestellt wird. Durch die *Kraft des Erinnerns* wird Kritik am Massenkonsum in die kapitalistische Logik integriert; Dinge sollen Authentizität und Originalität aufweisen und nicht der Standardisierung unterworfen werden.

Auch Reckwitz (2020) befasst sich mit dem Wandel ab den 1970er Jahren. Ausgehend von der Mittelklasse entwickeln sich neuartige kulturelle Praktiken und verändern sich Diskurse. Relevante Entwicklungen sind laut ihm die Umorientierung der Psychologie hin zur Selbstorientierung des Subjektes, die neoliberale Ökonomie bzw. der postbürokratische, neoliberale Managementdiskurs, kulturwissenschaftliche Modelle von identitätsorientierten Subjekten sowie die digitale Revolution und die kulturelle und ästhetische Bewegung der *Counter Culture* bzw. des Postmodernismus (ebd., S.499ff).

Dabei identifiziert er eine „Gesellschaft der Singularitäten“ (Reckwitz 2017). Im Unterschied zur Nachkriegszeit, in der die Menschen tendenziell danach strebten, ein *normiertes* Leben zu führen bzw. in eine „Gesellschaft des Gleichen“ eingebunden waren, charakterisiert sich die Spätmoderne nach Reckwitz durch ein Streben nach Einzigartigkeit und Individualismus. Gestützt von Sozialen Medien und digitalen Technologien wird die *Singularisierung* befeuert. Er fasst dies als weitreichender verglichen mit der These der Individualisierung (Beck und Beck-Gernsheim 1994; mehr dazu siehe S.34 in dieser Arbeit). So gehe es nicht „nur“ um eine Herauslösung, sondern um eine ständige Herstellung und Evaluierung der angestrebten Einzigartigkeit. Neben einer daraus entstehenden Polarisierung auf mehreren Ebenen, führt dies auch dazu – so die These – dass Individualität wiederum zu einer sozialen Norm wird (ebd.). So schreibt er: „Die Kreation eines Individualstils avanciert damit paradoxerweise selbst zu einem *kollektiv* wirksamen Subjektmodell“ (Reckwitz 2020, S.560).

Die sozialen Anliegen der Protestbewegungen der 1960er und 70er – die Abkehr von der kapitalistischen Produktionslogik und die soziale Revolution – sind demnach mehr oder weniger fehlgeschlagen, es bleibt eine Individuums-konzentrierte Ideologie der *Sorge um sich selbst*: „Nachdem die gesellschaftssanitären Verheißungen, die Utopie einer gesunden Gesellschaft,

spätestens 1968 in die Kritik geraten waren, blieb vom sozialdemokratischen Projekt weniger mehr als ein Individualismus, der sich daran erschöpfte, dass die Menschen im Rahmen der wohlfahrtsstaatlich angebotenen Möglichkeiten ihren bescheidenen privaten Hedonismus pflegten“ (Bröckling 2007, S.51). Diese zunehmende „Delegitimierung des Sozialen und Kollektiven“ (Reckwitz 2020, S.600) richtet sich gegen wohlfahrtsstaatliche und sozialpolitische Ideen und den Wunsch nach mehr Gemeinwohl. Vielmehr wird eine *Mentalität des Einzelkämpfertums* propagiert.

Das Ideal sozialer Beziehungen ist zunehmend geprägt von einer Kurzfristigkeit und netzwerkartigen Formation, d.h. „eindimensionale und voraussetzungslose Bindungen ohne feste Dauer und langfristige Verpflichtungen“ (Bauman 2007, S.122). Zudem sieht Bauman (2007) einen Wertewandel weg vom Streben nach Gleichheit (als Wert der französischen Revolution), hin zur *Chancengleichheit*, so als hätten sich die Menschen damit abgefunden, dass sozio-ökonomische Ungleichheiten existieren und diese hinzunehmen seien. Es wird weniger die Veränderung auf systemischer Ebene gefordert als vielmehr eine bestmögliche *Chance* innerhalb derer. Auch Nikolas Rose befasst sich mit dem „Tod des Sozialen“ und dem *neuen* Ideal der Autonomie und Eigenverantwortlichkeit im Kontext neoliberaler Gouvernamentalität. So „scheinen wir Zeuge zu werden, wie eine Reihe von Rationalitäten und Techniken des Regierens auftauchen, die ohne Gesellschaft auskommen (...), die von einzelnen autonomen Akteuren (...) vollzogen werden“ (Rose 2000, S.73).

Nach Richard Sennett (2010) ist es der „flexible Kapitalismus“, in dem Bürokratie und Routine nicht länger wünschenswert sind, der neue Formen des Arbeitens und des Zusammenlebens hervorbringt. Die *neue* politische Ökonomie verlangt nach der Bereitschaft, sich ständig den verändernden Marktbedingungen anzupassen; das *neue* Management propagiert lockere Netzwerke, anstelle starrer Hierarchien; Teamarbeit wird zum neuen *Kredo*. Die „flexible Spezialisierung“ (ebd., S.64) soll schnelle Reaktionen und ständige Innovation ermöglichen. Diese Idealvorstellungen entsprechen – so Sennett – dem anglo-amerikanischen Modell, welches nach neoliberalen Prinzipien die Freiheit des Marktes über den Staat stellt.⁸ Die Flexibilisierung beeinflusst dabei sowohl die Arbeitsorganisation wie auch die Anforderungen an die Arbeitnehmenden. Damit einher gehen kurzfristige Arbeitsverhältnisse, schwindende Sicherheiten und Verlässlichkeit, die sich auch im Subjekt niederschlagen.

Mit dem Wandel hin zum flexiblen Kapitalismus vollzieht sich laut Sennett (2010) auch eine Veränderung der Machtausübung. Die flexible Ordnung erlaubt eine Machtkonzentration ohne

⁸ Im Vergleich zum Rheinmodell, das einen *Staatskapitalismus* verfolgt, d.h., dass der Markt stärker von der Politik reguliert werden soll (Sennett 2010, S.66f).

Zentralisierung, so „ist die organisierte Macht zugleich effizient und formlos“ (ebd. S.71). Die Verantwortung bei Erfolgen, aber auch beim Scheitern liegt bei den Individuen selbst. Zudem trägt der Diskurs eines ständigen Wandels dazu bei, aktives, eigenständiges Agieren und flexible Anpassungsfähigkeit als notwendige *Eigenschaften* zu vermitteln (Glauser 2016, S.57). Wie Sennett (2010) schreibt: „Der Manager, der sagt: ‚Wir sind alle Opfer von Zeit und Ort‘, ist vielleicht die gerissenste Gestalt in diesem Buch. Er hat die Kunst gemeistert, Macht auszuüben, ohne Verantwortung zu tragen“ (ebd., S.155).

Auch Byung-Chul Han (2014) verweist darauf, dass sich im neoliberalen Kapitalismus eine neue Form der Machtausübung etabliert. Anstelle disziplinierender Sanktionierung von deviantem Verhalten, treten zunehmend *positive Verstärker* hin zu sozial erwünschtem Verhalten. „Die smarte, freundliche Macht operiert nicht frontal gegen den Willen der unterworfenen Subjekte, sondern steuert deren Willen zu ihren Gunsten“ (ebd., S.27). Die wirkende Macht wird dabei verschleiert, die Illusion der Freiheit bewahrt – Unterwerfung geschieht unbewusst. Han betont dabei, dass es sich um ein verändertes Produktions- und Ausbeutungsverhältnis handelt: weg von der Fremd- hin zur Selbstausbeutung: „Jeder ist Herr und Knecht in einer Person. Auch der Klassenkampf verwandelt sich in einen *inneren Kampf mit sich selbst*“ (ebd., S.14; Hervorgehoben im Original). Er sieht in der neoliberalen „Psychopolitik“ ein biopolitisches Regime (in Bezugnahme auf Foucault), dass sich weniger körperlicher Bestrafung bedient, als vielmehr Eingriffen auf die Psyche vornimmt – „Motivation, Projekt, Wettbewerb, Optimierung und Initiative“ (ebd., S.30) sind hierfür charakteristisch. Dies dient v.a. der Steigerung von Produktivität und somit dem Erhalt des neoliberal-kapitalistischen Systems.

Im Neoliberalismus verändert sich somit das Verhältnis von Staat und Ökonomie – der Markt wird zum regulierenden Prinzip und *führt* die Politik. Gleichzeitig werden ökonomische Prinzipien auch außerhalb der Wirtschaft zu maßgebenden Kriterien. Der unternehmerisch-ökonomischen Verallgemeinerung unterliegen nach Lemke und Kolleg*innen (2000) sogar alle sozialen Praktiken und Diskurse; demnach auch das Verständnis davon, was ein Subjekt *ist* und zu *sein* hat. Oder wie Nikolas Rose (1996) schreibt: „Der Neoliberalismus ist folglich mehr als ein Phänomen der politischen Philosophie. Er konstituiert eine Mentalität des Regierens, eine Konzeption davon, wie Autoritäten ihre Macht einsetzen müssen, um den nationalen Wohlstand zu erhöhen; von den Zielen, die sie verfolgen sollen, (...) und – das ist entscheidend – dem Wesen der Menschen, auf die sie wirken müssen“ (ebd., S.11).

3.2 Subjektadressierungen und -ideale im Kontext des Neoliberalismus

Die Veränderungen der kapitalistischen Produktionslogik hin zum neoliberalen Programm schlägt sich somit auch im Verständnis von Subjektivität nieder. Dabei überrascht es wenig, dass die Subjektivierungsforschung wiederholt das Subjekt als „unternehmerisches Selbst“ (u.a. Rose 1996; Bröckling 2007) charakterisiert. Bröckling (2007) versteht darunter ein „Bündel aus Deutungsschemata, mit denen heute Menschen sich selbst und ihre Existenzweisen verstehen, an denen sie ihr Tun und Lassen orientieren“ (Bröckling 2007, S.7). Das Subjektmodell leitet sich – so Bröckling – zumindest teilweise vom Menschenbild des *homo oeconomicus* als rational denkende*r und entscheidende*r Nutzenmaximierer*in ab. Er betont, dass sowohl in diversen Coaching-Materialien, Ratgeberliteratur und in politischen Programmen propagiert wird, dass die Subjekte zu Unternehmern seines selbst werden sollen. So zielen die neoliberalen Regierungstechniken „auf die Konstruktion verantwortlicher Subjekte, deren moralische Qualität sich darüber bestimmt, dass sie die Kosten und Nutzen eines bestimmten Handelns (...) rational kalkulieren“ (Lemke 2000, S.38) ab.

Aufgrund der zunehmenden Quantifizierung und Messbarmachung werden Praktiken des Vergleichs und Wettbewerbs auf verschiedenste Bereiche expandiert. Gleichzeitig sind die in Konkurrenz stehenden Einheiten keine Kollektive sondern die einzelnen Subjekte – es *herrscht* ein Wettbewerbsindividualismus (Mau 2018). So schlägt sich das Ideal des *freien Wettbewerbs* auch in der Anrufung des Subjektes nieder – dies wird durch theoretische Konzeptionen (wie die Humankapitaltheorie) radikalisiert; ökonomisches Handeln wird darin nicht nur universell allen Menschen unterstellt, sondern auch als *einziges* mögliches Agieren angesehen. „Der ökonomische Ansatz identifiziert sie [die Subjekte] immer schon als jene nutzenmaximierende Marktsubjekte, zu denen sie erst gemacht werden und sich selbst machen sollen“ (Bröckling 2007, S.90) Die Ausweitung des Wettbewerb-Prinzips auf die einzelnen Individuen hat sowohl eine Totalisierung als auch eine Vereinzelung zur Folge. So wird – zumindest im Diskurs – von allen verlangt, sich mit anderen zu vergleichen und gleichzeitig, sich von anderen abzuheben und *besser* zu sein (Bröckling 2007).

Im Folgenden sollen zentrale Charakteristiken der zeitgenössischen Vorstellung von Subjekten aus der Subjektivierungsforschung sowie der Auseinandersetzung mit neoliberaler Subjektivität ausgearbeitet werden. Es wird dabei kein Anspruch auf Vollständigkeit erhoben. Gleichzeitig gilt zu betonen, dass die in Unterkapitel aufgeteilten *Idealvorstellungen* nicht als unabhängig voneinander zu verstehen sind.

Das auf sich gestellte Individuum – Eigenverantwortung als oberstes Prinzip

Auch wenn sich der Staat mehr und mehr zurückzieht, kann daraus nicht gefolgert werden, dass es quantitativ gemessen ein *Weniger an Regieren* gibt – vielmehr verändert sich die Qualität dessen: „Die neoliberalen Regierungsformen zeichnen sich (...) durch die Entwicklung indirekter Techniken aus, die Individuen führen und anleiten, ohne für sie verantwortlich zu sein“ (Lemke 2000, S.38). Zentral im Diskurs rund um neoliberale Subjektmodelle ist demnach das Postulat der Eigenverantwortung der Individuen.

Damit befasst sich u.a. auch die *These der Individualisierung* (Beck 1986; Beck und Beck-Gernsheim 1994). Darunter verstehen Beck und Beck-Gernsheim die Herauslösung des Individuums aus vorher einbindenden, traditionellen Lebensformen und somit ein mehr oder weniger Verschwinden von „Normalbiographien“ sowie ein Verlust traditioneller Sicherheiten bezogen auf Handlungswissen und Normen. Dies ist jedoch keinesfalls so zu verstehen, dass die Menschen losgelöst sozialer Zwänge sozialisiert werden. Vielmehr treten an die Stelle traditioneller Einbindungen neue soziale Erwartungen – allen voran die stetige Aufforderung zur Eigenverantwortung und die *erzwungene Wahlfreiheit*: „Die Moderne, die mit dem Anspruch der Selbstermächtigung des Subjekts angetreten ist, löst ihr Versprechen ein. Mit der Durchsetzung der Moderne tritt (...) an die Stelle von Gott, Natur, System das auf sich selbst gestellte Individuum“ (Beck und Beck-Gernsheim 1994, S.20). Aktive Eigenleistung und Selbstverantwortung ist somit nicht erwünscht, sondern wird erzwungen; die Wahl aus verschiedenen Möglichkeiten ist in jeglichem Lebensbereich Aufgabe des Individuums. Der Prozess der Individualisierung wird dabei dialektisch gedacht und ist von Ambivalenzen geprägt; gleichwohl, wie mehr Autonomie und Freiheit damit einhergehen, entstehen genauso auch Anomie und Zwänge.

Wenn auch die theoretischen und empirischen Auseinandersetzungen der Subjektivierungsforschung und der Gouvernamentalitätsstudien nicht per se an die These der Individualisierung anschließen⁹, so zeigt sich doch Einigkeit dahingehend, dass zunehmende Eigenverantwortung und die *erzwungene Wahlfreiheit* bezeichnend für moderne und postmoderne Subjektkulturen (im Sinne von Reckwitz 2020) sind. Wer man *sein* und *werden* will, ist demnach einem selbst überlassen. Das Subjekt wird aufgefordert, sich aktiv darum zu bemühen, sein Leben so zu gestalten, wie es individuell als *passend* erscheint. Die Forderung nach aktiver Eigenleistung

⁹ In Abgrenzung dazu, wird die Annahme eines allgemeinen Trends zur Individualisierung nicht geteilt. Individualismus gilt als eine von vielen Subjektivierungsformen (Lemke et al. 2000); Reckwitz (2020) hingegen betont, dass die Individualisierungsthese genauso wie die Disziplinierungsthese nach Foucault gemeinsam gedacht den „hybriden“ Charakter des modernen Subjektes auszeichnen. Zudem sieht er die Singularität als eine weitreichendere Entwicklung verglichen mit der Individualisierung (Reckwitz 2017).

steht in Verbindung mit der Idee, dass seine eigenen Umstände dadurch verändert werden können. Das Ideal des *aktiven Eingreifens* und *Veränderens* lässt sich nach Reckwitz (2020) u.a. in der digitalen Revolution verorten: Im Vergleich zum Buch oder Film, ermöglichen es die ästhetischen, digitalen Welten, sich selbst darin zu platzieren und damit diese mitzugestalten (ebd., S.578). Dabei werden soziale Zwänge und Ungleichheiten bei der Forderung nach Aktivität meist ausgeklammert, ganz nach dem Motto: *Jede*r kann werden, wer er oder sie sein will, wenn man sich nur darum bemüht.*

Das Freiheitsverständnis unterliegt dabei der Prämisse des Entscheidungszwangs; die Freiheit ist *illusorisch* (Han 2014, S.27ff). Paradoxerweise kann gefolgert werden: Die Menschen „sind gezwungen, frei zu sein“ (Bröckling 2007, S.12). Neben diesem Zwang wird aber auch darauf verwiesen, dass mit zunehmender Komplexität der Gesellschaft und der Undurchsichtigkeit von Entwicklungen, die Wahlfreiheit an Bedeutung verliert: „Je größer die Freiheit des Einzelnen ist, desto weniger Einfluss hat er auf die Welt. Je mehr Wahlfreiheit man uns zugesteht, desto weniger kommt es auf unsere Entscheidung an“ (Bauman 2007, S.109).

Selbstverantwortliches Handeln spielt auch im Kontext des Scheiterns eine Rolle: die Subjekte sind nicht nur dafür verantwortlich, *erfolgreich* – in welchem Sinne auch immer – zu sein, sondern auch *selbst schuld*, wenn sie es nicht sind. Die Gefahr zu scheitern ist zudem allgegenwärtig. „Die Fassaden von Wohlstand, Konsum, Glimmer täuschen oft darüber hinweg, wie nah der Absturz schon ist“ (Beck und Beck-Gernsheim 1994, S.13). Eigenverantwortlichkeit steht dabei in einer paradoxen Beziehung zur Willkür des Marktes. So ist das Subjekt sowohl für den Erfolg als auch Misserfolg verantwortlich und gleichzeitig dem Zufall des Marktes ausgesetzt (Reckwitz 2020).

Nicht zuletzt aufgrund ständiger Konkurrenzkämpfe sind die Subjekte einer „Statuslabilität“ (Mau 2018, S.277) ausgesetzt – sie müssen sich immerzu beweisen. Diese Instabilität und die Möglichkeit zu *versagen*, sind – so Reckwitz (2020) – ein verinnerlichtes Charakteristikum moderner und postmoderner Subjektmodelle: potenzielles Scheitern gehört einfach dazu (ebd., S.31ff). Der universale Appell, selbst verantwortlich zu sein, hat u.a. zur Folge, dass systemische Ungleichheiten weniger gesehen oder gar übersehen werden: „Wer in der neoliberalen Leistungsgesellschaft scheitert, macht sich selbst dafür verantwortlich und schämt sich, statt die Gesellschaft oder das System in Frage zu stellen“ (Han 2014, S.15).

Wenn auch das Scheitern das Bild eines *Unternehmers* nicht trifft, dann tut es das Risiko allemal. Die Bereitschaft, ständig Risiken einzugehen wird vorausgesetzt. Dazu kommt, dass die Management-Literatur die systemisch bedingte Unsicherheiten als *wünschenswert* deklariert; „aus der Notwendigkeit wird eine Tugend“ (Sennett 2010, S.105).

Selbstverantwortung auf der ganzen Linie sowie der Zwang zur *Freiheit* in der Gestaltung des eigenen Lebens und der Ausbildung einer *individuellen* Identität können aufgrund ihrer systemerhaltenden Wirkung als eine Form von Machtausübung gesehen werden. Selbstbestimmung, -verantwortung und Wahlfreiheit werden in der neoliberalen Gouvernamentalität selbst zu Techniken des Regierens (Foucault 1993b).

Es braucht keine bessere Welt – nur ein besseres Selbst

Die zunehmende Flexibilisierung des Marktes verlangt vom Individuum zudem, sich ständig an neue Gegebenheiten anzupassen und mit Unsicherheiten umzugehen (Sennett 2010). Gerade auch die Projektlogik – sowohl hinsichtlich der Arbeitswelt als auch im Privaten – macht Langfristiges mehr oder weniger obsolet – „das Leben im Rhythmus der Projektzyklen verlangt und befördert einen Persönlichkeitstypus, der sich unabhängig macht von langfristigen Bindungen“ (Bröckling 2007, S.264). Wenn sich auch die dadurch resultierenden sozialen Bindungen durch eine gewisse Kurzfristigkeit auszeichnen, so ist es in der projektförmigen Zusammenarbeit doch relevant, im Kollektiv zu agieren. Dies steht – so Reckwitz (2020) – im Widerspruch zum Streben nach Individualität.

Flexible Anpassung wird jedoch nicht nur im Berufsleben und hinsichtlich der Märkte von den Individuen verlangt – allgemein gilt, dass flexible Anpassung *an* die Umwelt eine zentralere Rolle im Diskurs einzunehmen scheint, wie eine Veränderung *schädlicher* Umwelten. Bezeichnend dafür sind Konzepte, die insbesondere durch die „positive Psychologie“¹⁰ aber auch durch Ansätze aus der Entwicklungs- und Gesundheitspsychologie geprägt sind. So werden beispielsweise unter der Begrifflichkeit *Resilienz* Erfolgs- und Misserfolgskriterien hinsichtlich einer positiven Entwicklung in einer belastenden Umwelt erforscht. Dabei unterliegen diese Konzepte jedoch sozialen Wertvorstellungen – „‘positiv‘ bedeutet zunächst einmal so viel wie ‚verursacht keine Probleme‘“ (Bröckling 2012, S.5).

Kritisiert wird dabei vor allem, dass nicht darauf abgezielt wird, etwaige Risikofaktoren zu hinterfragen oder zu minimieren. Soziale Ungleichheiten, problematische Lebensumstände und ungleiche Chancen werden wenig fokussiert; vielmehr liegt die nötige Änderung in der Anpassung an die belastenden Umstände durch das Individuum: „Statt Belastungen abzubauen, erhöht man die Belastbarkeit“ (Bröckling 2012, S.7). Dabei charakterisiert sich das „resiliente Selbst“

¹⁰ Die Positive Psychologie wird von Martin Seligman als „neue“ theoretische und angewandte Psychologie etabliert, die in Kritik an der defizitären Ausrichtung der klinischen Psychologie den Blick auf positive Emotionalität und Prävention richtet. Kritisiert wird dabei u.a. die starke Verbindung zur Wirtschaft, die theoretische Vereinfachung der Modelle, der Ethnozentrismus und damit einhergehend die ungerechtfertigte Verallgemeinerung sowie methodische Problematiken (Cabanas und Illouz 2019, S. 25ff).

(ebd., S.15) ebenso wie das „unternehmerische Selbst“ (ebd., 2007) durch Risikokalkulation, die Mobilisierung von Ressourcen und ständige Optimierung bzw. Anpassung an eine risikoreiche Umwelt; es kann als ein ökonomisches Subjektivierungsmodell verstanden werden, mit dem Unterschied, dass es nicht darum geht, den Nutzen zu maximieren, sondern den Schaden zu minimieren.

In ähnlicher Weise lässt sich auch das Konzept des „Empowerments“ kritisieren, wobei es vorab zu betonen gilt, dass Ansätze und Umsetzungen sehr heterogen sind¹¹. Problematisch daran ist, wenn es vorwiegend darum geht, das Gefühl der *Machtlosigkeit* zu verändern, ohne jedoch soziale Missstände zu thematisieren. Macht wird dabei zu einer personalen Ressource – es geht um Selbstwirksamkeitserwartung und darum, diese zu steigern bzw. zu akkumulieren (Bröckling 2007, S.180ff).

Erfinde dich neu – auf kreative Art und Weise

Die neoliberale Marktlogik und das Verständnis, das Subjekt sei ein Unternehmer seines selbst implizieren auch die Forderung danach, innovationsfähig zu sein. Dies gilt nicht nur im Hinblick auf die Arbeitswelt, sondern auch bezogen auf die Beziehung, die man zu sich selbst hat – *man soll sich ständig neu erfinden*. Anders als in den bürokratischen Organisationsformen und Arbeitskulturen vor den 1980er Jahren ist hierbei Kreativität ein hohes Gut (Reckwitz 2020).

Wenn auch Kreativität – zumindest alltagssprachlich – nicht intuitiv mit ökonomischen Prinzipien verbunden wird, so betont Bröckling doch auch: „Der Glaube an die schöpferischen Potentiale des Individuums ist die Zivilreligion des unternehmerischen Selbst“ (ebd., 2007, S.152). Dabei wird verschiedenes darunter verstanden. Kreativität kann u.a. für künstlerisches Handeln stehen, aber auch für die Materialisierung oder Verdinglichung des eigenen *Wesens* in einem Objekt. In anderen Kontexten wird Kreativität mehr oder weniger synonym behandelt mit *problemlösendem Handeln*, wobei gerade diese Auffassung – so Bröckling – als eine „Leitmetapher des zeitgenössischen Kreativitätsdiskurses“ (ebd., S.159) gefasst werden kann.

Dabei wird nach Bröckling (2007) Kreativität sowohl als eine naturalistische Gegebenheit wie auch eine erlernbare und verbesserbare Kompetenz begriffen; v.a. gilt sie aber auch als eine wünschenswerte oder gar notwendige Eigenschaft. Gepaart mit ökonomischen Theorien und

¹¹ Der Begriff findet sowohl Anklang in diversen sozialen Bewegungen, in der sozialen Arbeit als auch bei neoliberalen Politikberater*innen; in der Managementliteratur ist der Begriff ein beliebtes Konzept zur Mitarbeiter*innen-Führung im Sinne selbstverantwortlicher und sich selbst bemächtigter Individuen (Bröckling 2007, S.180ff).

Weltsichten wird Kreativität mit (wirtschaftlichem) Erfolg gleichgesetzt und zugleich zu einer persönlichen *Ressource*, in die es zu investieren gilt (ebd., S.152ff).

Auch Reckwitz (2020) verbindet in seiner Abhandlung die unternehmerische Anrufung des Subjektes mit dem Konzept der Kreativität: „Im postmodernen Arbeitssubjekt wird das Muster des Kreativen von dem des Unternehmers hybride überformt, der nun die spezifische Gestalt eines Unternehmers seiner selbst (...) annimmt“ (Reckwitz 2020, S.516). So verlangt die projektförmige Arbeitskultur der Postmoderne (ab den 1980ern) nach einem Subjekt, das sowohl unternehmerisch wie auch kreativ agiert. Ständige Innovation und Veränderung auf kreative Art und Weise wird zum Ideal – in ästhetischer Hinsicht (als *Künstlerideal*) sowie als Konsequenz der postmodernen, kurzlebigen Produktökonomie. Weg von der Konsumation von Massenprodukten, hin zur Individualität. Gleichzeitig ist diese angestrebte und auf kreative Weise entfaltete Individualität, wenn auch im Diskurs so vermittelt, keineswegs eine Einzigartigkeit – „der kreative Imperativ verlangt serielle Einzigartigkeit, Differenz von der Stange“ (Bröckling 2007, S.174; ähnlich auch bei Reckwitz 2017;2020).

Sei du selbst – aber im Rahmen der sozialen Ordnung

Wenn auch betont wird, dass die Forderung nach Individualität auf verallgemeinernde Weise zu einem *Massenphänomen* wird – und dadurch mehr oder weniger in das Gegenteil kippt, so wird das Subjekt auch dazu angehalten, sein *wahres* und *authentisches Ich* zu entfalten. Authentizität wird gerade in der Denktradition der Positiven Psychologie als ein universelles Persönlichkeitsmerkmal bzw. naturalisierend begriffen – jede*r *hat* ein authentisches Ich, man muss es nur *finden* (Cabanas und Illouz 2019, S.148).

Dabei ist Authentizität nicht *nur* ein erstrebenswertes Ziel am Ende eines Selbstfindungsprozesses, sondern auch eine geforderte Eigenschaft, um sich im Wettbewerb gegenüber anderen zu behaupten und vor allem sich von anderen abzuheben. Dadurch wird *Einzigartigkeit* ökonomisiert und kommerzialisiert – es ist keineswegs nurmehr eine sozialwissenschaftliche Beschreibung des gesellschaftlichen Wandels, sondern ein *Schlagwort* der Popkultur und des Marktes; ein Subjektmodell und ein wünschenswerter, wenn auch nie erreichbarer Zustand (Bauman 2007).

Authentizität steht dabei in enger Verbindung mit Selbstverwirklichung. So auch das „unternehmerische Selbst“, das sich auszeichnet durch ein „kollektives Begehren nach Autonomie, Selbstverwirklichung und nichtentfremdeter Arbeit“ (Bröckling 2007, S.58). Eine entscheidende Veränderung im neoliberalen System ist dabei, dass zwischen dem Ideal der Selbstverwirklichung und dem Streben nach wirtschaftlichem Erfolg und Wohlstand nicht länger ein

Widerspruch besteht – vielmehr verstärken sich diese Prinzipien gegenseitig (Bröckling 2007). Auf diese Vereinbarung scheinbarer Gegensätzlichkeit weist auch Nikolas Rose (1996) hin. Er sieht in der Kultur der Selbsthilfe die Propagierung eines Lebensstils, der sowohl wirtschaftlichen Erfolg als auch individuelle Selbstentfaltung und -verwirklichung verbindet.

In Hinblick auf die Arbeitskultur (im Sinne der Projektarbeit) wird „das Normalmodell des sozial angepassten Subjekts durch das Idealmodell des nach Selbstentfaltung strebenden Subjekts ersetzt“ (Reckwitz 2020, S.504). Somit werden Selbstverwirklichung und die Passung der Arbeit zur *Persönlichkeit* zu zentralen Bestandteilen der Postmoderne; sowohl auf Seiten der Arbeitnehmenden wie auch der -gebenden. Gefordert wird mehr als fachliche Qualifikation – das Subjekt muss sich mit der *ganzen Persönlichkeit* in die Arbeit einbringen.

Dies steht notwendigerweise in einem Widerspruch mit der Forderung, sich ständig und flexibel an die sich verändernde Umwelt anzupassen, in Bewegung zu sein und sich zu verbessern. So hat sich das Subjekt individuell und authentisch zu entwickeln und gleichzeitig der Nachfrage des Marktes zu folgen, es soll sich selbst in der Arbeit verwirklichen und seine Persönlichkeit in der Arbeitswelt *passend* entfalten und gleichzeitig den kollektiv geltenden Anforderungen der *postmodernen Kultur* entsprechen (Reckwitz 2020, S.516ff).

Authentizität spielt auch in der Sphäre des Konsums eine relevante Rolle – hier soll sich der Mensch individuell selbstverwirklichen und nach seinem persönlichen Glück streben. Abgelöst wird das *Ideal*, sich an die Masse anzupassen, von dem, individuell und authentisch zu konsumieren und seinen *persönlichen* und vor allem eigenen Stil darzustellen und zu *leben*. Dabei betont Reckwitz (2020) die Ambivalenzen, die sich zwischen der persönlichen Passung (nach innen) und der Anerkennung des Konsumationsstils von außen ergeben. Ähnlich auch bei den Körperpraktiken: so dienen sie zum einen dem selbstreflexiven Umgang mit dem eigenen körperlichen Erleben (innengerichtet) und gleichzeitig als Selbstdarstellung der *Fitness* nach außen. So schreibt Reckwitz: „Im Idealmodell der postmodernen Subjektkultur passen nun empfundene und sozial prämierte ästhetische Subjektivität, passen Selbstgefühl und Inszenierung nahtlos zusammen; das Ideal-Ich ist ein Subjekt, dessen Kreativität ihm innere Befriedigung / Authentizität *und* soziale Anerkennung seines Individualstil verschafft“ (ebd., S.583; Hervorgehoben im Original). Dabei läuft das *Reale-Ich* ständig diesem Idealbild hinterher, ohne es je voll und ganz *sein* zu können.

Entwickle dich, optimiere dich – besser geht immer!

Wachstum und Optimierung sind *relevante* ökonomische Prinzipien, die sich ebenso in der Sphäre der Subjektivität verankert haben. Neben dem Streben nach ökonomischem Wachstum – oder besser: wirtschaftlichem Wohlstand der Einzelnen – verlagert sich der Wachstumsimperativ auch auf scheinbar unökonomische soziale Bereiche wie beispielsweise hinsichtlich der eigenen Gesundheit, des psychischen Wohlbefindens, des Selbstwertgefühls, uvm. (Bröckling 2007). „Das Individuum soll (...) seine Macht maximieren, sein eigenes Glück, seine eigene Lebensqualität“ (Rose 1996, S.16).

Reckwitz (2020) sieht diese subjektorientierte *Wachstumsideologie* u.a. begründet im Diskurs der Persönlichkeitspsychologie. *Self-growth* bzw. das Streben danach wird als eine natürliche Veranlagung universalisiert, wodurch die Entfaltung des eigenen Potentials und ständige Optimierung zum Idealbild erhoben wird (ebd., S.105ff).

Dass diese Ideologie der ständigen Optimierung so *erfolgreich* wirkt, liegt nicht zuletzt daran, dass sie – so Bröckling – an den intrinsisch wirkenden Wünschen nach Vollkommenheit, Leistungssteigerung und dem Vergleich im Wettbewerb andocken (Bröckling 2020). Die etablierte Vorannahme, dass Menschen nach Höchstleistung streben, ist eine notwendige Voraussetzung dessen, dass sich die Subjekte überhaupt als *Unternehmer ihrer Selbst* begreifen können und auch stets als solche adressiert werden: „Das unternehmerische Selbst macht ein Unternehmen aus seinem Leben, strebt die Maximierung seines Humankapitals an (...) und versucht zu werden, was es anstrebt“ (Rose 1996, S.12). In enger Verbindung stehend mit dem Bildungsbegriff der Erziehungswissenschaften – die Bildung als Persönlichkeits- und Selbstentwicklung begreifen – können auch Konzepte wie das „Lebenslange Lernen“ als „Instrument der eigenen Selbstoptimierung angesehen werden“ (von Felden 2020, S.9).

Das Streben nach Wachstum und Optimierung lässt sich auch zurückführen auf den für die Moderne charakteristischen Fortschrittsgedanken, der jedoch durch die Weltkriege, den misslungenen real-existierenden Kommunismus der Sowjetunion und andere *gesellschaftliche Rückschläge* an Wirkungsmächtigkeit einbüßen musste. So verlagert sich im neoliberalen System das kollektive Streben nach Fortschritt auf die Ebene des Individuums: „Wo der Traum vom gesellschaftlichen Fortschritt ausgeträumt ist, bleibt nur mehr die Hoffnung auf die individuelle Selbstverbesserung und Selbstoptimierung“ (Röcke 2021, S.117).

Konkret kann unter Selbstoptimierung „eine Kombination von selbst- und körperbezogenem Verbesserungs- und Leistungsdenken, Streben nach individueller Besonderheit und struktureller Überbietung“ (Röcke 2021, S.10) verstanden werden. Das „optimierende Selbst“ (Chiapello 2019, zit. nach Röcke 2021) charakterisiert sich durch ein instrumentelles Selbstverständnis,

wobei in jedem sozialen Feld Mehrwert und Kapitalwachstum bestimmend ist. Demnach ist ständige Produktivität und zweckrationale Kalkulation nach wirtschaftlichen Kriterien auch in unökonomischen Bereichen bestimmend für das Subjekt: „Der Mensch entwickelt sich (...) zum Kapitalisten seiner Selbst“ (ebd., S.27). Neben dem instrumentellen Selbstbezug zeichnet sich die Selbstoptimierung – in Abgrenzung zur *Selbstverbesserung* auch durch eine immanente Unabschließbarkeit aus. Das Idealbild kann nie erreicht, das potenzielle Wachstum stets gesteigert werden.

In Bezug auf Selbstoptimierungspraktiken und -diskurse ergeben sich Spannungen und Ambivalenzen bezüglich der Selbst- vs. Fremdexpertise – so ist das Subjekt sowohl *Expert*in seiner / ihrer Selbst*, als auch angewiesen auf die Modelle und Ansichten *einschlägiger Expert*innen* (wie beispielsweise Coaches, Psycholog*innen, etc.). Mehr noch: jede*r ist selbst verantwortlich für den eigenen Erfolg und trotzdem angewiesen auf die Expertise anderer. Damit in Verbindung stehend ergibt sich auch ein Spannungsverhältnis zwischen dem Eigenwert – also dem persönlichen Wert gewisser Praxen (wie Meditation, Achtsamkeitsübungen, etc.) und dem normativ bzw. kollektivem Wert (Röcke 2021, S.11ff).

In diesem Zusammenhang zu nennen ist auch eine umfassende Selbstüberwachung und der Einsatz von Kontrolltechniken. Durch die zunehmende Quantifizierung wird das „statusorientierte Selbst“ (Mau 2018, S.264) aufgefordert, aktiv im Sinne der Selbstoptimierung sein Tun und Lassen zu messen; Ständiges *Feedback*, ganz im Sinne eines subjektorientierten „Total Quality Management“¹² (TQM; Bröckling 2000). Die Erfassung und Kontrolle durch sich Selbst – im Sinne der Techniken des Selbst (nach Foucault) – steht in engem Zusammenhang mit der *Maxime*, alles sei über quantitative Daten messbar und ausdrückbar. So soll man sich über numerische Werte erkennen und selbst kontrollieren. Digitale Technologien und diverse Applikationen erlauben die Vergleichbarkeit und den Wettbewerb; zudem rufen sie uns dazu auf, ständig *besser* zu werden (Mau 2019, S.99f). Aber: „Auch ‚Quantified Self‘ ist eine dadaistische Technik des Selbst, die dieses ganz des Sinnes entleert. Das Selbst wird bis zur Sinnleere in Daten zerlegt“ (Han 2014, S.83).

Zudem steht die Selbstquantifizierung im Widerspruch mit dem *Ideal*, einzigartig und authentisch zu sein. Mehr noch ist die „datengetriebene Hyperindividualisierung“ (Mau 2018, S.273) an sich ambivalent, weil stets auf das Kollektiv bzw. auf die standardisierte, genormte Gesamtheit Bezug genommen werden muss, um sich überhaupt individualisieren zu können: „Kein

¹² TQM kann definiert werden als „eine Führungsmethode einer Organisation, bei welcher Qualität in den Mittelpunkt gestellt wird, welche auf der Mitwirkung aller ihrer Mitglieder beruht und welche auf langfristigen Erfolge (...) zielt“ (zit. nach Bröckling 2000, S.135f).

Leistungsdatum der Selbstvermesser, kein Gesundheitsscore und kein Rating kommt ohne Standardisierung und den Bezug auf Kollektivdaten aus“ (Mau 2018, S.273).

Verbesserung und Optimierung im Allgemeinen verlangen von den Menschen ständig in Aktivität zu bleiben und *an sich zu arbeiten*. Nach dem Motto *wer rastet, der rostet* liegt der größte *Feind* des Subjektes im Stillstand. Verändern muss sich das Subjekt hinsichtlich der eigenen Kompetenzen bzw. seines *Humankapitals* – mit dem Ziel der Steigerung; aber auch die Forderung nach flexibler Anpassung verlangt es aktiv zu sein: „Die postmoderne Subjektkultur trainiert ihr Subjekt (...) in einer spezifischen Selbstregierung, in einem strengen *Selbstmanagement*, das sich als Prozess der beständigen Produktion, Bereithaltung und Mobilisierung personaler Ressourcen umschreiben lässt“ (Reckwitz 2020, S.603; Hervorgehoben im Original).

Good vibes only – positive Emotionalität und der Glückswahn

Bezeichnend für die zeitgenössische Aufrufung des Subjektes ist das Verhältnis zu Emotionen und Emotionalität. Auch das *natürliche Wachstumsstreben* nach *Emotionalität* wirkt verallgemeinernd, wobei wünschenswerte *positive, konstruktive* und *zielführende* Emotionen von negativer und dekonstruktiver Emotionalität (Wut, Aggressivität, Unlust, etc.) abgegrenzt werden. So sollen als positiv begriffene Emotionen – genauer: „berufliche Begeisterungsfähigkeit, private Emotionsarbeit und Sensibilität“ (Reckwitz 2020, S.594) – gefördert und negative reguliert werden. Auch der Körper gilt in der Postmoderne als Quelle des positiven Erlebens – weg von der defizitären Betrachtung. Gleichzeitig wird der Körper zum *Projekt*, das mit postbürgerlicher Selbstdisziplin bearbeitet wird: „Das Subjekt (...) wird Herr über seinen Körper und setzt sich als eine Instanz der souveränen Selbstregierung ein“ (Reckwitz 2020, S.569f). Auch Konsumpraktiken verlagern sich zunehmend hin zur Konsumation von Emotionen anstelle von *Dingen* (Han 2014). Der *Erlebniswert* ist dabei eine zentrale Komponente, was sich v.a. in subjektorientierten Dienstleistungen ausdrückt. „Die Güterproduktion des postindustriellen Kapitalismus stellt sich so auf eine ‚experience economy‘ um, die auf Güter mit Erlebniswert setzt“ (Reckwitz 2020, S.557).

Eva Illouz (2018) weist zudem darauf hin, dass auch Emotionen einen Warencharakter aufweisen: Das Subjekt handelt im Kapitalismus zunehmend zielorientiert und nach eigenem Ermessen (Kosten-Nutzen Abwägung), aber zugleich ist positive Emotionalität ein wesentlicher Bestandteil persönlicher *Erfüllung* und der Identität. Um sich den „economic models of thinking and decision-making“ (ebd., S.5) anzupassen, werden (auch) Emotionen ökonomisiert; sie werden zu „Emodities“ (ebd.; Zusammengesetzt aus *emotions* und *commodities*). Durch die verinnerlichten, ökonomisch-geprägten Denkmodelle (im kognitiven Sinne), wird die erlebte und

angestrebte Emotionalität als *Investition* gedacht und die eingesetzten Ressourcen abgewägt (v.a. Geld und Zeit; Illouz 2018). Darüber hinaus werden Emotionen im neoliberalen System als stabilisierende Ressourcen gesehen, „um mehr Produktivität und Leistung zu erzielen“ (Han 2014, S.64).

Glück – als das *höchstes aller Gefühle* – wird im zeitgenössischen Diskurs nicht länger als schicksalhafte Fügung verstanden, sondern vielmehr als eine „Geisteshaltung, die sich willentlich herbeiführen lässt, als Resultat der Mobilisierung unserer inneren Stärken und unseres ‚wahren Selbst‘, als einziges Ziel, das anzustreben sich lohnt“ (Cabanas und Illouz 2019, S.11). So wird ein *glückliches Leben* zum Idealbild und das aktive Streben danach als ein gutes Recht, oder mehr noch, als eine persönliche Pflicht erhoben. Gleichzeitig wird daraus eine *anthropologische Vorannahme*: das Streben nach Glück liege in der „Natur“ des Menschen. Als Verbreitende dieses Diskurses gelten vor allem die Vertreter*innen der Positiven Psychologie, die Glücksforschung und die dazugehörige „Glücksindustrie“ (d.h. auch Seminare, Bücher, Filme, etc.): „Positive Gefühle, die persönliche Bedeutung (...), Optimismus und natürlich Glück avancieren zu forschungswürdigen Gegenständen“ (ebd., S.27). Dies hat unter anderem zur Folge, dass *Glück* zu einer quantifizierbaren Größe erhoben wird.

Die sogenannte „Glücksformel“ der Positiven Psychologie sieht persönliches Glück als zu 50% abhängig von der genetischen Ausstattung, zu 40% von kognitiven und emotionalen Faktoren und zu lediglich 10% von Umständen, die außerhalb des Individuums liegen. Dies verdeutlicht, wie durch solche, als wissenschaftlich fundiert gepriesene Theorien, sozialen Missständen und möglichen systemischen Veränderungen eine geringe Bedeutung zugesprochen wird. Gleichzeitig wird positive Emotionalität als durch die eigene Willenskraft *erzeugbare* Ressource verstanden. So behauptet die „40-Prozent-Lösung“¹³, dass „nichts so wirkungsvoll [ist], wie das alltägliche Denken, Fühlen und Verhalten zu ändern“ (ebd., S.73). Dabei werden Selbsttechniken vermittelt, mit Hilfe derer die Aufmerksamkeit auf sich selbst, statt auf die Umgebung gerichtet werden soll. Wenn auch die universelle Vorgabe besteht, jede*r soll sich um sein eigenes Glück bemühen und seine Eigenverantwortung dahingehend anerkennen, dieses zu erreichen, bleiben die Berichte über die *Wege* dahin doch recht unpräzise. Wie auch Duttweiler (2012) betont: gerade die Ratgeberliteratur im *Glücks-Kontext* unterscheiden sich dahingehend, dass – trotz naturwissenschaftlichen Begründungen – kein *one right way* vorgegeben wird, sondern vielmehr daran appelliert wird, dass die Lesenden nur jene Ratschläge mitnehmen sollen, die für sie ganz *persönlich* auch passen.

¹³ nach der Psychologin Sonja Lyubomirsky

Der Diskurs der Glücksforschung und der Positiven Psychologie bringt zudem eine Umdeutung von Glück mit sich. Es ist nicht „nur“ ein Gefühl, sondern vielmehr steht es sowohl synonym für persönlichen Erfolg, maximale Potentialentfaltung als auch für Individualität. Es werden Annahmen verbreitet, dass glückliche Menschen moralischer handeln, dass sie besser *funktionieren*. „Das Glück ist eine Norm geworden und das glückliche Individuum zum Inbegriff der Normalität“ (Cabanas und Illouz 2019, S.173).

Wie Stefanie Duttweiler (2012) in ihrer Analyse von Ratgeberliteratur zum Thema Glück folgert, wird darin vorab ein *Mangel* an Glück pauschal diagnostiziert, um dann den *Ratsuchenden* Techniken zur Mangelbehebung an die Hand zu geben. Darüber hinaus formuliert sie die These, dass die Anrufung, an sich selbst zu arbeiten, nicht den Ratgebern zum Thema Glück vorbehalten ist, sondern vielmehr der neoliberalen *Sorge um sich selbst* schlechthin diskursiv innewohnt. Dabei wird nicht nur suggeriert, es sollen alle nach dem eigenen Glück streben, sondern darüber hinaus liegt auch die Verantwortung beim Scheitern bei einem selbst: „Die frohe Botschaft, jeder sei seines Glückes Schmied, bedeutet im Umkehrschluss: An seinem Unglück ist jeder selbst schuld“ (Bröckling 2000, S.156).

Gleichzeitig wird in dieser Denktradition ein doppeldeutiges Verständnis von *Selbstentfaltung* geprägt. So soll das Subjekt durch individuelle Bemühungen und Techniken die beste Version seiner selbst werden und gleichzeitig gilt dieser Prozess als unabschließbar und somit die so sehr propagierte Vollkommenheit als unerreichbar. Glücklich kann man nur *werden* und selbst wenn man denkt, es gehe einem gut, dann kann es einem immer noch *besser* gehen – Glück ist akkumulierbar, es wird zu einer konsumierbaren Ware, die u.a. durch Coachings, Ratgeber und Seminare *erhältlich* ist. In Verbindung bringend mit der neoliberalen Produktionsweise schließen Cabanas und Illouz (2019), dass der von den Psycholog*innen und Glücksforscher*innen „entworfene und über den Markt vertriebene Bauplan der glücklichen Person Punkt für Punkt dem Idealbild des selbstgemachten, selbstgesteuerten und selbstbestimmten neoliberalen Bürgers entspricht“ (ebd., 2019, S.205).

3.3 Die Subjektivierungsforschung

In Anlehnung an die Studien der Gouvernementalität nach Foucault (siehe Kapitel 2.2) sowie an Judith Butler entstehen vielfältige Forschungen, in welchen sich darum bemüht wird, diskursiv vermittelte Subjektideale – wie in Kapitel 3.2 beschrieben – zu analysieren.

Die daran anlehrende und als *Subjektivierungsforschung* beschriebene Tradition zeichnet sich dadurch aus, dass sie in Abgrenzung zu anderen soziologischen Forschungen, welche ebenfalls

das Subjekt in den Fokus stellen (wie die Biographie- oder Sozialisationsforschung), machttheoretische und wissenskritische Perspektiven einbringen (Bosančić et al. 2019).

Gerade in den anfänglichen Arbeiten dieser Forschungstradition (wie u.a. Bröckling 2007) wird dem subjektivierenden Diskurs im Kontext der neoliberalen *Wende* eine zentrale Bedeutung zugeschrieben, ohne dabei die konkreten Wirkungen dieses Diskurses auf die Subjekt-Werdung zu untersuchen (Bosančić et al. 2019).

Daran anschließend entstanden sowohl weitre Auseinandersetzung mit diesem Fokus als auch die Kritik, die Subjektivierungsforschung würde auf der diskursiven Ebene bleiben und die Frage danach, inwiefern die identifizierten Subjektmodelle auch tatsächlich das *Leben* der Menschen im Tun und Lassen beeinflussen, vernachlässigen (u.a. bei Bührmann 2005). Als problematisch angesehen wird zudem, „dass der Diskurs des unternehmerischen Selbst als in sich geschlossenes, kongruentes Ideengebäude erscheint, dagegen Brüche, aber auch gegenläufige Ideen undeutlich bleiben“ (Glauser 2016, S57). Wie auch Heimerdinger in Bezug auf Ratgeberliteratur betont: vom Inhalt eines Buches lässt sich nicht auf dessen Einfluss auf die Alltagspraxis und mögliche Aneignungs- und Ablehnungspraktiken schließen (ebd. 2012).

Darauf reagieren jüngere Beiträge der Subjektivierungsforschung. Mit dem methodischen Ansatz der doppelten Empirie (Bosančić et al. 2019) wird dafür plädiert, mindestens zwei verschiedene Datentypen zu verwenden. Es soll darauf abgezielt werden, Diskurse und deren tatsächlichen Auswirkungen auf die Subjekte gleichermaßen zu analysieren um so auch die „Transformation von Diskursen als kontingenten Effekt ihrer Subjektivierungsform zu begreifen, d. h. die Rückwirkung von Subjekten auf symbolische und institutionelle Strukturen zu rekonstruieren“ (Bosančić et al. 2019, S.142).

Das heißt, dass die Lücke zwischen identifizierten Subjektidealen oder auf das Subjekt bezogenen Normvorstellungen und die tatsächliche Anwendung in der alltäglichen Praxis versucht wird zu schließen. So zielen gerade die Arbeiten, welche sich der Forschungsperspektive der „Interpretativen Subjektivierungsforschung“ zuordnen lassen, darauf ab, die *Subjektposition*, d.h. Subjektideale, mit der Selbstpositionierung der Subjekte, also der „mehr oder weniger kreativ-eigensinnige[n] Ausdeutung, Aneignung oder Ablehnung der Subjektpositionen“ (Bosančić 2019, S.49), zu verbinden.

Abbenhardt (2019) analysierte beispielsweise mithilfe narrativer Interviews die Selbstpositionierung von Grundsicherungsbezieher*innen („Hartz IV“; Deutschland) mit einem Gründungsvorhaben, d.h. dem Vorhaben selbstständig unternehmerisch tätig zu werden.

Glauser (2016) hingegen befasst sich in einer ethnographischen Studie mit Mitarbeiter*innen sowie Besucher*innen des Career Service an Hochschulen und kommt dabei zu dem Schluss,

dass der Diskurs des unternehmerischen Selbst, in Anlehnung an Bröckling (2007), auch in dieser Praxis wirkungsvoll und beeinflussend ist. Die Mitarbeitenden „fordern dazu auf, aktiv zu sein, und geben erfolgsversprechende Verhaltensempfehlungen. Sie vermitteln den Ratsuchenden Techniken, wie sie sich besser bewerben und managen können“ (Glauser 2016, S.244). Dabei zeigt sich im Gespräch mit den Personen allerdings auch, dass der Umgang mit dem Diskurs durchaus von Ambivalenzen und Widersprüchlichkeiten geprägt ist.

Zudem bemühen sich Forschungen darum, nicht-textliche Analysematerialien einzubeziehen. So ergänzen Geimer und Burghardt (2019) die Subjektivierungsforschung um den Aspekt der Mediatisierung, in dem sie eine Videoanalyse von Fitnessvideos im Hinblick auf Geschlechterstereotype erforschen. Weiter Studien, in welchen eine Verbindung von Subjektmodellen oder -aufrufen und deren Wirkungen in der Lebenspraxis angestrebt wird, neue Perspektiven eingebracht werden sowie erweiterte theoretische und methodologische Ansätze finden sich im Sammelband Geimer und Kollegen (2019).

3.4 Ratgeberliteratur als soziologisches Analysematerial

Wenn auch diese Verbindung von Subjektidealen und sozialer Praxis durchwegs ein relevantes Forschungsfeld ist, so ist es zugleich soziologisch gleichwohl von Nöten, Ratgeberliteratur – begriffen als ein Kulturprodukt – entlang der darin enthaltenen Wertvorstellungen, Handlungsanweisungen und Subjektmodellen zu analysieren. So wird diese Literatur hier als eine *Materialität* bzw. eine „Objektivierung“ (Berger und Luckmann 2016) gefasst – als ein brauchbares und wertvolles *Analysematerial*, welches Aussagen darüber zulässt, welche Subjektvorstellungen und Werthaltungen über den Diskurs vermittelt werden.

Wie Stefanie Duttweiler schreibt: „Ratgeber machen kulturelle Wissensbestände und soziale Normen explizit, verdichten Vorstellungen über den Menschen und seine Möglichkeiten, die verhandelt und legitimiert werden“ (Duttweiler 2015, S.44). Gleichzeitig bieten sie Techniken an, mit denen das Subjekt durch sich selbst wirksame Veränderungen herbeiführen soll. In diesem Sinne koppeln sie gesellschaftliche Vorstellungen und Leitbilder mit den Technologien des Selbst; sie eignen sich somit für die hier durchgeführte Analyse, „weil sie Leitbilder vermitteln und diese in Handlungsanweisungen übersetzten“ (Osswald-Rinner 2011, S.116). Zudem ist ihr Adressat nicht die Gesellschaft, sondern das Subjekt. Die Ratgeberliteratur „trägt dazu bei, Menschen zu Subjekten zu machen und eine historisch je bestimmte Form des Subjektes zu formieren“ (Duttweiler 2015, S.45).

Dabei ist die Beziehung der Lesenden zum Adressaten eine besondere – diese können der Autorin oder dem Autor sowohl trauen als auch misstrauen. Aus der Sicht der Ratgebenden

entsteht somit – so Duttweiler (2015) – „die Notwendigkeit, ihre Expertise schriftlich zu legitimieren und zu inszenieren“ (S.48; ähnlich auch bei Peeters 2015, S.97). Um nun eine *Vertrauensbasis* zu erreichen, werden Strategien angewendet; wie eine informelle Ansprache und „Intimisierungen“ (ebd.). Cabanas und Illouz (2019) betonen in der Analyse einer Online-Coaching, dass es gerade auch die Narration der *eigenen Erfahrung* ist, welche die Position legitimiert. Die persönliche Überwindung des Unglücks befugt die Coaches somit dazu, anderen Ratschläge zu geben und diese auch öffentlich zu vertreten.

Die Wirkung von Ratgeberliteratur auf das Subjekt liegt somit nicht nur in der tatsächlichen Veränderung durch das Lesen und Anwenden des Gelesenen, sondern auch in der Imagination dessen, wer und wie man sein könnte, wenn man sich ändern würde. Somit erweitern sie den denkbaren Möglichkeitshorizont, wenn auch das Verhalten nicht unmittelbar davon betroffen ist (Duttweiler 2015). Bröckling (2007) meint dazu: „Sie definieren einen Raum des Sag- und Wissbaren, aber vor allem zielen sie auf das Machbare. Sie (...) vermittelt detaillierte Anweisungen, wie ich das, was ich tun *soll*, auch tun *kann*“ (ebd., S.19; Hervorgehoben im Original). Zudem eignen sich Ratgeber aufgrund ihrer *inhärenten Doppeldeutigkeit* – es werden sowohl als objektiv oder zumindest über-individuell geltende Handlungsanweisungen vermittelt und zugleich die Notwendigkeit hervorgehoben, das für sich *selbst* Richtige tun zu sollen (Duttweiler 2012). Sie sprechen dem Subjekt somit gleichzeitig das Wissen ab, *wie* es an das gewünschte Ziel gelangt, und Selbstverantwortung zu. Oder wie es Bröckling (2007) in Bezug auf Expert*innenwissen formuliert: „In der Gestalt des Experten radikalisiert sich das Paradox der Subjektivierungskonstitution zum performativen Widerspruch: Einerseits tritt der Experte im appellativen Gestus einer Autorität auf (...). Andererseits nährt er das Misstrauen gegenüber jedweder Fremdbestimmung und predigt nichts als ‚Werde du selbst!‘“ (ebd., S.42).

Die beschriebenen Charakteristiken der Ratgeberliteratur machen sie somit zu einem soziologisch relevanten Analysematerial. Folgend sollen einige Studien angeführt werden, die sich damit konkret auseinandersetzen.

Viele der bereits angesprochenen Forschungen rund um die Themen *Ökonomisierung des Sozialen* und Subjektivierungsmodellen behandeln Ratgeber als diskursive Praktiken. Boltanski und Chiapello (2006; Münnich 2021) analysieren in ihrer Auseinandersetzung mit der *neuen Rechtfertigungslogik* im Kapitalismus Management-Literatur. Die empirische Vorgehensweise begründen sie damit, dass nicht geteilte Normen (in Bezugnahme auf Emil Durkheim), sondern vielmehr Legitimations- und Rechtfertigungsdiskurse die Aufrechterhaltung eines Systems bzw. soziale Ordnung bedingen.

Auch Ulrich Bröckling befasst sich mit dem Managementdiskurs seit den 90er Jahren. Er sieht das „Regime des Managements (...) als Hegemonie managerialen Denkens in nahezu allen Lebensbereichen (...) als spezifischer Rationalitätstyp und Ensemble von Techniken für das erfolgreiche Bestehen *im* Kapitalismus“ (Bröckling 2000, S.131; Hervorgehoben im Original). Dabei behandelt diese Literatur nach Bröckling weniger die Wirklichkeit an sich, sondern vielmehr verfolgt sie – bewusst oder unbewusst – das Ziel, über den Diskurs eine neue Realität und ein *neues Subjekt* zu schaffen.

Bei seiner Analyse zum „unternehmerischen Selbst“ bezeichnet er den Ratgeberdiskurs als „Bauanleitung für die Ich-AG“, denn sie entwerfen „ein umfassendes Subjektivierungsmodell und liefern praktische Übungen, um sich selbst entsprechend zu optimieren“ (Bröckling 2007, S.66). Daran anschließend entstehen einige Analysen, die sich u.a. auch Ratgeberliteratur bedienen. So befassen sich Harderin und Wagner (2018) im Kontext der Arbeit und damit verbundenen psychischen Belastungen (v.a. Burn-Out) mit Achtsamkeits-Ratgebern. Sie sehen im „Achtsamen Selbst“ ein neues Subjektivierungsmodell im Arbeitskontext, welches sich auszeichnet durch „die Fähigkeit des souveränen Umgangs mit Belastungen, indem es klare Grenzbeziehungen zwischen Arbeit und Nichtarbeit und zwischen angeblich Relevantem und Nichtrelevantem leistet“ (ebd., S.259).

In ihrer Arbeit zum „Glücksdiktat“ thematisieren Cabanas und Illouz (2019) u.a. auch diverse Glücks-Ratgeber v.a. aus der Denktradition der Positiven Psychologie. Dabei befassen sie sich jedoch weniger mit Ratgebern als konkretes Material, als vielmehr mit dem Diskurs der Positiven Psychologie und der Glücksforschung im umfassenderen Sinne. Stefanie Duttweiler (2012) analysiert hingegen gezielt Glücks-Ratgeber. Sie folgert daraus: „Die Diskurse, Verfahren und Praktiken zur Herstellung des Glücks konstruieren Bedingungen, die die neoliberale Transformation des Sozialen nicht nur diskursiv plausibilisieren, vielmehr konkret mitproduzieren“ (ebd., k.S.).

Dabei gilt zu betonen, dass Ratgeberliteratur nicht erst durch die neoliberale Ökonomie ein populäres Medium geworden ist. Im Zuge der wachsenden Unsicherheiten nach dem ersten Weltkrieg, erlebte sie eine *Blütezeit*, „denn sie vermittelt nicht nur Techniken des Umgangs mit Veränderungen und Kontingenz, sondern stellt den Menschen auch eine Semantik zur Verfügung, die Unsicherheit binden soll und ihnen neue Ziele und Sinn verspricht“ (Röcke 2021, S.103).

Stefanie Duttweiler (2015) analysierte die Ratgeberliteratur der 1920er bis 1940er Jahre, wobei sie daraus drei Subjektivierungsmodelle ableiten konnte. Eines davon ist die „Subjektivierung im Modus der Selbsterziehung“, die sich durch die Entwicklung einer „sittlichen

Persönlichkeit“ (Demut, Tapferkeit, Keuschheit, etc.; ebd.; S.51) auszeichnet. Die „Trainingsliteratur“ charakterisiert sich dadurch, dass konkrete Techniken der Selbstverbesserung bereitgestellt werden. Die dritte Form ist die „Subjektivierung im Modus der Selbstführung“ (ebd., S.55), welche sie in der Managementliteratur verortet.

Als ein *wegweisender Ratgeber* gilt hier das Buch von Gustav Großmann „sich selbst rationalisieren. Mit Mindestaufwand persönliche Bestleistung erzeugen“ aus dem Jahre 1927 zu nennen. Als *legitimes Handeln* gilt nach Großmann effizienz- und leistungssteigerndes Handeln, das nach einem ökonomischen Kosten-Nutzen Kalkül abgewogen wird. Selbstrationalisieren des Verhalten gilt demnach als Mittel zum Erfolg. Großmann bezieht sich dabei auf das Prinzip des *scientific management* nach Taylor¹⁴ und wendet dieses auf das Subjekt an. „Es wird ein Subjekt entworfen, das sich selbst transparent geworden ist und ein methodisches Verhältnis zu sich selbst unterhält“ (Duttweiler 2015, S.57). Dies zeigt, dass die Rationalisierung und Ökonomisierung des *Selbst* bereits vor dem neoliberalen Diskurs und politischen Programm eine Rolle im Zusammenhang mit der Selbstvermessung und -verbesserung spielt (Röcke 2021, S.103ff). Allen gemein ist – so Duttweiler – dass sie die Veränderungsfähigkeit des Subjektes betonen und gleichzeitig Vorstellungen eines *Idealen-Selbst* sowie Techniken, um dahin zu gelangen, bereitstellen.

Auch Wim Peeters analysiert Ratgeberliteratur des frühen 20. Jahrhunderts. Sein Fazit lautet u.a. wie folgt: So „ruft das schlichte utopische Deutungsmuster dieser Verhaltensoptimierungsliteratur eine peinliche Betroffenheit über die strukturelle Ähnlichkeit einiger gegenwärtiger psychologisierender Selbstoptimierungserzählungen hervor“ (Peeters 2015, S.105f).

Mit einem wissenssoziologischen Zugang analysiert Iris Osswald-Rinner (2011) Ratgeberliteratur rund um Sexualität und Sexualpraktiken. In theoretischer Anbindung an die wissenssoziologische Skripttheorie rekonstruiert sie die idealtypische Lust der Moderne (ab den 1950ern). Dabei zeichnet sich das bis in die Zeit der Analyse reichende „Ich&Ich Skript“ dadurch aus, dass auch beim Sex zum einen *Eigenverantwortung* bei der Befriedigung bzw. der Gestaltung der Praxis zentral ist und zum anderen die Zentriertheit auf das eigene Befinden im Mittelpunkt steht: „Alles, was ICH tut oder unterlässt, dient dem eigenen Glück und der eigenen Befriedigung“ (ebd., S.215). Ebenso kommt sie zu dem Schluss, dass das Ideal des *Unerfüllbaren* der zeitgenössischen gesellschaftlichen Konstruktion der Lust zugrunde liegt.

¹⁴ Der sogenannte *Taylorismus* bezeichnet die nach Frederick W. Taylor entwickelte wissenschaftliche Betriebsführung, welche darum bemüht ist, die Arbeit zu rationalisieren, in dem der „one-best-way“ auf Basis methodischer Prüfung abgeleitet und umgesetzt wird. Heute wird dies häufig verbunden mit monotonen und „sinnentleerten“ Arbeitsabläufen wie beispielsweise Fließbandarbeit (Bogner 2015, S.157f).

Zudem gilt es anzuführen, dass gerade im Zuge der Kritik an der Subjektivierungsforschung, diese würde die Aneignungs- bzw. Ablehnungspraktiken außer Acht lassen, Forschung entstand, welche die Rezeption von Ratgeberliteratur analysiert. Heimerdinger (2012) setzt sich mit Hilfe qualitativer Interviews mit der Frage nach dem *Nutzen* von Ratgeberliteratur bei den Lesenden auseinander. Er identifiziert dabei folgende Wirkungen: die Ratschläge können aufgegriffen und umgesetzt werden oder sie können einen „*Du-bist-nicht-allein-Effekt*“ (ebd., S.47; Hervorgehoben im Original) haben, d.h., dass sich die Lesenden als Teil einer Gruppe mit ähnlichen Herausforderungen sehen. Eine weitere Wirkung ist laut Heimerdinger die „*Affirmation*“ (ebd.), wobei die Lesenden lediglich nach Bestätigung suchen, ihr Verhalten ändert sich dadurch jedoch nicht. Außerdem weist er auf die „*Amulettfunktion*“ (ebd.) hin: das Buch wird nicht oder kaum gelesen, steht jedoch *bereit*, falls es zu einem späteren Zeitpunkt relevant werden könnte. Heimerdinger verweist zudem darauf, dass Ratgeberliteratur auch imaginierte Lebenswelten bereitstellen kann.

Der hier angeführte Forschungsstand, welcher sich mit Ratgeberliteratur als Analysematerial auseinandersetzt, kann nicht als vollständig begriffen werden. Vielmehr gilt es darauf zu verweisen, dass sowohl innerhalb der Subjektivierungsforschung als auch bei konkreten Analysen von Ratgebern eine Vielfalt an Studien und Zugängen besteht. Darüber hinaus zeigt sich, dass die Rationalisierung der Subjektivität bezogen auf ökonomische Prinzipien kein dem neoliberalen System vorenthaltenes Phänomen darstellt, sondern vielmehr bereits in früheren kapitalistischen Phasen (und eventuell auch davor) eine Rolle bei der Subjektadressierung spielt (Duttweiler 2015).

3.5 Zielsetzung der empirischen Erhebung und Forschungsfragen

Die hier durchgeführte Analyse setzt sich zum Ziel, in Ratgeberliteratur enthaltene Subjektmodelle und -ideale herauszuarbeiten. Gleichzeitig soll analysiert werden, welche konkreten Techniken des Selbst (in Bezugnahme auf Foucault) in der Ratgeberliteratur bereitgestellt werden. Dabei lässt sich in Anlehnung an die *Kontrollmentalität* nach Foucault (1993b) Ratgeberliteratur als ein *Bindeglied* zwischen den *Technologien des Selbst* und den *Technologien der Macht* begreifen. Sie zielt zum einen darauf ab, das Verhalten anderer zu beeinflussen – d.h. sie übt Macht auf Individuen aus; zum anderen wird der Ausgangspunkt dafür im Subjekt identifiziert, d.h. es wird daran appelliert, dass sich das Selbst durch mehr oder weniger konkret bereitgestellte Techniken selbst verändert.

Wenn sich auch theoretisch und methodologisch an der Subjektivierungsforschung (wie in Kapitel 3.4 beschrieben) orientiert wird, so erhebt diese Studie nicht den Anspruch, sich darin

einordnen zu lassen. Vielmehr wird sich darum bemüht, den Ratgeberdiskurs bezogen auf die darin enthaltenen Subjektvorstellungen und -ideale sowie die bereitgestellten Techniken des Selbst zu rekonstruieren und diesen aus einer machttheoretischen Perspektive in den Kontext neoliberal-kapitalistischer Produktionslogik einzuordnen. Damit einher geht eine Beschränkung auf die *Seite* des Diskurses. Aussagen darüber, wie Lesende die gegebenen Ratschläge in ihrer Alltagspraxis aufnehmen oder ablehnen und inwiefern dadurch ihre Subjektivität beeinflusst wird, sind demnach nicht möglich.

So ist es ein zentrales Anliegen, die Ergebnisse in den Diskurs rund um neoliberale Subjektivität (siehe Kapitel 3.2) einzubetten. Aus diesem Grund wurde ein theoretischer Zugang gewählt, in dem Ideen bzw. Wissen in einem Zusammenhang mit Macht gedacht wird sowie ein reziprokes Verhältnis zur Subjektivität besteht. Wie die Auseinandersetzung mit den Forschungen rund um neoliberale bzw. postmoderne Subjektivität (Rose 1996; Lemke 2000; Lemke et al. 2000; Bröckling 2007, 2016; Reckwitz 2020) bzw. der Individualisierungsthese (Beck 1986; Beck und Beck-Gernsheim 1994) und mit Analysen von Ratgeberliteratur (u.a. Duttweiler 2012; Cabanas und Illouz 2019) zeigt, werden in der soziologischen Forschung bestimmte Subjektideale und -aufrufungen als charakteristisch für eben diesen gesellschaftlichen Kontext identifiziert.

Zugleich ist es ein Ziel dieser Arbeit, das Subjektverständnis, welches im Ratgeberdiskurs bereitgestellt wird, zu erfassen. Der in Kapitel 2 dargelegte kultursoziologische, theoretische Zugang, zeichnet sich durch ein sich wechselseitig beeinflussendes Verständnis des Subjektes und der Gesellschaft aus, wobei das Individuum weder vollständig durch soziale Erwartungen und Strukturen determiniert wird, noch davon losgelöst existiert oder existieren kann (Lemke et al. 2000; Berger und Luckmann 2016). Dieser Zugang soll mit den gewonnenen Erkenntnissen aus der Ratgeberanalyse reflektiert werden.

Wenn auch die Einbettung des Diskurses zentral ist, so soll in der hier unternommenen Untersuchung trotz allem ein offener Zugang gewählt werden. Wie bereits erwähnt, wird der Subjektivierungsforschung teilweise vorgeworfen, sie würde das Subjektmodell des unternehmerischen Selbst als mehr oder weniger geschlossene und ungebrochen gültige *Einheit* begreifen (Glauser 2016). Zwar werden die beschriebenen Erkenntnisse rund um die Ökonomisierung des Sozialen oder der Subjektivität durchaus eine Rolle bei der Ergebnislegung spielen, es ist allerdings nicht Ziel der Analyse diese zu *bestätigen*.

Vielmehr soll ausgehend davon ermittelt werden, inwiefern Ratgeberliteratur zu ähnlichen Themen (mit Fokus auf Persönlichkeitsentwicklung) aus verschiedenen Perspektiven (Psychologie, Spiritualität, Coaching, *Influencerin*) vergleichbare Inhalte vermitteln. Diese Auswahl

begründet sich dadurch, dass die gewonnenen Erkenntnisse möglicherweise eine Verallgemeinerbarkeit der bereits unternommenen Analysen zu bestimmten Themenfeldern (wie Glück, positive Psychologie, Managementliteratur, etc.) ermöglichen könnte.

Zum anderen weisen manche der angeführten Analysen identifizierte Lücken hinsichtlich der methodischen Herangehensweise oder vielmehr der Offenlegung davon auf. So behandeln diese den neoliberalen Diskurs oder thematisieren unter anderem Ratgeberliteratur, die genauen Analysematerialien werden jedoch häufig nicht angeführt. Vielmehr können sie als theoretische Abhandlungen verstanden werden bzw. als Literatur mit gesellschaftsdiagnostischem Charakter. Hier zu nennen wären die Auseinandersetzungen von Bröckling mit dem Unternehmerischen Selbst (2007), aber auch Reckwitz' Theorie des Hybriden Subjektes (2020). So soll die hier durchgeführte Analyse auch dazu beitragen, die unternommenen theoretischen Annahmen am empirischen Material zu reflektieren.

Konkret sollen folgende vier Forschungsfragen durch die Analyse beantwortet werden:

- Welches Subjektverständnis zeigt sich in den Ratgebern? Wie *ist* der Mensch?
- Welche Subjektmodelle bzw. Idealvorstellungen werden kommuniziert? Wie hat der Mensch zu *sein*?
- Welche Techniken des Selbst werden vermittelt? Wie kann der Mensch zu dem werden, was er *sein* soll?
- Welche Rationalitäten liegen dem Subjektverständnis und den Subjektmodellen zugrunde? Wie lassen sich diese in den neoliberal-kapitalistischen Diskurs einbetten?

4 METHODOLOGISCHE GRUNDPOSITION UND VORGEHEN

Sowohl aufgrund der theoretischen und thematischen Ausrichtung der Arbeit als auch hinsichtlich des Datenmaterials bietet sich methodisch eine Diskursanalyse an. Diese Vorgehensweise erlaubt es, vermittelte Subjektvorstellungen und -anrufungen zu analysieren und in den, in Kapitel 3 ausgeführten Diskurs rund um neoliberale Subjektivität, einzubetten. Sie erlaubt es darüber hinaus auch, die Menge vorhandener Materialien zu fassen und aufeinander zu beziehen. *Diskurse* gelten im Zusammenhang mit Fragestellungen zu kulturell-geteilten Wissensbeständen und symbolisch konstruierter sozialer Ordnung als zentrale empirische Einheiten.

Nach Keller (2011) sind Diskurse als „mehr oder weniger erfolgreiche Versuche [zu] verstehen, Bedeutungszuschreibungen und Sinn-Ordnungen zumindest auf Zeit zu stabilisieren und dadurch eine kollektiv verbindliche Wissensordnung in einem sozialen Ensemble zu institutionalisieren“ (ebd., S.8). Ganz im Sinne der theoretischen Einbettung ermöglichen sie es somit, zu analysieren, in welchem Zusammenhang das Analysematerial zu gesellschaftlichen Machtstrukturen steht und ob bzw. wie diese dadurch beeinflusst werden.

Bevor näher auf die verschiedenen Formen und theoretischen Fundierungen der Diskursanalyse eingegangen wird, sollen in aller Kürze die ‚Grundsätze‘ qualitativ-interpretativer Sozialforschung erläutert werden. In dieses paradigmatische Verständnis lässt sich auch die nachfolgende Arbeit einreihen. Vorwiegend wird sich dabei an der Wissenssoziologischen Diskursanalyse (WDA; Keller 2011) orientiert, v.a. hinsichtlich des theoretischen sowie methodischen Zugangs sowie bezogen auf die Verbindung von interpretativen Methoden der Sozialforschung mit der Diskursanalyse.

Mittels der Diskursanalyse können einzelne Aussagen in einen Kontext eingebettet werden. Für die Feinanalyse, d.h. die interpretative Auseinandersetzung mit einzelnen Aussagen ist es allerdings notwendig, eine weitere Methode der Textanalyse heranzuziehen. In der hier durchgeführten Arbeit wurde diesbezüglich die *Grounded Theory* (hier nach Charmaz 2014; Strübing 2014) verwendet. Deren methodologische Grundposition sowie die konkreten Anwendungen werden ebenso in diesem Kapitel erläutert.

Ausgehend von den erwähnten Perspektiven und Ansätzen wird abschließend das konkrete methodische Vorgehen, aber auch die Auswahl der einzelnen Ratgeberbücher erläutert.

4.1 Soziologische Interpretation – Interpretation zweiter Ordnung

Im Unterschied zu der nach Objektivität strebenden quantitativen Sozialforschung, die sich an naturwissenschaftlichen Methoden und Prinzipien orientiert, betonen Vertreter*innen qualitativer und interpretativer Paradigmen die Subjektivität sozialer Phänomene. Die soziale Welt ist den Forschenden demnach nicht objektiv zugänglich, weil sie bereits einer Deutung durch die darin lebenden Subjekte und Kollektive unterliegt und durch diese konstruiert wird (Rosenthal 2015, S.40ff). Folglich ist Interpretation keine der Wissenschaft vorenthaltene Methode, sondern vielmehr eine alltägliche und notwendige Praktik zur Verständigung sowie zur Definition und Deutung von Situationen. Qualitativ-interpretative Analysen sind ein *Spezialfall* alltäglicher Interpretationen – sie gehen systematisch und entlang methodischer Prinzipien vor (ebd.; Froschauer und Lueger 2009).

Dabei kommt der Reflexionsfähigkeit der Forscher*innen eine zentrale Bedeutung zu. Auch sie sind Teil der sozialen Welt, sind an dessen Konstruktion beteiligt und unterliegen, genauso wie die zu untersuchenden Phänomene, dem Einfluss sozio-kulturell geteilter Wissensbestände und Diskurse. Die eigene Definition von Wirklichkeit gilt es kritisch zu hinterfragen und gegebenenfalls offenzulegen.

Der Offenheit kommt darüber hinaus eine Bedeutung beim Zugang zum Forschungsfeld, der Auswahl des zu analysierenden Materials und der Interpretation davon zu. Im Unterschied zu quantitativen Forschungsdesigns, bei denen eine festgelegte und vorab bestimmte Herangehensweise üblich ist, verlangt eine interpretative Analyse ständige Adaption und theoriegeleitetes Vorgehen. Erhebung und Auswertung greifen ineinander (Rosenthal 2015, S.50).

Der Forschungsprozess charakterisiert sich durch zyklisch verlaufende, d.h. sich wiederholende Phasen der Fallauswahl, Interpretation und Prüfung. Zwischen den *Analysezyklen* wiederum sollen Phasen der Reflexion und der Planung des weiteren Vorgehens stattfinden (Froschauer und Lueger 2009, S.71ff).

Dabei geht es weniger darum, vorab definierte Hypothesen deduktiv zu testen, d.h. Regelmäßigkeiten zu überprüfen, sondern vielmehr sollen nach den Prinzipien der Induktion sowie der Abduktion Erkenntnisse generiert werden. Bei ersterem geht es darum, ausgehend von empirisch vorhandenen qualitativen Eigenschaften (auch eines Einzelfalls), auf eine theoretische Verallgemeinerung zu schließen. Die Abduktion zeichnet sich hingegen durch eine kreative Herangehensweise an die empirischen Gegebenheiten aus, ohne eine Gesetzmäßigkeit oder Vorannahmen zu unterstellen. Sie „ist ein kreativer Schluss, der eine neue Idee in die Welt bringt“ (Reichert 2010, S.281).

4.2 Die Diskursanalyse – *Text ist Wissen und Wissen ist Macht*

Die theoretischen und konzeptionellen Grundlagen der Diskursanalyse liegen in der Denktradition des französischen Strukturalismus sowie dem Poststrukturalismus ab den 1950ern. Bei ersterer werden Diskurse als objektive Regelvorgaben verstanden, welche das Handeln der Menschen strukturieren. Daran anschließend wenden sich Vertreter*innen des Poststrukturalismus als Reaktion auf Kritik am Objektivitätsanspruch davon mehr oder weniger ab und fokussieren in der Forschung die Wechselwirkungen zwischen sozialer Ordnung und dem Sprachgebrauch. Bedeutend ist somit die Abkehr von der Ansicht, das Gesprochene sei ein *Abbild* einer empirisch vorhandenen Wirklichkeit hin zu dem Verständnis, Diskurse als *Produkte* sozialer Verhältnisse und zugleich als *Produzenten* eben davon zu sehen (Keller 2011, S.14ff).

Michel Foucault verweist in der „Ordnung der Dinge“ (1974; hier zit. nach Keller 2011) darauf, dass die Wissensordnung einer Gesellschaft im Zusammenhang mit dem sozio-historischen Kontext steht. Er verabschiedet sich dabei von der Idee, die Wissenschaft würde in fortschreitender Weise zu *mehr* Wahrheit gelangen. Wahrheit und Wissen selbst werden vielmehr als abhängig von gesellschaftlichen Macht- und Herrschaftsstrukturen begriffen (mehr dazu in Kapitel 2.2).

Diskursanalytische Forschungsprogramme sind in ihrer disziplinären Ausrichtung vielfältig und bedienen sich zu unterschiedlichem Grad qualitativ-interpretativer Methoden. Keller (2011) unterscheidet dabei zwischen der *discourse analysis*, die v.a. Forschungen zum formalen Sprachgebrauch betreibt und sich vorwiegend aus den wissenschaftlichen Disziplinen der Linguistik, Sozio-Linguistik und der Kognitionsforschung zusammensetzt. Davon abzugrenzen ist die Diskurslinguistik bzw. die linguistisch-historische Diskursanalyse, welche sich als interdisziplinäre Forschungstradition zwischen der Sprachwissenschaft und der Geschichte um begriffsgeschichtliche Fragestellungen bemüht; teilweise auch durch die Verwendung quantitativer Methoden (ebd., S.20ff).

Die Kritische Diskursanalyse oder *critical discourse analyses* (CDA) verbindet wiederum linguistische Fragestellungen mit sozialwissenschaftlichen und ideologiekritischen Auseinandersetzungen. Die CDA bezieht sich dabei v.a. auf die Philosophie Althusers. Dieser betont die Materialisierung von Ideologien in Praktiken, dem Subjektverständnis und gesellschaftlichen Institutionen sowie Organisationen. Nach Althusser stabilisieren ideologische Diskurse und Praktiken bestehende Macht- und Herrschaftsstrukturen. Zudem grenzt Keller (2011) die kulturalistische Diskursanalyse von den genannten ab. Diese verortet er vorwiegend in sozialwissenschaftlichen Forschungen (u.a. Bourdieu, Gamson und Gusfield). Er begreift sie als

„Sammelbegriff für unterschiedliche Beschäftigungen mit der gesellschaftlichen Bedeutung symbolischer Ordnung“ (ebd., S.35).

Als wesentlich theoretische Fundierung gilt die Diskurstheorie nach Foucault. Diskurse materialisieren sich demnach in Sprechakten, d.h. auch in verfügbarem *Text*; diesen gilt es zu analysieren. Jedoch nicht danach, ob die Aussagen wahr oder falsch sind, sondern vielmehr dahingehend, welchem Diskurs bzw. zugrundeliegenden Muster sie zugeordnet werden können – d.h. es geht um eine „Rekonstruktion dieses Regelsystems“ (ebd., S.46). Dies umfasst sowohl eine inhaltliche Bedeutungsebene der Aussagen als auch die Einbettung davon in institutionelle Praktiken der Diskursproduktion.

Die Frage danach, *warum* etwas Bestimmtes gesagt oder geschrieben wird, geht stets auch einher mit der Beschäftigung damit, was *nicht* gesagt wurde: „Nicht alles, was sich sagen ließe, wird gesagt; und nicht überall kann alles gesagt werden“ (ebd., S.46). Gleichzeitig kommt der Sprecherposition eine Bedeutung bei Foucault zu: *wer* darf an einer Stelle sprechen, *wer* nicht? Diskurse stehen somit stets in Verbindung mit Legitimations- und Ausschlusspraktiken sowie mit Fragen nach sozialer Ordnung bzw. Macht- und Herrschaft. Die Analyse davon soll sich damit auseinandersetzen, wie und warum bestimmte Wissensformen zustande kommen bzw. als zentral kommuniziert werden.

Diese Arbeit orientiert sich an der Wissenssoziologischen Diskursanalyse (WDA; nach Keller 2011). Dies allerdings lediglich insofern, als dass die in der WDA verbindend betrachtete theoretische Einbettung der Wissenssoziologie von Berger und Luckmann (Berger und Luckmann 2016; siehe auch Kapitel 2.1) und der Diskurstheorie nach Foucault im gewählten Zugang ebenso eine Rolle spielt. So liegt ihr die auch hier relevante Annahme zugrunde, „dass alles, was wir wahrnehmen, erfahren, spüren, über sozial konstruiertes, typisiertes, in unterschiedlichen Graden als legitim anerkanntes und objektives Wissen (...) vermittelt wird“ (Keller 2011, S.59). Wissen ist demnach ein soziales Konstrukt, wobei es durch Diskurse sowohl vermittelt als auch (re-)produziert wird.

Zugleich ist eine Anlehnung an die WDA aus methodischer Perspektive für die Arbeit zielführend. So geht es dabei zum einen darum, die diskursanalytischen Forschungen methodisch und theoretisch zu fundieren sowie die meist mikro-soziologischen interpretativen Arbeiten in einen gesellschaftlichen Bedeutungszusammenhang zu bringen. Sie gilt als „eine Theorie der gesellschaftlichen Wissensproduktion, der institutionellen Stabilisierung von Wissensvorräten und der subjektiven Wissensaneignung“ (ebd., S.60). Zudem beschäftigen sich die Forschungen v.a. mit der Gegenwartsgesellschaft.

Dabei kann die hier unternommene Analyse jedoch keine Aussagen darüber treffen, wie die diskursiv vermittelten Subjektmodelle in den Alltagspraxen der Menschen aufgenommen werden, was in der Anwendung der WDA allerdings häufig untersucht wird (ebd.). Auch bei daran anschließenden Entwicklungen wie die „Interpretative Subjektivierungsanalyse“ (ISA; Bosančić 2019) wird der Anspruch erhoben, die Subjektposition – d.h. diskursiv produzierte Idealbilder – mit der Selbst-Positionierung der Subjekte sowie der Sprecherposition zu verbinden.

Wenn auch in dieser Arbeit lediglich Diskurse in Form von textlichen Äußerungen behandelt werden, so ist doch das Verhältnis zwischen sozialen Praktiken und Diskursen zu klären. Soziale Praktiken enthalten kulturelle Codes d.h. „geregeltes Verhalten, das ein spezifisches Wissen enthält“ (Reckwitz 2020, S.49). In den Praktiken produzieren und formen sich Subjekte bzw. werden sie wiederum dadurch modelliert – soziale Praktiken sind somit sowohl relevant für die Existenz von Subjekten als auch für mögliche Veränderungen. Diskurse stellen wiederum explizit Wissen bereit, u.a. umfasst dieses auch Subjektmodelle, d.h. Vorstellungen wie das Subjekt *ist* und zugleich zu *sein* hat. Subjektmodelle und -kulturen produzieren und transformieren sich dabei stets in Wechselwirkung von Diskurs und Praktik bzw. in *diskursiven Praktiken* (ebd.).

4.3 Von einzelnen Aussagen zur Theorie – die Grounded Theory

Die Diskursanalyse bietet Anhaltspunkte zur Eingrenzung eines Diskurses, der Auswahl einzelner Analyseeinheiten sowie zur Einbettung gewonnener Erkenntnisse in den relevanten Kontext. Sie verlangt aber auch nach zusätzlichen Methoden für die *Feinanalyse* einzelner Textsegmente. Eine davon ist die *Grounded Theory* nach Glaser und Strauss (1967 in: „*The discovery of Grounded Theory*“ hier v.a. zit. nach Strübing 2014). Sie kann im Allgemeinen begriffen werden als eine systematische, aber auch flexible Methode, mithilfe derer qualitative *Daten* erhoben und analysiert werden können; mit dem Ziel, dadurch eine Theorie zu generieren. Durch analytisches Schreiben (memos) und früh ansetzendes Codieren von Aussagen sollen verschiedene Perspektiven eingenommen bzw. *Lesarten* entwickelt werden (Strübing 2014; Charmaz 2014).

In den Sozialwissenschaften allgemein aber auch unter den Vertreter*innen und Anwender*innen der Grounded Theory liegen unterschiedliche Auffassungen davon vor, was eine *Theorie* ist. Charmaz (2014) befasst sich dabei mit den an den Polen eines Kontinuums liegenden Verständnissen positivistischer und konstruktivistischer Ansätze. Erstere verstehen eine Theorie als ein logisches System von Aussagen bzw. *Variablen*. Im Vordergrund steht die Erklärung

von objektiv beobachtbaren und messbaren Phänomenen durch deduktive Hypothesenprüfung. Es wird das Ziel verfolgt, möglichst universell gültige und generalisierbare Erkenntnisse abzuleiten. Konstruktivistische Ansätze hingegen beziehen sich auf die oben beschriebenen qualitativ-interpretativen Grundsätze. Der Fokus liegt auf dem *Verstehen*, Mehrdeutigkeiten werden zugelassen und die Interpretation latenter – d.h. nicht beobachtbarer – Sinnzusammenhänge sowie die Reflexion der eigenen Position sind charakteristisch dafür (ebd., S.227ff).

Davon abgeleitet ergeben sich nach Kathy Charmaz (2014) unterschiedliche Zugänge bei der Grounded Theory. Die erste, als *objektivistisch* bezeichnete, orientiert sich vorwiegend am positivistischen Theorieverständnis. Theoretische Kategorien werden als Variablen verwendet, der Fokus liegt auf empirisch Beobachtbarem; der soziale Kontext wird vorwiegend ausgeklammert. So wird die Annahme vertreten, dass die Daten eine *objektive Welt* repräsentieren. Ziel soll sein, eine Theorie unabhängig von Zeit, Raum und Situation zu entwickeln (ebd., S.234ff).

Als Reaktion darauf entstehen Ansätze einer *konstruktivistischen* Grounded Theory. Die Vertreter*innen verabschieden sich von dem Anspruch, eine objektive Wahrheit beschreiben zu wollen und gehen vielmehr davon aus, dass die Deutung einer Situation subjektiv bzw. von einer jeweiligen Perspektive abhängig ist. Die Bedeutungskonstruktion der Sinnzusammenhänge wird in den sozialen Kontext eingebettet und in Verbindung zu Ideologien, Hierarchien und Machtbeziehungen gesetzt. Sie streben damit eine Verknüpfung der gesellschaftlichen Mikro- und Makroebene an. Zudem ist die Sichtweise der Forscher*innen selbst Teil der Analyse (ebd., S.239ff). Durch diese Ansätze wird somit die ursprüngliche Methode der Grounded Theory verstärkt mit dem Verständnis der interpretativen Forschung, wie in Kapitel 4.1 bereits dargelegt, verbunden.

Die methodologische Grundposition der konstruktivistischen Grounded Theory lässt sich sowohl mit der hier eingenommenen theoretischen Perspektive als auch mit der methodischen Auswahl der Wissenssoziologischen Diskursanalyse verbinden. Darüber hinaus werden in der Methode der Grounded Theory auch konkrete Herangehensweisen für die empirische Ausarbeitung und die Beantwortung der Forschungsfragen bereitgestellt.

Ein zentraler Aspekt bei der Anwendung der Methode ist das Codieren. Dabei werden die vorhandenen Textdaten systematisch *befragt* bzw. verschiedene Lesarten gebildet. Am Anfang des Analyseprozesses steht ein offenes Codieren, d.h. die Textstellen werden aufgebrochen und nach inhaltlichen Kategorien benannt. Abgegrenzte Segmente werden möglichst vorurteilsfrei und unabhängig vom Gesamttext hinsichtlich ihrer möglichen Aussage begrifflich benannt. Es geht zentral darum, die verschiedenen und vielfältigen Facetten eines sozialen Phänomens zu

erfassen. Durch ständiges Vergleichen werden einzelne Codes zu Kategorien zusammengefasst (Strübing 2014, S.19ff).

Anschließend werden beim axialen Codieren die erstellten Kategorien in Relation zueinander gesetzt sowie kontextuelle Faktoren miteinbezogen. Zuvor isoliert betrachtete Phänomene werden dadurch in einen Zusammenhang gebracht. Zum einen bezieht sich der Kontext auf die Bedingungen des konkreten Falls und zum anderen auf die sozio-kulturelle Einbettung. Hier greifen die Grounded Theory und die Diskursanalyse ineinander. So wird durch Abstraktion der gewonnenen Erkenntnisse aus der Feinanalyse der zugrunde liegende Diskurs bzw. dessen Phänomenstruktur rekonstruiert (Keller 2011, S.103ff).

Abschließend werden die Daten selektiv codiert, d.h. das Datenmaterial wird einer oder weniger Kernkategorie(n) zugeordnet. Ziel davon ist es, eine *Theorie* über das Phänomen sowie dessen Zusammenhänge zu generieren. Theoretisieren bedeutet dabei viele Blickwinkel einzunehmen, offen gegenüber Alternativerklärungen zu sein und in weiterer Folge aus den bestehenden Daten ein ihnen zugrundeliegendes Muster zu abstrahieren. Bei der Theorienbildung ist zudem zentral, dass fallspezifische Besonderheiten und deren Unterschiede oder Gemeinsamkeiten mit sozio-strukturellen Bedingungen abgeglichen bzw. herausgearbeitet werden (Strübing 2014, S.26ff).

Die Methode der Grounded Theory charakterisiert sich durch die Arbeit mit Aussagen und der Zuordnung von Begrifflichkeiten. So soll die abgeleitete Theorie durch die verwendeten Kategorien erklärt werden. Diese sollen eine gewisse Nähe zur Alltagssprache aufweisen, d.h. Zugänglichkeit ermöglichen, aber auch sorgfältig ausgewählt werden, um keine stereotypen Denkmuster zu reproduzieren oder zu simplifizierend und generalisierend zu sein. Hinter Begriffen stehen stets bestimmte sozial geteilte Wissensordnungen, die bei der Auswahl sorgfältig zu hinterfragen und zu prüfen sind (Aghamiri und Streck 2016).

Es bedarf somit ständiger Reflexion alltäglicher und theoretisch-wissenschaftlicher Wissensbestände sowie deren Vorkommen im Datenmaterial. Wird ein zugeordneter Begriff direkt aus dem vorhandenen Text übernommen – sogenannte In-Vivo-Codes – ist sicherzustellen, dass dieser auch über den Einzelfall hinaus an Relevanz besitzt. Die abgeleiteten Konzepte – die Kernkategorien – müssen dabei zum einen in ihrer Abstraktheit mehrere Einzelphänomene oder -fälle umfassen, sollen aber auch konkret genug sein, um den Bezug zum empirischen Datenmaterial nicht zu verlieren (ebd).

Wie bereits anfangs erwähnt, sind auch *Memos* zentraler Bestandteil des Interpretationsprozesses. Sie dienen dem sofortigen und schriftlichen Festhalten von auftretenden Ideen während der Analyse. Darüber hinaus unterstützen sie bei der Auswahl weiterer Daten bzw. Fälle. Dabei

stellt die Grounded Theory eine mehr oder weniger konkrete Vorgehensweise und Strategien zur Datenauswahl bereit. Mithilfe des *theoretischen Samplings* werden Fälle zum einen entlang der (adaptierbaren) Forschungsfragen und zum anderen entlang des theoriegenerierenden Interpretationsprozesses ausgewählt. Die Datenerhebung bzw. Auswahl und deren Interpretation verlaufen somit parallel, wobei je nach Phase des Auswertungsprozesses verschiedene Aspekte hinsichtlich des Zuziehens neuer Fälle relevant sind. Beim offenen Codieren soll neues Material möglichst viele Perspektiven auf das Phänomen bereitstellen; beim axialen Codieren werden die bereits erstellten Relationen überprüft und beim selektiven Codieren sollen Lücken geschlossen werden. Mithilfe der Methode des *minimalen Vergleichs* – d.h. der Auswahl von Daten, welche die bisherigen Erkenntnisse stützen – wird die Theorie verdichtet und mithilfe der Strategie des *maximalen Vergleichs* – d.h. eine Auswahl von Fällen, die möglichst konträr sind – soll die Reichweite der Theorie erhöht werden. Dieser Prozess wird fortgesetzt, bis durch das Zuziehen weiterer Datenmaterialien keine neuen Erkenntnisse zur Beantwortung der Forschungsfragen mehr generiert werden können – d.h. bis zur *theoretischen Sättigung* (Strübing 2014, S.30ff).

Folgend soll nun darauf eingegangen werden, wie die beschriebenen Methoden im Forschungskontext der hier durchgeführten Arbeit konkret angewendet wurden.

4.4 Konkretes Methodisches Vorgehen – Analyse von Ratgeberliteratur

Zur Konkretisierung des Vorhabens ist es in einem ersten Schritt notwendig, den Diskurs zu benennen und einzugrenzen. Dabei gilt: Diskurse sind „abgrenzbare, situierte, *bedeutungskonstruierende Ereignisse* bzw. *Praktiken des Sprach- und Zeichengebrauchs*“ (Keller 2011, S.66; Hervorgehoben im Original). Das hier zu analysierende Material umfasst dabei Ratgeberliteratur in Form von publizierten Büchern, die zum einen gesellschaftlich relevant – im Sinne von *einflussreich* – ist und thematisch Subjektadressierungen und -vorstellungen bzw. Menschenbilder sowie Ideale beinhaltet. Dabei gilt es stets zu bedenken, dass Ratgeberliteratur – wie auch allgemein publizierte Werke – einen Prüfprozess durch Lektor*innen durchläuft. Zudem gilt es anzunehmen, dass gewisse ökonomische Überlegungen (z.B. hohe Verkaufszahlen) die Publikation beeinflussen. Das ausgewählte Material beinhaltet somit keine *spontanen Äußerungen* – vielmehr handelt es sich um korrigierte, überprüfte und entlang strategischer (gewinnorientierter) Überlegungen veröffentlichte Texte.

Der Feldzugang an sich gestaltet sich als keine große Herausforderung. Ratgeberliteratur ist sowohl in sämtlichen Buchhandlungen als auch online in einer enormen Fülle erhältlich. Vielmehr besteht die Schwierigkeit in der Auswahl konkreter Bücher für die Analyse – der

Korpusbildung (Keller 2011). Die Diskursanalyse im Allgemeinen und die Wissenssoziologische Diskursanalyse nach Keller erlauben es, große Datenmengen zu analysieren. Dies geht jedoch aufgrund forschungspraktischer Einschränkungen stets mit einer Eingrenzung des relevanten Diskurses einher – der Diskurs wird somit zwar als ein empirisch vorhandenes Ganzes begriffen, es wird jedoch lediglich ein exemplarischer, aber aussagekräftiger *Ausschnitt* analysiert (ebd.).

Ein relevantes Kriterium bei der Auswahl ist in erster Linie der *ratgebende Anspruch*, d.h. der Aufruf zu aktivem Handeln bzw. das Bereitstellen von konkreten Handlungsanweisungen (u.a. Bröckling 2007; Osswald-Rinner 2011). Der Appellcharakter soll sich im Titel, Untertitel oder mindestens im Klappentext finden. Das Genre an sich erlaubt es, dass hier meist hohe *Transparenz* besteht; um ein Beispiel zu nennen: „Individuation - wie wir werden, wer wir sein wollen, der Weg zu einem erfüllten ich“¹⁵. Eine klare Abgrenzung wird zu wissenschaftlicher Literatur sowie zu Sachbüchern gezogen. Neben der Eingrenzung auf das Genre Ratgeberliteratur, ist es notwendig, inhaltliche Fokussierungen anzustreben.

In ersten explorativen *Recherchetouren* in Wiener Buchhandlungen – auch abseits des großen und einflussreichen österreichischen Buchhandels „Thalia“ – konnte ich mir bereits einen Überblick über die derzeitigen *Trends* verschaffen. Allgemein und kaum überraschend fällt auf, dass in den kleineren Buchhandlungen sehr viel weniger Auswahl rund um Ratgeber vorzufinden ist. Zusätzlich sind in vielen der kleineren Buchhandlungen feministische Ratgeber und – zumindest auf den ersten Blick – *alternativere* Bücher proportional stärker vertreten.

In den Thalia-Filialen finden sich Ratgeber an unterschiedlichen Ausstellischen. Zum einen an den treffend bezeichneten „Ratgeber“-Tischen. Zum anderen aber auch bei der „Psychologie“. Erstere fallen dadurch auf, dass vermehrt spirituelle Zugänge vorkommen bzw. dass v.a. Autor*innen aus der Coaching-Szene vertreten sind. Bei den „Psychologie“-Tischen finden sich vermehrt Bücher zu spezifischen defizitorientierten Thematiken wie Traumatisierungen, Burn-Out, Depressionen usw., aber auch Texte zu mentaler Stärke, *Resilienz*, Selbstbewusstsein und (positiven) Gefühlen v.a. auch zu Glück.

Zu den unternommenen *Recherchetouren* muss allerdings gesagt werden, dass hier kein Anspruch auf Gültigkeit des Geschriebenen besteht. Sie dienten nicht der Analyse des Phänomens, sondern vielmehr wurde sich dadurch ein erster Einblick in das Themengebiet verschafft. Diese ersten Einblicke wurden ergänzt durch Internetrecherchen. In der Rubrik „Lebenshilfe und positives Denken“ auf der Website von Thalia sind mit Stand 31. Jänner 2023 11.214 Treffer¹⁶ zu

¹⁵ Berndt, Christina (2019), dtv

¹⁶ <https://www.thalia.at/kategorie/lebenshilfe-positives-denken-1586/>

verzeichnen weitere 416 Treffer finden sich in der Rubrik „Motivation und Erfolg“¹⁷ – dabei sind jedoch einige Bücher thematisch ausschließbar, da sie Themen wie Depressionen, Angststörungen, Fitness-Coachings, Lernhilfen, Elternschaft, Überleben in der Wildnis, Heilkunde, Übersinnliche Wahrnehmung, Essen, Buddhismus, usw. behandeln. Um Aussagen über die *Techniken des Selbst* bzw. zu Subjektmodellen ableiten zu können, wurden jedoch ausschließlich Ratgeber rund um Persönlichkeit(-sentwicklung) als *positives Konzept* einbezogen. Im Zentrum steht somit das Subjekt, das Ich, das keine klinischen Leiden im expliziten Sinne aufweist – das heißt Bücher zu Depressionen, Angststörungen, Burn-Out, etc. wurden nicht mitbezogen. Wenn auch Ratgeberliteratur zu sozialen Beziehungen und Kommunikation zumindest teilweise das Subjekt ins Zentrum stellt, so liegt der Fokus doch auf spezifischeren Themenfeldern, weshalb auch hier ausgeschlossen wird. Dasselbe gilt für Bücher, die sich nur mit einer bestimmten Zielgruppe auseinandersetzen (z.B. zum Thema Prokrastinieren oder Elternschaft).

Da einschlägige und charakteristische Subjektmodelle keine Nischenphänomene darstellen, wurde sich entlang der Auswahl von Büchern für den Datenkorpus an deren *Relevanz* orientieren. Konkret bedeutet dies: Bestsellerlisten, Verkaufsstände und die physische Anwesenheit der Bücher in Auslagen und auf Verkaufstischen.

Ein weiterer Aspekt betrifft die *Aktualität*. Dies ist zu einem gewissen Grad bereits durch deren *Relevanz* gegeben. Da die gewonnenen Erkenntnisse zu Subjektmodellen in den soziologischen Diskurs rund um neoliberale Subjektivität eingebettet werden und die diesbezüglich herangezogene Literatur (siehe Kapitel 2) relativ *jung* ist, wurden keine Bücher in den Datenkorpus aufgenommen, die nach 2010 in ihrer ersten Auflage erschienen sind. Darüber hinaus wurde jeweils die letzte Auflage ausgewählt – dies v.a. wegen der Zugänglichkeit.

Weitere Ausschlusskriterien betreffen die Sprache. Aufgrund des Übersetzungsprozess und damit einhergehend eines nicht ausschließbaren Sinnverlusts oder einer Umdeutung des Inhalts durch das Übertragen des Textes in eine andere Sprache, wurden lediglich Bücher miteinbezogen, die im Original in deutscher Sprache erschienen sind.

In einer Studie, die Ratgeberliteratur systematisch analysierte (Osswald-Rinner 2011), wurde der Katalog der Deutschen Nationalbibliothek verwendet. Auch Österreich verfügt über einen solchen. Problematisch dabei ist *erstens*, dass keine Kategorie zu Ratgebern oder Persönlichkeitsentwicklung (oder ähnliches) besteht; dies kann zwar in der erweiterten Suche als Schlagwort eingesetzt werden, ob hierbei die Treffer jedoch die anderen Kriterien (inhaltlicher und

¹⁷ <https://www.thalia.at/kategorie/motivation-erfolg-1591/>

Genre-bezogener Art) erfüllen, ist nicht sofort ersichtlich. *Zweitens* beschränken sich die Informationen auf Titel, Untertitel, Autor*in, Jahr, etc.; der Klappentext ist nicht vorhanden. Diese beiden Nachteile lassen sich beseitigen, wenn die Internetseite von Thalia verwendet wird. Hier gibt es sowohl Kategorien als auch den Klappentext. Zudem enthält sie Informationen über den Verkaufsrang. Zwar ist zu bedenken, dass dadurch das zur Verfügung stehende Material nach marktorientierten Kriterien vorselektiert wird, da jedoch Popularität ein zentrales Merkmal bei der Auswahl ist, kann davon ausgegangen werden, dass die relevante Literatur bei Thalia verfügbar ist.

Für die Korpusbildung wurde entlang der oben genannten Kriterien eine Liste mit folgenden Informationen erstellt: Titel, Erscheinungsjahr, Verlag, Verkaufsrang (bei Thalia), Autor*in, Informationen über die Autor*in (laut Thalia) und Klappentext. Es wurden 17 Bücher miteinbezogen. Mithilfe des Programms MAXQDA, einer Analysesoftware zur Kategorisierung qualitativer Daten, wurden die Klappentexte in zweierlei Hinsicht analysiert. Zum einen deduktiv-theoriegeleitet, mit dem Ziel, eine Auswahl für die Feinanalyse zu treffen. Die Kategorien, die hier einbezogen wurden, lassen sich von den Forschungsfragen ableiten. Bücher, die potenziell für die weitere Behandlung relevant sind, beinhalten laut Klappentext eine Annahme darüber, *wie der Mensch ist* bzw. *wie er zu sein hat*, ein Versprechen, *dieses Ziel zu erreichen* sowie handlungsanleitende Strategien und / oder Techniken. Zusätzlich wurde bereits bei den Klappentexten offen und induktiv entlang inhaltlicher Kategorien und rhetorischer Auffälligkeiten codiert. Die daraus gewonnenen Erkenntnisse beeinflussten zusätzlich die Fallauswahl.

Ausgehend von den genannten Kriterien wurde begonnen, ein erstes Buch konkret für die Analyse aufzubereiten. Dessen Auswahl begründet sich über die inhaltliche Passung hinaus durch den angenommenen Verbreitungsgrad des Buches: es ist zum Zeitpunkt der Analyse auf mehreren Bestseller-Listen und wurde seit 2015 (Ersterscheinung) bereits in 39. Auflage herausgegeben. Es wurde für die Analyse als E-Book (Format: ePUB) via Apple Books heruntergeladen und gelesen. Absätze, die zur Beantwortung der Forschungsfragen relevant sind, wurden markiert, wörtlich exzerpiert und anschließend in MAXQDA importiert. Diese wurden wiederum im Sinne der Grounded Theory offen und induktiv codiert. Zudem wurden von Beginn an Memos verfasst, um Auffälligkeiten, Ideen und erste Interpretationen zu verschriftlichen (siehe Kapitel 4.3 bzw. u.a. bei Stübing 2004, S.34ff).

Nach der Analyse dieses ersten Buches wurden die codierten Segmente miteinander verglichen und zu Kategorien zusammengefasst sowie erste Thesen und theoretisierende Überlegungen entlang der Memos verschriftlicht. Die Auswahl der weiteren Bücher gestaltete sich entlang inhaltlicher Kriterien bzw. des theoretischen Samplings und der minimalen und maximalen

Kontrastierung (siehe Kapitel 4.3 bzw. u.a. bei Stübing 2004, S.30ff). Die Analyseschritte des offenen und axialen Codierens wurden bei der Feinanalyse in zyklischer Form wiederholt. Insgesamt wurden drei Bücher vollständig gelesen und Absätze für die Feinanalyse theoriegeleitet und erkenntnisorientiert ausgewählt. Von drei weiteren Büchern wurden Leseproben verwendet. Die gesamte miteinbezogene Literatur wurde über Apple Books im E-Book-Format (e-PUB) bezogen.

Die in die Feinanalyse miteinbezogenen Bücher wurden zwischen 2015 und 2022 publiziert. Die Hintergründe der Autor*innen sind die Psychologie, die Coaching-Szene, Spiritualität sowie aus der Social-Media-Bereich (*Influencerin* / *Podcasterin*). In der nachfolgenden Tabelle werden alle verwendeten Bücher aufgelistet. Die Nummern 1-6 wurden für die Feinanalyse herangezogen, die Nummern 7-17 lediglich für die Analyse der Klappentexte.

Tabelle 1 Auswahl der Ratgeberliteratur für die Analyse

Nr.	Titel	Jahr (Auflage)	Autor*in	Auswahl	Auswahlkriterium für weitere Analyse
1	Das Kind in dir muss Heimat finden Der Schlüssel zur Lösung (fast) aller Probleme	2015 (39)	Psychologin	ganz	Relevanz: Bestseller Listen + 39 Auflage
2	Sei einzig, nicht artig! So sagen Sie nie mehr Ja, wenn Sie Nein sagen wollen - Mit großem Life-Check	2019	Coach	ganz	Außen- vs. Innenorientierung
3	Der geile Scheiß vom Glücklichein Wie man das Glück nicht sucht und trotzdem findet	2019	Influencerin / Podcasterin	ganz	Glücksideal, Eigenverantwortung, Innenorientierung
4	Individuation Wie wir werden, wer wir sein wollen – Der Weg zu einem erfüllten Ich	2021	Psychologin	Leseprobe (Einleitung + Kapitel 1.1)	Richtet sich gegen Authentizität (Maximaler Kontrast)
5	50 Sätze, die das Leben leichter machen Ein Kompass für mehr innere Souveränität	2022(8)	Coachin	Leseprobe (Einleitung + Kapitel 1-3)	Innenorientierung, Rhetorik
6	Halt finden in sich selbst Wie du deinen sicheren inneren Ort findest und belastende Gefühle für immer loslässt	2022	"Bewusstseinsforscher" (Spiritualität)	Leseprobe (Einleitung + Kapitel 1.1)	Innenorientierung, Spiritualität

Theoretische Sättigung erreicht					
7	Von Kopf bis Fuß – Weil man manchmal erst Umwege gehen muss, um bei sich selber anzukommen	2022		Klappentext	
8	Was kommt bei mir zu kurz?- 100 unerhörte Fragen, die dir zeigen, wer du wirklich bist	2022		Klappentext	
9	Warum Ziele Quatsch sind – und wie wir sie trotzdem erreichen Die Kraft der inneren Ausrichtung	2022 (2)		Klappentext	
10	Fische, die auf Bäume klettern Glück, Liebe, Erfolg - ein Kompass für das Abenteuer namens Leben	2020(4)		Klappentext	
11	Peace, Bitches! Nimm dich, wie du bist - mehr brauchst du nicht Selbstliebe einmal anders	2022(3)		Klappentext	
12	Zeig der Welt, wer du wirklich bist. Steh zu deiner Persönlichkeit und stärke deinen Selbstwert	2022		Klappentext	
13	Die große Erschöpfung Und die Quellen der Kraft	2022		Klappentext	
14	Das Date mit dir selbst Ein Reflexionsbuch mit 23 spannenden Übungen Das Original in neuer edler Ausstattung	2022(2)		Klappentext	
15	Wo ein Fuck it, da ein Weg Wie plötzlich alles möglich wird, wenn du aufhörst, es allen recht zu machen	2022		Klappentext	
16	Mindfuck Warum wir uns selbst sabotieren und was wir dagegen tun können	2011(14)		Klappentext	
17	Lieblosigkeit macht krank Was unsere Selbstheilungskräfte stärkt und wie wir endlich gesünder und glücklicher werden	2021		Klappentext	

5 DAS SUBJEKT IN DER RATGEBERLITERATUR

Im Folgenden sollen nun die zentralen Ergebnisse der Ratgeberanalyse dargelegt werden. Hierfür wurden drei Bücher vollständig gelesen und von weiteren dreien ausschließlich eine Leseprobe. Die Auswahl umfasst sowohl Ratgeberliteratur mit dem Hauptfokus auf Psychologie, Spiritualität als auch Bücher aus der „Coaching-Szene“ bzw. von einer *Influencerin / Podcasterin*. Wie in Kapitel 4.4 dargelegt, erfolgte die Auswahl entlang der Analyse von Klappentexten sowie anderen Faktoren (v.a. die Auflage). Auch die hieraus gewonnenen Erkenntnisse sollen kurz beschrieben werden, sie sind allerdings als gesondert von den Ergebnissen aus der Feinanalyse zu verstehen. Dies begründet sich dadurch, dass Klappentexte und die konkreten Bücher unterschiedliche Textformate darstellen.

Während der interpretativen Analyse wurde ersichtlich, dass die „Trennung“ der Forschungsfragen hinsichtlich des Menschenbildes, der Subjektideale und der Techniken des Selbst wenig zielführend ist. Vielmehr lassen sich diese nur in Bezugnahme aufeinander erklären. So werden im Folgenden die Idealvorstellungen ausgehend von den Annahmen über den Menschen erläutert. Auch die zentralen Techniken des Selbst lassen sich davon ableiten (Kapitel 5.2).

Trotz allem werden in Kapitel 5.2 die Forschungsfragen einzeln und in Bezugnahme auf die theoretische Einbettung beantwortet. Anschließend werden die Ergebnisse in den Ratgeberdiskurs (Kapitel 5.3) sowie in den Diskurs rund um neoliberale Subjektivität eingebettet und mit der theoretischen Perspektive in Verbindung gesetzt (Kapitel 5.4).

5.1 *Unique selling point* – gleiches Alleinstellungsmerkmal als Verkaufsargument

Bevor nun auf die zentralen Ergebnisse eingegangen wird, soll vorab dargelegt werden, welche Erkenntnisse sich aus den Klappentexten ableiten lassen. Die Analyse der Klappentexte diene vorwiegend dazu, konkrete Bücher für die Feinanalyse auszuwählen. So ist sie als gesondert von den unten stehenden Ausführungen zu begreifen. Sie liefert weniger Einblicke in das Subjektverständnis, welches in der Ratgeberliteratur vertreten wird, sondern vermitteln vielmehr einen Eindruck, wie die Lesenden dazu animiert werden, ein Buch zu kaufen. Es zeigt sich, dass ganz im Sinne einer *unique selling proposition*, also eines Alleinstellungsmerkmals, dazu animiert wird, genau *dieses* Buch zu erwerben. Dabei wird jedoch bei allen verwendeten Büchern ähnlich argumentiert.

Zentral dabei ist, dass in den Klappentexten zum einen eine notwendige Veränderung unterstellt wird und zugleich das Versprechen gegeben wird, diese durch das Lesen des Buches erreicht werden kann. Teilweise wird am Umschlag der Bücher auch auf die *Expertise* der Autor*innen

verwiesen – als „Erfolgsautorin“ (R1), „Bewusstseins-Trainer und Achtsamkeitslehrer“ (R6), „Bestseller-Autor“ (R10), „beliebte Moderatorin und Influencerin“ (R11), „Selbstführungs-Coach“ (R5).

In den Klappentexten werden bereits Subjektvorstellungen und -ideale kommuniziert, welche sich in der Feinanalyse der ausgewählten Bücher (Kapitel 5.2) wiederfinden. Allen voran zeigt sich hier bereits der Appell, eigenverantwortlich und aktiv zu agieren, sich von äußeren Umständen loszulösen sowie einen *positiven* emotionalen Zustand zu erlangen. Die nachfolgende Tabelle fasst die Ergebnisse bezogen auf die einzelnen Bücher zusammen.

Tabelle 2 Ergebnisse der Klappentextanalyse

Nr.	Titel	Subjektverständnis	Versprechen / Ziel des Buches	Strategien / Techniken		Auffallendes (offenes, induktives Kategorisieren)
1	Das Kind in dir muss Heimat finden Der Schlüssel zur Lösung (fast) aller Probleme	Menschen wollen geliebt / akzeptiert werden	Konflikte lösen, Beziehungen verbessern	ja	Reflexionsübungen	Glücksideal gepaart mit sozialen Beziehungen
						Nach innen gerichtet
						Notwendigkeit der Verbesserung
						Pauschalisierung: alle wollen geliebt werden
2	Sei einzig, nicht artig! So sagen Sie nie mehr Ja, wenn Sie Nein sagen wollen - Mit großem Life-Check	"Moderner" Mensch als Fremdgesteuert	Innenorientierung erlangen; alles "für sich selbst" machen	ja	Life-Check	Leben als Besitz; legitimer Besitzer bin ICH
3	Der geile Scheiß vom Glücklichein Wie man das Glück nicht sucht und trotzdem findet	Menschen streben nach Glück; findet man "in sich"	hilft dabei, sein Glück in sich zu finden	nein ¹⁸		Rhetorik: „Alltagswahnsinn“
						Aktiv und eigenverantwortlich als der einzige Weg zum Glück
						Orientierung an anderen als unerwünscht
4	Individuation Wie wir werden, wer wir sein wollen – Der Weg zu einem erfüllten Ich	Ich ist veränderbar	erfülltes Ich, positive Entwicklung	ja	Tests und Fragebögen	Möglichkeit zur Veränderung
						Aktive Gestaltung möglich
5	50 Sätze, die das Leben leichter machen Ein Kompass für mehr innere Souveränität	Menschen brauchen mehr "innere Souveränität"	Leben leichter machen	ja	50 Sätze, die das Leben leichter machen	Notwendigkeit das Leben leichter zu machen
						Kriegs- und Machtrhetorik (Eifer des Gefechts, Wunderwaffen, innerer Souverän
6	Halt finden in sich selbst Wie du deinen sicheren inneren Ort findest und belastende Gefühle für immer loslässt	Wahres ich liegt im "Inneren"	innere Freiheit finden, mehr Leichtigkeit	ja	13 Fragen	negative Emotionalität als unerwünscht
						Nach innen gerichtet: Sicherheit und Freiheit liegt im "Inneren"
						Pauschalisierung: Jeder besitzt heilen Ort in sich selbst

¹⁸ Im Buch finden sich konkrete Techniken in Form von Reflexionsübungen. Auf diese wird im Klappentext allerdings nicht verwiesen.

Theoretische Sättigung erreicht						
7	Von Kopf bis Fuß – Weil man manchmal erst Umwege gehen muss, um bei sich selber anzukommen	Bei sich selber "ankommen" = wahres Ich kann "gefunden" werden	mehr Selbstakzeptanz	nein		Glücksideal
8	Was kommt bei mir zu kurz?- 100 unerhörte Fragen, die dir zeigen, wer du wirklich bist	man kann sich selbst "finden" und glücklich machen	Leben eine positive und NEUE Ausrichtung geben	ja	100 Fragen	Glücksideal verbunden mit Aktivität und Eigenverantwortung glücklich sein wird gleichgesetzt mit "sich nach außen glücklich zeigen"
9	Warum Ziele Quatsch sind – und wie wir sie trotzdem erreichen Die Kraft der inneren Ausrichtung	Wahres ich im "inneren"	eigene, innere Bestimmung finden	ja	Tool "Zielekompass"	Von Außen auferlegte Ziele als Anti-Ideal "eingebildete" Pflichten = Pflichten existieren nur in unserer "Vorstellung"
10	Fische, die auf Bäume klettern Glück, Liebe, Erfolg - ein Kompass für das Abenteuer namens Leben	Existenzielle Werte: Glück, richtige Zielen, etc.	erkennen was wichtig ist, glücklicher werden	nein		Glücksideal Übertragung der eigenen Erfahrung auf das Leben anderer
11	Peace, Bitches! Nimm dich, wie du bist - mehr brauchst du nicht Selbstliebe einmal anders	Menschen sind Fremdbestimmung durch Meinung anderer	Sich selbst "lieben" akzeptieren	nein		
12	Zeig der Welt, wer du wirklich bist. Steh zu deiner Persönlichkeit und stärke deinen Selbstwert	es gibt ein "wahres" Ich, das man nicht zeigt	Authentisches, einzigartiges Ich finden; Selbstzweifel ablegen	ja	praktische Übungen	Innen- & Außenorientierung: wahres ich ist innen, das man nach außen darstellen soll Authentizität als Darstellung nach Außen; gleichzeitig: Außenorientierung als negativ / entfremdend
13	Die große Erschöpfung Und die Quellen der Kraft	Menschen erleben "große Erschöpfung"	innere Kraft finden	nein		Alltag als Stress; Ausweg liegt im "Inneren"
14	Das Date mit dir selbst Ein Reflexionsbuch mit 23 spannenden Übungen I Das Original in neuer edler Ausstattung	Wünsche und Ziele sind im Inneren	sich auf sich selbst konzentrieren	ja	23 Übungen	medialer "Alltag" als Überforderung man muss äußeren Einflüssen "entkommen"
15	Wo ein Fuck it, da ein Weg Wie plötzlich alles möglich wird, wenn du aufhörst, es allen recht zu machen	das "wahre" Ich liegt im inneren	hilft dabei "zu beginnen, ganz wir selbst zu werden"	nein		Innenorientierung erwünscht; "Außenorientierung" nicht gut Wir richten unser Leben / Handeln danach aus, es anderen recht zu machen
16	Mindfuck Warum wir uns selbst sabotieren und was wir dagegen tun können	Menschen sabotieren sich selbst	Denkblockaden lösen; Leben "verbessern"	nein		wir erlauben uns kein "besseres" Leben Außenorientierung negativ
17	Lieblosigkeit macht krank Was unsere Selbstheilungskräfte stärkt und wie wir endlich gesünder und glücklicher werden	Menschen leiden seelisch; Heilung erfolgt über "Selbstheilungskräfte"	aus der "Verirrung" wegen negativer Umwelt finden	nein		Glücksideal gepaart mit Gesundheit Verbesserung (gesünder werden) notwendig Pauschalisierung: Jeder Heilungsprozess ist Selbstheilung Umwelt als Gefahr

5.2 Zentrale Ergebnisse der Analyse

Ausgehend von den dargestellten Erkenntnissen durch die Analyse der Klappentexte, wurden konkrete Bücher ausgewählt. Theoriegeleitet und orientiert an den Forschungsfragen wurden wiederum einzelne Segmente unter Anwendung der Grounded Theory (siehe S.57ff in dieser Arbeit) analysiert. Nachfolgend sollen die Ergebnisse daraus dargelegt werden. Bevor auf das geteilte Subjektverständnis, die vermittelten Ideale und bereitgestellten Techniken des Selbst eingegangen wird, sollen vorab noch einige allgemeine Erkenntnisse beschreiben werden.

In der Ratgeberliteratur werden einige Prämissen mehr oder weniger unhinterfragt eingeführt und ebenso als *wahrhaftig* kommuniziert. Diese geteilten Annahmen dienen u.a. dazu, die kommunizierten Subjektideale zu rechtfertigen. Sie sind zugleich Ausdruck eines geteilten Subjektverständnisses. Wenn auch Verbindungen und gegenseitige Bezüge wie auch Widersprüche hierbei bestehen, so orientiert sich die nachfolgende Darstellung der Ergebnisse an den identifizierten und in der Ratgeberliteratur vermittelten Vorstellungen über die „Natur“ des Menschen.

Während der Analyse fiel zudem auf, dass argumentativ häufig auf Ursache-Wirkungs-Zuschreibungen bzw. Kausalzusammenhänge zurückgegriffen wird. So werden komplexe Inhalte in simplifizierender Art und Weise dargestellt. Die persönliche Situation gilt weniger als *Ergebnis* vielfach wirkender Faktoren, sondern meist als von einer Ursache bestimmt. Darüber hinaus werden Verallgemeinerungen und Pauschalisierungen unternommen. Dies weist darauf hin, dass soziale Wirklichkeit teils verkürzt gedacht wird.

Des Weiteren fällt auf, dass die eingeführten Konzepte der Persönlichkeitsentwicklung teilweise semantisch mit Arbeits- und / oder Machtrhetorik verbunden werden. So wird die eigene Entwicklung als *Arbeit* begriffen, man müsse etwas *leisten*, sich selbst *führen*, gegen fremde – d.h. außerhalb des Individuums liegenden – Einflüsse *ankämpfen* usw.

Auffallend und allen Büchern gemein ist auch die direkte Ansprache der Lesenden (durch Du oder Sie) und das hergestellte Beziehungsverhältnis als gleichgestellt – im Sinne von ähnlichen Erfahrungen und Lebenswelten – und hierarchisch. So wird die Expertise der Autor*in hervorgehoben, wobei diese vorwiegend durch persönliche oder berufliche Erfahrung legitimiert wird (mehr dazu in Kapitel 5.2).

Zudem zeichnet sich die Ratgeberliteratur durch eine gewisse *Definitionsarmut* aus. Die Verwendung von psycho-sozialen Konstrukten wie Glück, Erfolg oder individuelles Wohlbefinden kommt dabei meist ohne eine Definition oder genauere Beschreibung aus. Da es nicht die Absicht dieser Analyse war, hier Wertungen oder *Prüfungen* hinsichtlich der *Richtigkeit* durchzuführen, werden diese teilweise inflationär verwendeten Begrifflichkeiten so übernommen.

Veränderungen gehen von den Einzelnen aus

Das zentrale Versprechen der Ratgeberliteratur ist es, dass durch das Annehmen und Umsetzen der Ratschläge, Veränderungen initiiert werden können. Dem liegt die Prämisse zugrunde, Veränderungen gingen von den Einzelnen aus. Diese Subjektbezogenheit ergibt sich vor allem daraus, dass vorrangig Veränderungen im *eigenen Leben* in der Ratgeberliteratur thematisiert werden. Dabei wird davon ausgegangen, sich und sein Leben durch Aktivität und Eigenleistung gestalten zu können. In die Selbst-Werdung aber auch in die persönliche Situation könne eingegriffen, sie könne nach eigenen Wünschen, Vorlieben und Vorstellungen konstruiert werden. Der umgekehrte Schluss, der in der Ratgeberliteratur unternommen wird, ist, dass bei fehlender Bereitschaft, sein Leben zu verändern, dieses so bleibe, wie es ist und stets war. Dies suggeriert die Aberkennung *überindividueller* Einflüsse – so wird sozialen Akteur*innen als auch sozialem Wandel der Einfluss auf das Subjekt mehr oder weniger abgesprochen bzw. nicht als relevante oder zumindest *nennenswerte* Faktoren kommuniziert.

Veränderung wird dabei nicht lediglich als möglich, sondern darüber hinaus als erwünscht angesehen. Dieser Appel verweist auf ein Optimierungs- oder Verbesserungsstreben: das Leben soll leichter, besser, erfüllter, usw. werden; man selbst solle *glücklicher* werden. Dabei wird eine gewisse Unabschließbarkeit – teils gekoppelt mit Kritik am Konzept der Authentizität – impliziert, „Er erfindet sein Ich mehr, als dass er es findet. Das Ergebnis ist ein Ich, das sich in das große Puzzlespiel des Lebens eingefügt hat und das sich spätestens dann wieder verändert, wenn es die umgebenen Teilchen tun“ (R4 Einleitung, Abs.6)¹⁹. Die Subjektwerdung wird hier als ständig fortschreitender Prozess gedacht. Zugleich wird aber auch stellenweise ein Versprechen zur Erreichung eines *Ziels* bzw. eines „Wunsch-Zustand[s]“ (R2 Kap.9.6, Abs.6) gegeben. Abgeleitet davon ist es die Eigenverantwortung, welche als eine der im Zentrum stehenden Subjektideale vermittelt wird. Die Verantwortung für die eigene Situation und die erwünschte Entwicklung zu übernehmen, wird dabei sowohl als Appell, wie auch als *einzigste Möglichkeit* formuliert – Verantwortung für sich und sein Leben zu übernehmen, schütze vor sozialen Enttäuschungen und ermögliche erst Veränderung: „Übernehmen Sie Verantwortung für das, was ist. Nur wenn Sie sich eingestehen, dass Sie es selbst so gewählt haben, können Sie es abwählen“ (R2 Kap.9.6, Abs.6).

Es wird ersichtlich, dass es der zentrale Ansatz der Ratgeberliteratur ist, das Individuum in den Mittelpunkt zu stellen sowie auch zum Ausgangspunkt für jegliche Einflussnahme

¹⁹ Da die Ratgeberbücher im E-Book Format bezogen wurden und diese keine fixen Seitennummerierungen aufweisen, sondern abhängig von Bildschirm- und Fenstergröße andere Seitenzahlen angezeigt werden, werden den direkten Zitaten Kapitel, teils Unterkapitel und Absätze zugeordnet.

anzunehmen. Notwendige Ressourcen für Veränderungen werden im *Inneren* verortet: „Glück kommt immer von innen“ (R2 Nachwort, Abs.4). Zur Stützung dieser *These* werden diverse Simplifizierungen und Pauschalisierungen unternommen. Dem Individuum wird die Verantwortung hinsichtlich des eigenen *Wohlbefindens* aber auch seiner Gesundheit zur Gänze zugeschrieben – einschließlich körperlicher und psychischer Erkrankungen (wie Panikattacken, Depressionen, Zwangsstörungen), sowie darüber hinaus bei psychischen Empfindungen, die teilweise durch *außerhalb* liegender Umstände verursacht werden könnten (wie Stress oder Zukunftsangst) aber auch bezogen auf zwischenmenschliche Beziehungen (und Beziehungsprobleme). Verschiedene Problemlagen werden somit auf eine Ursache reduziert, die alle wiederum ihren Ausgang *im* Subjekt selbst nehmen. Dadurch wird die individuelle und von *innen* kommende Veränderung zur einzigen Möglichkeit deklariert.

Aber auch über das eigene Leben hinaus wird dem Individuum teilweise Verantwortung hinsichtlich der Veränderung von Umständen zugesprochen – wiederum in einer simplifizierenden Art und Weise. So werden globale Problematiken wie die Klimakrise oder psycho-soziale Phänomene wie Gewalt und Terror gleichgesetzt und in ihren Wechselwirkungen und der Komplexität auf einen gemeinsamen *Nenner* gekürzt: die Ursache liege in der *psychischen Verfasstheit* der einzelnen Individuen. Sich um diese zu *kümmern*, wird somit moralisiert, soziale Missstände psychologisiert. Die Argumentation ist deterministisch und gleichwohl kausal angelegt: „Sind wir in der Lage, uns selbst in einen Zustand von Frieden, Klarheit und Mitgefühl zu versetzen, dann werden wir auch nicht mehr so gewalttätig und ausbeuterisch anderen Menschen, Tieren und Pflanzen gegenüber auftreten“ (R6 Einleitung, Abs.7).

Dabei zeigt sich unter anderem auch, dass die zugeschriebene Eigenverantwortung teilweise als *unfair* angesehen wird. Diese Haltung wird jedoch sofort wieder revidiert, indem eine „logische“ Verbindung unternommen wird – eine „Theorie“, die mit Eigenverantwortung verknüpft wird, erscheint gerade aus diesem Grund als „vernünftig und plausibel“ (R3 Kap.9, Abs.4). Dadurch wird die zugeschriebene individuelle Verantwortung mehr als lediglich ein Ideal, sie wird zu einem Wahrheitsprinzip. Dies wird unterstrichen durch unterstellte Kausalitäten: so steige die Wahrscheinlichkeit, *glücklicher* oder *erfolgreicher* zu sein oder ein *besseres* Leben zu führen, wenn das Subjekt konsequent und eigenverantwortlich agiere.

Die Annahme, man könne sein Leben lediglich durch aktives Handeln verändern sowie die Unterstellung, man müsse dieses *verbessern*, geht einher mit einem weiteren Subjektideal: die erwünschte Risikobereitschaft. So wird die Entscheidung für eine Veränderung, ohne genaue Kenntnis über deren Ausgang, als erstrebenswert kommuniziert. Auch Scheitern ist legitim, solange es einhergeht mit neuen Versuchen und weiteren Anläufen – es brauche Ausdauer und

Kreativität. Risiken einzugehen, *kostet* zwar etwas, ist aber die Voraussetzung für persönlichen Erfolg; gleichgesetzt mit einem Spiel, wird daraus folgende *Grundregel*: „wer nichts verlieren will, kann auch nichts gewinnen“ (R2 Kap.8.1, Abs.18).

Äußere Umstände lassen sich umdenken

Wenn auch das Versprechen der Ratgeberliteratur sich darauf zusammenfassen lässt, dass sie dabei helfen könne, das Leben zu verändern, so rückt die damit einhergehend unterstellte Handlungsmacht bezogen auf die eigene Situation relativ bald in den Hintergrund. Tatsächliche Verhältnisse und die Situation werden als irrelevant angesehen, dessen Wirkungen auf das eigene Glück und Wohlbefinden werden zum Großteil abgesprochen. So wird nach und nach vielmehr die innere Haltung als zentral kommuniziert. Es gehe vor allem darum, „wie Sie all diese äußeren Ereignisse etikettieren“ (R2 Kap.10.3, Abs.7). Die individuelle Einschätzung und Bewertung einer Situation wird als „Projektion der Wirklichkeit“ verstanden, wobei es darum gehen soll, „diese ungünstige Projektion aufzulösen und durch eine bessere und realistischere zu ersetzen“ (R1 Kap.14.8, Abs.1).

Hierbei sind (zumindest) drei Widersprüchlichkeiten zu erwähnen:

- (1) Wenn auch die subjektive Wirklichkeit und die individuelle Einschätzung und Bewertung der Situation häufig in den Mittelpunkt gestellt wird, so erheben die analysierten Ratgeber gleichsam den Anspruch, eine *Wahrheit* zu vermitteln. Wird darauf verwiesen, etwas sei wahrhaftig, werden unterschiedliche Begründungsmuster angewendet – allen voran wird sich auf eigene Erfahrungen bezogen, aber auch wissenschaftliche Erkenntnisse – hier v.a. psychologische bzw. neuropsychologische Forschungen – werden als Legitimationsgrundlage des Geschriebenen eingesetzt. Darüber hinaus verweisen die verwendeten Begrifflichkeiten und Phrasen darauf: *es ist nun einmal so, da bin ich sicher, die Wahrheit ist, die Tatsache*, etc. Dies geht nicht selten einher mit Universalisierungen des Geltungsanspruchs (*immer, in jedem Fall, alle, nie*, etc.).
- (2) Zudem zeigt sich ein sich widersprechendes Verständnis von Wirklichkeit. So wird eine (objektive) Realität angenommen (z.B. „Irgendwann bemerkt man dann aber, dass die Realität doch etwas anders aussieht“; R3 Kap.20, Abs.8) und zugleich wird dem Subjekt geraten, die Außenwelt so umzudeuten, dass sie einem selbst passend erscheint.
- (3) Die Betonung, die subjektive Einschätzung einer Situation wäre zentraler als die Situation an sich, impliziert hingegen aller Versprechen eine fehlende Handlungsmacht hinsichtlich der Veränderung der Verhältnisse, in die das Subjekt eingebunden ist. Wenn dazu appelliert wird, Verhältnisse hinzunehmen, wie sie sind und lediglich seine Einstellung dazu

zu verändern, dann ist dies weniger ein Aufruf zu mehr *Selbstwirksamkeit*, sondern eher einer zur Resignation, ein Appell, sich voll und ganz in sich selbst zurückzuziehen und sich nur um sein *Inneres* und subjektives Erleben zu kümmern. Das handlungsfähige und selbstwirksame Subjektideal, das aktive Veränderung der Umstände eigenmächtig initiiert, wird verkürzt: man solle sich seiner Innerlichkeit selbst ermächtigen – es soll weniger darum gehen, die Situation zu verändern, sondern vielmehr wird gefordert, diese *umzudenken*.

Diese Widersprüchlichkeiten werden allerdings nicht thematisiert. Bezogen auf letztere wird darüber hinaus angenommen, dass durch inneres Umdenken auch tatsächliche Veränderungen stattfinden können: „Hunderte von Beispielen aus Beratungen haben mir gezeigt: Wer daran glaubt, sein Leben verändern zu können, der kann es auch – durch sein Denken!“ (R2 Kap.10.1, Abs.16). Im Allgemeinen zeigt sich, dass kaum zwischen Veränderungen im Denken, der eigenen Haltung bzw. dem emotionalen Befinden oder im tatsächlichen Handeln unterschieden wird – Erleben und Verhalten, teils auch fühlen und denken, werden als gleichwertig oder gar gleichartig verstanden (man könne sich glücklich *denken*). Allenfalls sind *innere* Prozesse die Voraussetzung für Handeln. Somit zeigt sich, dass auch wenn auf eine aktive Veränderung des Verhaltens abgezielt werden soll, doch die subjektive Wahrnehmung und Interpretation der Situation die oberste Maxime darstellen.

Zudem wird *Selbstbestimmtheit* teilweise gleichgesetzt mit emotionaler *Selbstbeherrschung*. Dadurch wird nochmal mehr deutlich, dass die zugeschriebene Einflussosphäre das Individuum selbst ist, das seine Emotionen kontrollieren kann bzw. „Macht über die eigenen Gefühle“ (R5 Kap.1, Abs.4) hat. Dies geht einher mit einer gewissen Selbstverpflichtung und Eigenverantwortung, sich vorzunehmen, „dass Sie ab jetzt selbst bestimmen wollen, wer und was Sie ärgern darf“ (R5 Kap.1, Abs.6).

Von der Annahme, die äußeren Verhältnisse seien weniger ausschlaggebend für das *Wohlbe- finden* als die innere Haltung dazu, lassen sich die zentralen Techniken des Selbst (in Bezug auf Foucault) ableiten: Selbstreflexion, -erkenntnis und Innenschau – so könne sich das Subjekt selbst verändern. Man solle „Einfach nur eine Frage stellen“ (R6 Einleitung, Abs.1) oder *spü- ren*, wie man sich gerade fühlt; auch verbunden mit körperlichen Empfindungen wie „Druck, Ziehen, Kribbeln, Herzklopfen“ (R1 Kap.14.4, Abs.1), meist mit dem Ziel, seine Gefühle – v.a. die negativen – zu regulieren (mehr dazu siehe S.78f in dieser Arbeit).

Dem Akt der Reflexion werden dabei zumindest drei zentrale Punkte zugeschrieben, welche die selbstbezogene Technik legitimieren:

- Der zentrale vermittelte Mehrwert liegt in der eigenen Nützlichkeit. Zum einen hinsichtlich der als notwendig erachteten Selbsterkenntnis, zum anderen bezogen auf die Regulation von als negativ angesehenen Emotionen oder Denkmustern. Darüber hinaus wird auch eine Kompetenzsteigerung damit verbunden – Reflexion führe „zu einer sozialen Kompetenz, die Sie unter anderem fürs Führen und Erziehen qualifiziert“ (R2, Kap.11.2, Abs.20).
- Der Reflexion wird zudem ein Wahrheitsgehalt unterstellt: dadurch entstünden „eigenständige Erkenntnisse“, die im Unterschied dazu, „nur Antworten von außen“ (R6 Einleitung, Abs.1) zu erhalten, als wünschenswert kommuniziert werden. Damit wird *Wissen*, das außerhalb der eigenen Reflexion generiert wurde, implizit die Legitimität abgesprochen.
- Darüber hinaus wird sie zu einer moralischen Notwendigkeit. Konflikte und Machtstrukturen werden darauf zurückgeführt, dass es einzelnen Menschen nicht gelinge, sich reflexiv mit sich selbst auseinanderzusetzen bzw. gelungene Selbstsorge zu leisten: „In anderen, weitaus gravierenderen Fällen sind es Staatsmänner- und -frauen, die aufgrund ihrer mangelnden Selbstreflexion und ihres daraus folgenden Machtstrebens ganze Völker ins Verderben ziehen können“ (R1 Kap.5, Abs.2) – die *Innenschau* wird somit zu einer moralischen Maxime, gewaltsame Herrschaftsausübung wiederum wird individualisiert und psychologisiert.

Das Subjekt existiert losgelöst von der Gesellschaft

Die Annahme, das Subjekt könne oder solle seine äußeren Umstände durch innerliche Prozesse – allen voran durch das Denken – verändern, verweist auf eine weitere grundlegende Prämisse, die in der Ratgeberliteratur angenommen wird: das Individuum existiere losgelöst von der Gesellschaft. So wird der Einfluss der Situation, wie bereits beschrieben, als nebensächlich angesehen. Soziale oder auch berufliche Bedingungen (wie Arbeitszeitmodelle, Lohn, Aufstiegsmöglichkeiten, etc.) seien keine möglichen Anreize, sondern vielmehr mit unerwünschtem Zwang verbunden. *Passend* für einen Selbst sei lediglich, was durch *intrinsische Motivation* – d.h. von *innen* heraus – zustande kommt.

Gleichzeitig wird dem Subjekt teilweise explizit die Möglichkeit abgesprochen, die Situation oder Umwelt beeinflussen zu können²⁰. Die soziale Wirklichkeit wird als *willkürlich* begriffen, in die nicht oder kaum eingegriffen werden kann. So könne man nicht die "Börse bändigen", „Naturgewalten zähmen“ oder dem "Baby Stille [zu] verordnen" (R2 Kap.10.3, Abs.9).

Der damit einhergehende und geforderte *Rückzug in die Innerlichkeit* führt folglich zu einer Trennung vom Subjekt und der Gesellschaft und einem weiteren zentralen Subjektideal: die Autonomie bzw. die soziale Unabhängigkeit.

Die Ratgeber appellieren an eine Loslösung der „fremde[n] Stimmen im eigenen Kopf“ (R2 Kap.1.1, Abs.17) – nur das Subjekt sei sich selbst nicht *fremd*. Man solle sich nicht an die *Masse anpassen*, „keinen Gedanken daran verschwenden, was der Rest der Welt von uns denkt“ (R3 Kap.13, Abs.3). Dies wird verbunden mit *Handlungsmacht* bzw. Konzepten wie der *Selbstwirksamkeit* – sich von äußeren Umständen als unabhängig zu begreifen verleihe einem die „Herrschaft über Ihren eigenen Kopf“ (R2 Kap.10.3, Abs.11). Die Umwelt als mögliche Ursache für eigenen Stress anzusehen, wird in umgekehrter Logik gleichgesetzt mit erlebter Handlungsunfähigkeit: „Die Hilflosigkeit (und damit Depressions-Gefahr) ist umso größer, je mehr Sie Ihr Leben von äußeren Umständen abhängig machen“ (R2 Kap.5.5, Abs.6).

Bezogen auf die Arbeitswelt wird die berufliche Selbstständigkeit zum Ideal; diese ermögliche es, ein selbstbestimmtes und unabhängiges Leben zu führen. Man arbeite *für* sich, der Gewinn bleibe einem zur Gänze – die kapitalistische Ausbeutung wird dadurch *gelöst*, in dem sich das Subjekt auf sich und seinen eigenen Ertrag fokussiert.

Der Appell nach Unabhängigkeit birgt wiederum einen immanenten Widerspruch. Wenn die Definition der Situation bzw. die innere Haltung über den „objektiven“ Umständen steht, führt dies notgedrungen zu einer gewissen Anpassungsleistung – vielleicht nicht gegenüber der *Masse*, aber gegenüber den sozialen Verhältnissen, in die das Subjekt eingebunden ist. Das Ideal der Unabhängigkeit wird zur eigens konstruierten Illusion, die Akzeptanz mit Selbstermächtigung gleichsetzt: „Bevor ich mich aufrage, ist es mir lieber egal“ (R5 Kap.1, Abs.4).

Zudem werden im Zusammenhang mit der erwünschten Autonomie auch soziale Werte beispielhaft eingeführt, die allesamt den gesellschaftlichen Erwartungen nicht widersprechen – diese beziehen sich sowohl auf das Subjekt (wie Fitness, Bildung, gesunde Ernährung), auf zwischenmenschliche Beziehungen als auch auf die Außenwirkung im Allgemeinen. Verhalten, das als ungesund und somit als einem Selbst *schadend* begriffen wird, findet hingegen eine ablehnende Haltung in der Ratgeberliteratur.

²⁰ Teilweise wird, wie auf S. 70 in dieser Arbeit beschrieben, die Verantwortung für diverse soziale Problemlagen aber auch dem Individuum zugeschrieben, mögliche Veränderungen werden jedoch in einem Selbst verortet.

Wenn geraten wird, die Wirkung seines Verhaltens auf andere zu überdenken, dann lediglich dahingehend, dass andere in Form möglicher Widerstände einen selbst hindern könnten. Altruismus oder sozial-politische Bestrebungen werden zwar nicht per se abgelehnt, sind jedoch nur dann wünschenswert, solange sie dem Individuum nicht schaden: "was bringt es, wenn dieser Dienst mit der eigenen Gesundheit und Zufriedenheit bezahlt wird?" (R2 Kap.7.2, Abs.12).

Kollektivismus wird in der Logik der Ratgeberliteratur nicht als Möglichkeit gesehen – bzw. nicht thematisiert. Die Annahme, alles liege an bzw. *in* einem Selbst sowie die damit einhergehende Trennung des Subjektes von der Gesellschaft, lassen dies nicht zu. Vielmehr werden Kollektive bzw. Institutionen und soziale Akteur*innen zu Gegenspieler*innen der zu erstrebenden Autonomie und Individualität.

Die gleichzeitige Ablehnung von Kollektivismus sowie der Idealisierung von Individualität deutet auf ein Ideal des *Einzelkämpfertums* hin. Dies wird v.a. dann deutlich, wenn Widerstand auf die individuelle Ebene bezogen wird; sich gegen *äußere* Verhältnisse zu stellen, wird nicht kollektiv gedacht oder auf die Möglichkeit der Veränderung von Umständen bezogen, sondern mit dem Ideal, einzigartig und unabhängig zu sein, verbunden.

So werden auch sozialpolitische Werte auf die individuelle Ebene bezogen. Komplexe und politische Begrifflichkeiten wie „Frieden“ und „Freiheit“ werden mit dem Subjekt und mit der *Innerlichkeit* verbunden. Sie sind damit weniger Ausdruck sozialer Verhältnisse oder Unterdrückungen und somit keine sozialen Werte, die durch Kollektivismus erreicht werden können. Vielmehr habe jedes Individuum selbst zu entscheiden, ob es *frei* und *friedlich* leben möchte und dies auch selbst zu gestalten – oder einfach zu *fühlen*.

Soziale Ungleichheiten werden im Allgemeinen wenig thematisiert. Vielmehr wird eine Vorstellung von Chancengleichheit vermittelt. Unter dem Schlagwort „Resilienz“ werden darüber hinaus ungleiche Verhältnisse relativiert bzw. sogar als „vorteilhaft“ für Personen aus ökonomisch schwachen Familien beschrieben. Diese hätten bessere Chancen im sozialen Wettbewerb, denn sie seien „besser gegen Stress geimpft als Kinder reicher Familien“ (R2 Kap.13.4, Abs.14). Es zeigt sich, dass Ungleichheiten und soziale Missstände aus einer individualisierten Perspektive betrachtet und zugleich psychologisiert werden. So wird auch hier wiederum daran appelliert, die Situation eigenverantwortlich zu gestalten – oder besser: zu akzeptieren: „Aber selbst unter den schlimmsten Lebensumständen schaffen es manche Menschen, sich innerlich so einzustellen, dass sie ihr Schicksal annehmen und hierdurch auch in gewisser Weise gestalten können, selbst wenn sie sterben müssen“ (R1 Kap.17.1, Abs.6).

Die Gesellschaft fordert zu viel

Die zum einen als möglich gedachte und zum anderen als erstrebenswert kommunizierte Herauslösung des Subjektes aus der Gesellschaft wird nicht „nur“ mit dem Ideal der Autonomie begründet. Darüber hinaus werden soziale Werte auf verschiedene Arten in überhöhter Form beschrieben und damit als „schädlich“ für die Einzelnen gesehen. Dies impliziert, dass Kritik an der Gesellschaft ausgeübt wird, ohne die bestehende Ordnung an sich jedoch in Frage zu stellen. So erlaubt die Überhöhung, dass ein Verfolgen dieser Ziele auf einem „niedrigerem“ Niveau durchaus gerechtfertigt bzw. nicht im Allgemeinen abzulehnen ist. Dies zeigt sich in folgenden Beispielen:

- Wohlstand oder besser Reichtum werden in überhöhter Form als „falsche“ Ideale angesehen, wobei Materiellem und Besitztümern der Einfluss auf das *persönliche Glück* explizit abgesprochen wird. Gleichzeitig wird Geld thematisch mit Glück verbunden: Beides lasse sich ohne eigenes Zutun vermehren und Glück steigere die Wahrscheinlichkeit für Wohlstand. Darüber hinaus wird Geld teilweise mit Erfolg gleichgesetzt. Auch wird die Steigerung des Glücks durch Konsum implizit thematisiert. So wird ein übertriebenes Streben nach Reichtum abgelehnt, die Konsumpraktiken und kapitalistische Bereicherung allerdings nicht (R3)²¹.
- Den Menschen wird zudem unterstellt, sie hätten „übertriebene[n] Ziele“ (R2 Kap.4.4, Abs.18), alle würden danach streben, „Traumjob, Traumgehalt und Traumpartner zu ergattern“ (ebd.). Das Verfolgen davon wird als Ursache für das Scheitern angesehen. Damit verbunden wird eine ablehnende Haltung gegenüber dem sozialen Vergleich „nach oben“ kommuniziert, der „nach unten“ oder der Vergleich mit sich selbst wird allerdings nicht abgelehnt. Dadurch werden Prinzipien der Optimierung und der Leistungsgesellschaft kritisiert, aber bei einem persönlichen Nutzen wiederum als wünschenswert angesehen.

²¹ Dies lässt teilweise Rückschlüsse auf die Zielgruppe zu. So wird bezogen auf Wohlstand lediglich die *Seite* der Besitzenden adressiert – wer viel habe, sei nicht automatisch glücklicher. Inwiefern sich fehlender Besitz und Armut auf das eigene *Wohlbefinden* auswirken kann, wird ausgeklammert. Ähnlich zeigt sich dies auch, wenn eine ausbleibende Veränderung der Situation mit „Sicherheitsstreben“ verbunden wird – so traue man sich nicht sein Leben zu verändern, weil einem der Mut fehle. Veränderung *kostet* etwas – und das muss man sich auch leisten können. Am eindrucklichsten ist diese Ausklammerung wohl bei der Aufforderung, seine eigene Situation einfach *neu und ‚gut‘ zu denken*. Da die Analyse nicht darauf abzielte, Aussagen über die Zielgruppe treffen zu können, wird nicht weiter darauf eingegangen.

- Mit einem nostalgischen d.h. idealisierten Rückbezug in eine „frühere“ Gesellschaft, die sich durch Sicherheiten und Zusammenhalt ausgezeichnet hätte und der gleichzeitig überhöhten Unterstellung, das Leben sei heute nur mehr von Kurzfristigkeiten, fehlender Verwurzelung und Willkür geprägt, werden traditionelle Einbindungen idealisiert. Gleichzeitig erlaubt die überspitze Formulierung, die „neuen“ Risiken nicht gänzlich abzulehnen (R2 Kap.5.5, Abs.12f).
- Auch die Institution der Ehe wird auf überhöhte Art als „gesellschaftlich sehr anerkannt“ (R3 Kap.9, Abs.8) kommuniziert, wohingegen man „schräg von der Seite angeschaut [wird], weil man gerade Single ist“ (R3 Kap.9, Abs.4). Gleichzeitig werden heteronormative Paarbeziehungen und auch die Institution Ehe positiv bewertet. So wird ein zwanghaftes Anstreben einer Ehe abgelehnt, sozial konstruierte Modelle von Liebe und Partnerschaft aber nicht hinterfragt.
- Dass in der Ratgeberliteratur implizit soziale Wertigkeiten unternommen werden, die sozial erwünschtes Verhalten fördern, zeigt sich sehr eindrücklich, wenn *unerwünschte* Verhaltensweisen thematisiert werden. So werden *Typen* wie der *Kriminelle*, beschrieben als "rücksichtsloser Egoist, der sich zur Befriedigung seiner eigenen Interessen über Eigentum und Rechte der anderen hinwegsetzt" (R4 Einleitung Abs.2). Dies verweist darauf, dass Individualismus bei schädlichem Verhalten abgelehnt wird und somit Werthaltungen und die Aufrechterhaltung der sozialen Ordnung eine gewisse Rolle spielen.

Zugleich werden aber auch explizit stereotype Sichtweisen vermittelt.²² So wird Frauen unterstellt, dass sie sehr viel Wert auf ihr Äußeres legen würden bzw. an ihrer „Schönheit [zweifeln], wenn sie doch durch ihre Weiblichkeit, Anmut, Sanftheit, ihr Einfühlungsvermögen und der in all dem enthaltenen Stärke so viel Schönheit ausstrahlen“ (R3 Kap.30, Abs.14). Gleichzeitig wird die *erfolgreiche* Frau begriffen als: attraktiv, vergeben, beruflich erfolgreich und Mutter. Auch Männer werden entlang stereotyper Zuschreibungen charakterisiert: „Es liegt einfach nicht im Grundbedürfnis des Mannes über Probleme zu reden. Männer wollen Probleme lösen – und ein Gespräch scheint ihnen dabei meist die am wenigsten naheliegende Methode zu sein. Sehr viel lieber würden sie das Problem abbauen, entsorgen, verfrachten, zerkleistern oder auf- und am allerliebsten einfach durchbohren“ (R3 Kap.16, Abs.3). Die unterstellte Unzulänglichkeit von Männern, Zugang zu ihren Gefühlen zu erhalten, geht einher mit einer Trennung von

²² Zur Beantwortung der Forschungsfragen war es weniger zentral, die Ratgeberliteratur nach stereotypen oder „traditionellen“ Zuschreibungen zu analysieren. Die hier getroffenen Aussagen sind demnach exemplarisch.

Vernunft und Emotionen – was der an anderen Stellen unternommenen Gleichsetzung davon widerspricht (siehe S.72 in dieser Arbeit). Die geschlechtsstereotypen Annahmen werden dabei u.a. evolutionsbiologisch hergeleitet: „Neben Erziehungseinflüssen haben Männer jedoch auch evolutionär die Veranlagung, Gefühle abstellen zu können, was mit der Aufgabenverteilung von Männern und Frauen in der Steinzeit zu tun hat. Wenn sie erfolgreich jagen wollten, mussten sie die Fähigkeit erwerben, Gefühle der Schwäche auch einmal zur Seite zu schieben. Sie mussten tapfer sein“ (R1 Kap.14.6, Abs.4). Dieses Erklärungsmuster relativiert gesellschaftliche oder sozialisationsbedingte Einflussfaktoren, unterstellt eine Gültigkeit dessen über Jahrtausende und pauschalisiert die geschlechtliche Rollenteilung über alle Lebensweisen und Gesellschaften hinweg. Verstärkt wird dies noch durch die Zuschreibung „eine[r] gewisse[n] genetische[n] Disposition zur Versachlichung“ (ebd.) – wohingegen Frauen typischerweise Einfühlvermögen aufweisen würden. Zugleich wird dabei implizit eine Wertigkeit unternommen, indem Männern Tapferkeit und Stärke zugeschrieben wird.

Insgesamt zeigt sich eine grundeigene Widersprüchlichkeit der Ratgeberliteratur: zum einen wird Individualität sowie die Möglichkeit der freien Gestaltung des Lebens idealisiert, zum anderen werden Werte wie Erfolg und Wettbewerb, aber auch „traditionelle“ oder stereotype Ansichten, vermittelt. Gleichsam wird Risiko- und Veränderungsbereitschaft verlangt, aber auch fehlende Sicherheit und *Verwurzelung* angeklagt.

Menschen streben grundsätzlich nach Harmonie

Wertungen werden nicht „nur“ bezogen auf die erwünschte Subjektivität und gesellschaftliche Wertvorstellungen unternommen. Darüber hinaus wird in der Ratgeberliteratur eine konstruierte emotionalen Binarität in *positiv* und *negativ*, teils auch in *gut* und *schlecht* angenommen. Als negativ beschriebene Emotionen – wie Wut, Angst, Ärger, Neid, etc. – werden als unerwünscht, teilweise auch als *ungesund* oder gar *sinnlos* angesehen: „Ärger ist tatsächlich ein durchweg sinnloses Gefühl, das zu nichts führt, außer zu noch mehr Ärger“ (R5 Kap.1, Abs.2). Negative Gefühle werden somit vorwiegend als destruktiv begriffen. Dass positive Emotionalität hingegen erstrebenswert ist, wird legitimiert, in dem sie auf verallgemeinernde Art den Menschen als grundlegender Wesenszug unterstellt wird: „Wir wollen Unlust möglichst vermeiden und möglichst Lust gewinnen. Anders ausgedrückt: Wir streben nach Glück“ (R1 Kap.17.8, Abs.2).

Um die Bewertung – wenn auch implizit – zu verdeutlichen, werden wünschenswerte Gefühle teilweise mit Aktivität verbunden, negative hingegen mit Passivität, man werde von ihnen *mitgerissen*. Dies verweist wiederum darauf, dass die Annahme vertreten wird, Emotionen könnten

aktiv und durch im *Inneren* vorfindbare Ressourcen hergestellt werden. Die Höherbewertung von positiven Emotionen sowie die erwartete aktive *Produktion* davon, verweist auf eine Zweckrationalisierung und Instrumentalisierung. Dies zeigt sich darüber hinaus auch dann, wenn soziale Beziehungen danach auszuwählen sind, dass sie dem Selbst einen positiven Nutzen erbringen.

Insgesamt werden Emotionen weniger als Reaktion *auf etwas* verstanden. Teilweise werden zwar äußere Einflüsse als Ursprung von Emotionen anerkannt, diese werden jedoch als weniger „problematisch“ und folglich weniger zentral angesehen: „Wir sind einfach traurig, wenn ein Freund stirbt. Es entsteht keine Verwicklung mit anderen Menschen, und wir sind nicht selbst erstaunt über unsere Reaktionen“ (R1 Kap.12 Abs.3).

Dabei gehen mit der Thematisierung der Gefühlswelt zwei Appelle einher: (1) geforderte Selbstbeherrschung und Regulation von als negativ angenommenen Emotionen und (2) erwünschte Aktivität hinsichtlich der *Eigenproduktion* von als positiv angesehenen Emotionen, wobei sich dies meist auf die Annahme beschränkt, man könne sich eine Situation oder gar die Welt *schön denken*.

Beispielhaft dafür steht auch folgender Absatz: „Sind wir mit uns im Reinen, dann ist es die Welt auch. Oder sie erscheint uns so, was im Großen und Ganzen auf dasselbe hinausläuft. Alles fühlt sich gut und richtig an, ganz unabhängig davon, ob es auch wirklich so ist. Ist es nicht völlig egal, ob wir das Glück im Moment (oder auch für eine gewisse Zeit) tatsächlich gefunden haben, oder wir es nur als solches empfinden und es objektiv betrachtet gar nicht so ist?“ (R3 Kap.13, Abs.1).

Für beides gilt: Positivität und Harmonie werden zu Idealen – meist verbunden mit Versprechungen, welche die individuelle Ebene adressieren. So bringt die Abwendung vom Negativen v.a. dem Individuum etwas – es wird dadurch *erfolgreicher* oder für andere *attraktiver*. Gekoppelt mit dem Konzept der Selbstliebe wird gefolgert: „Alles ist gut. Wir sind gut (finden wir – endlich!) und das Leben ist gut. Selbst wenn es weniger gut ist, vielleicht sogar schlecht. Auch dann finden wir noch Gründe, es gut zu finden“ (R3 Kap.13, Abs.3). Gleichsam ist das individualisierte Glücksideal ein *Fass ohne Boden*, es lässt sich nie vollends *erfüllen*: „Es hat sich schließlich noch nie jemand zu gut gefühlt“ (R3 Kap.13, Abs.5). Dies verweist darauf, dass Glück nicht mit *Zufriedenheit* gleichgesetzt wird.

Individuelles Glück wird darüber hinaus auch in Verbindung gebracht mit einem verantwortungsbewussten und moralischen Umgang mit anderen. Das Subjekt hat sich um seine eigene positive Emotionalität zu kümmern, weil das „die Voraussetzung dafür [ist], dass wir unsere

Beziehungen zu anderen Menschen friedlicher, freundlicher und glücklicher gestalten“ (R1 Kap.1, Abs.9).

Eine explizite Annahme, welche sich aus der Ratgeberliteratur ableiten lässt, ist somit, dass Menschen ihrem „Wesen“ nach, nach Harmonie streben. Implizit wird darüber hinaus auch unterstellt, dass sie ihrem „Wesen“ nach „gut“ sind bzw. sozialverträglich agieren. Dies zeigt sich in folgenden in der Ratgeberliteratur unternommenen Annahmen:

- So wird den Lesenden geraten, sich völlig frei von ihrer Umwelt und ohne Rücksichtnahme auf andere zu entwickeln – und zwar im *emotional positiven* Sinne: „Im Endeffekt ist es vollkommen unwichtig, wie es für alle anderen da draußen scheint, solange es sich für uns richtig gut anfühlt und wir dabei glücklich sind“ (R3 Kap.13, Abs.2). Das individuelle Empfinden wird somit über alles gestellt. Gleichzeitig suggeriert ein solcher Rat, dass das, was einen selbst glücklich mache, moralisch vertretbar ist und anderen nicht schaden kann. Dadurch wird Individualismus, aber auch Egoismus idealisiert.
- Zudem zeigt sich diese Annahme, wenn Individualität bzw. die gelebte oder erlebte *Einzigartigkeit* im Sinne eines wahren oder authentischen Selbst gefordert wird; dies als weniger in Verbindung stehend mit einem Prozess des *Suchens* und *Ankommens* als vielmehr mit Selbstakzeptanz. Dabei wird trotz des ständigen Bezugs auf das *Innenleben* – gerade das Ideal der Selbstakzeptanz verbunden mit der Außenwirkung des Subjektes – sein *wahres Ich* zu sein wird gekoppelt mit *positiven* emotionalen Beziehungen und sozial erwünschten Charaktereigenschaften: „Und weil Sie sein können, wie Sie wirklich sind, glänzt Ihr Charakter wie ein polierter Diamant: Sie werden Ihre wahren Stärken zeigen, glaubwürdiger und attraktiver sein“ (R2 Kap.7.1, Abs.16). Hierbei wird suggeriert, dass Menschen ihrem *wahren Kern* nach sozial geschätzt werden; unabhängig davon, wie sich dieses *wahre Selbst* im konkreten anderen gegenüber verhält.
- Gleichsam wird der individuellen Einschätzung von Sinnhaftigkeit in pauschalisierender Weise eine soziale Wertigkeit unterstellt: „Freuen wir uns doch einfach mal darüber, dass es Menschen gibt, deren Tag besser ist, weil wir tun, was wir tun“ (R3 Kap.14, Abs.5). Sinnhaftigkeit wird hier zudem positiv besetzt. Widerstand, der für manche Personen unangenehm sein kann, wird somit nicht mitgedacht.

5.3 Subjektverständnis – Subjektideale – Techniken des Selbst

Die dargelegten zentralen Ergebnisse der Analyse stehen unabhängig von der theoretischen Einbettung (Kapitel 2) und dem Diskurs rund um neoliberale Subjektivität (Kapitel 3, hier v.a. Kapitel 3.2). Im Folgenden werden die aus der Analyse gewonnenen Erkenntnisse unter Rückbezug dessen resümiert sowie die Forschungsfragen der vorliegenden Arbeit beantwortet.

Welches Subjektverständnis zeigt sich in der Ratgeberliteratur?

Eine zentrale Annahme, die in der Ratgeberliteratur mehr oder weniger unhinterfragt übernommen wird, ist die, dass alle Veränderungen vom Individuum ausgehen und dass durch aktive Gestaltung, Einfluss auf das eigene Leben genommen werden kann. Zugleich wird Veränderung als erwünscht angesehen.

Eine weitere sehr zentrale Grundannahme über das Subjekt ist, dass dieses losgelöst von der Gesellschaft existieren kann – Beeinflussungen von außen werden teilweise ganz abgesprochen; eine möglichst weitreichende Unabhängigkeit gilt als erwünscht. Dies lässt sich als relativ gegensätzlich zum Subjektverständnis in der kultursoziologischen Theorie begreifen. Wenn auch nicht im Sinne eines Determinismus, so wird hierbei doch davon ausgegangen, dass soziale Erwartungen sowie gesellschaftliche Strukturen einen Einfluss auf das Individuum haben – durch den Prozess der Sozialisation werden diese internalisiert (Berger und Luckmann 2016). Zugleich wird das Subjekt von gesellschaftlichen Machtprozessen und „Herrschaftszuständen“ (Foucault 1993b) mitgeformt (Lemke 2007). Reckwitz (2020) betont darüber hinaus, dass die gleichzeitige Unterwerfung unter bestehende Machtverhältnisse sowie die Herauslösung aus traditionellen Einbindungen ein Charakteristikum des modernen Subjektes ist.

Zugleich wird in der soziologischen Theorie der soziale Ausschluss als „verheerendste Strafe“ (Berger 2011) und somit als Verstärker für positives Verhalten begriffen. Zu behaupten, dass in der Ratgeberliteratur ein Ausschluss erwünscht wird, wäre jedoch zu verkürzt gedacht. Vielmehr zeigt sich ein ambivalentes Bild, wobei Unabhängigkeit gefordert wird und zugleich die Akzeptanz durch andere und das Führen von *harmonischen* sozialen Beziehungen positiv besetzt werden. Das verweist darauf, dass soziale Unabhängigkeit nicht mit sozialer Exklusion gleichgesetzt wird. Zudem wird dies verstärkt durch die Verbindung des Autonomieideals mit sozial *verträglichem* Verhalten und Subjektvorstellungen. So wird weniger eine Isolation und Abkapselung von sozialen Einbindungen gefordert, sondern vielmehr wird daran appelliert, sich selbst in den Mittelpunkt zu stellen. In Verbindung mit dem Ideal der Eigenverantwortung wird dabei das Subjekt bzw. sein *inneres Empfinden* zur Ursache aller persönlichen – teils auch

sozialer – Problemlagen. Gekoppelt mit dem Ideal der Individualität wird Egoismus zu einem gewissen Grad idealisiert.

In der Ratgeberliteratur wird zudem die subjektive Definition einer Situation zumeist als relevanter angesehen als die gesellschaftlichen Verhältnisse, in die das Subjekt eingebunden ist. Einhergehend damit rückt das meist am Anfang der Bücher stehende Versprechen nach mehr Handlungsmacht in den Hintergrund und wird von der propagierten Notwendigkeit *innerer* Veränderungen überlagert. So wird die Annahme vertreten, die äußeren Umstände ließen sich *umdenken*. Zugleich zeigt sich in der Ratgeberliteratur ein gewisser Widerspruch. So wird stellenweise ein Wahrheitsanspruch unternommen oder ein anderes Realitätsverständnis vermittelt. Zudem wird das vermittelte Wissen vorwiegend durch die persönliche oder berufliche Erfahrung legitimiert, wodurch *individuelles* Wissen und subjektive Erfahrungen universalisiert werden. Dies verweist wiederum auf eine *Vormachtstellung* des Subjektiven bzw. des Subjektes. Darüber hinaus sind es psychologische und neurologische Forschungen, welche zur Legitimierung des Geschriebenen herangezogen werden.

In der sozialkonstruktivistischen Perspektive (Berger und Luckmann 2016), aber auch im Wahrheitsverständnis von Foucault (Lemke et al. 2000) wird die subjektive Deutung einer Situation zwar durchaus als zentral angesehen. Diese Ansätze gehen jedoch im Unterschied zur Ratgeberliteratur davon aus, dass Wissen und Wahrheit soziale Konstrukte sind bzw. von Macht- und Herrschaftsstrukturen mitbeeinflusst werden. Zugleich geht es weniger um die persönliche Deutung im Sinne eines *positiven Nutzens* für das Individuum als vielmehr um das wechselwirkende Verhältnis zwischen Wahrheit oder Wissen, Macht und Subjektivität.

Im theoretischen Verständnis ist zudem auch die Innerlichkeit bzw. die Psyche der Menschen nicht als unabhängig von sozialen Einflüssen zu begreifen. Vielmehr wird sie als ein Konstrukt gedacht, welches durch gesellschaftliche Erwartungen und Machtprozesse mitgeformt wurde (Hutton 1993). Dass in der Ratgeberliteratur meist explizit unterstellt wird, die Menschen würden nach Harmonie, Glück oder Positivität streben, verweist auf eine Ideologie des Positiven (Cabanas und Illouz 2019) und wiederum darauf, dass die Forderung nach einem *Umdenken* nicht wertfrei unternommen wird, sondern eine Richtung vorgegeben wird. Dies wird gesteigert, wenn die implizite Grundannahme zum Ausdruck kommt, die Menschen seien ihrem „Wesen“ nach harmonisch und *friedliebend*.

Welche Subjektmodelle bzw. Idealvorstellungen werden kommuniziert?

Bezogen auf Reckwitz (2020) lassen sich Subjektmodelle als Idealbilder begreifen, welche in Form von „hegemonialen Subjektkulturen“ (ebd.) in institutionalisierter Form bestehen, in Diskursen vermittelt und handlungsanleitend kommuniziert werden. Die in der Ratgeberliteratur identifizierten Ideale sind dabei folgende:

Das Subjekt soll Eigenverantwortung für sich und sein Leben übernehmen, dieses gestalten und gegebenenfalls Risiken eingehen. Zentral dabei ist die *Veränderung im Inneren* – so soll das Subjekt sich seines *Inneren* ermächtigen, negative Emotionen beherrschen und positive aktiv herstellen – es soll mit sich selbst in Harmonie leben; das Subjekt soll sich dabei sowohl ständig verändern, aber sich auch so akzeptieren, *wie es ist*. Zudem hat es sich als von der Gesellschaft unabhängig zu begreifen und nach völliger Autonomie zu streben. So soll das Subjekt auch seine eigenen Gefühle, Wünsche und Begierden in den Mittelpunkt stellen bzw. sein Handeln danach ausrichten.

Diese Subjektideale gilt es, in den gesellschaftlichen Kontext einzubetten. Bevor darauf im folgenden Kapitel eingegangen wird, soll zuerst noch die dritte Forschungsfrage beantwortet werden, nämlich wie das Subjekt diese Ideale erreichen kann.

Welche Techniken des Selbst werden vermittelt?

Die Techniken des Selbst lassen sich von der Fokussierung auf das *Innere* ableiten – Selbstreflexion, -Erkenntnis sowie Innenschau sind dabei die zentralsten Selbsttechnologien. Diese werden dabei sowohl psychologisiert wie auch moralisiert. So wird angenommen, dass die Innenschau und Reflexion notwendige Techniken sind, um sein eigenes Leben positiv zu gestalten und sozial *verträglich* zu agieren. Das Subjekt kann und soll sich dadurch selbst ermächtigen. Darüber hinaus wird die Ausübung von Macht und Gewalt auf fehlende Selbstzuwendung (im positiven Sinne) zurückgeführt.

Die Techniken weisen durchaus Ähnlichkeiten mit der von Foucault (1993a) bereits in der Antiken identifizierten *Sorge um sich selbst* sowie mit der für das Christentum charakteristischen Selbsterkenntnis und Innengerichtetheit (ebd.) auf. Im Unterschied dazu, liegt der Fokus in der Ratgeberliteratur jedoch nicht auf dem Bekenntnis, der Buße oder dem *inneren Glauben* an Gott, sondern vielmehr auf der individuellen Nützlichkeit. So lässt sich in Bezugnahme auf die Individualisierungsthese folgern: „an die Stelle von Gott, (...) das auf sich selbst gestellte Individuum“ (Beck und Beck-Gernsheim 1994, S.20).

In der Gouvernamentalitätsforschung nehmen Techniken des Selbst unter anderem deswegen eine zentrale Rolle ein, weil sie dazu beitragen können, gesellschaftliche Ordnung herzustellen

oder zu stabilisieren (u.a. Lemke et al. 2000). So verweist Hutton (1993) in Bezugnahme auf die Psychoanalyse ausgehend von Freud und in der Perspektive von Foucault darauf, dass ein Streben nach Selbsterkenntnis und -kontrolle als eine gesellschaftliche Machtausübung begriffen werden kann, welche über Anpassungsleistungen die soziale Ordnung aufrechterhalte. Ob und inwiefern die in der Ratgeberliteratur identifizierte individuelle Nützlichkeit der Selbstreflexion und soziale Ordnung miteinander in Verbindung gebracht werden können, wird in Kapitel 5.5 herausgearbeitet.

5.4 Einbettung der Ergebnisse in den Ratgeberdiskurs

Die gewonnenen Erkenntnisse können als zentrale Aussagen verstanden werden, die für den Ratgeberdiskurs zur (positiven) Persönlichkeitsentwicklung stehen. Eine gewisse Verallgemeinerbarkeit ergibt sich aus der Auswahl unterschiedlicher Perspektiven oder *Expertisen*, welche der Literatur zugrunde liegt. So umfasst die Analyse sowohl Bücher, welche von Psycholog*innen verfasst wurden als auch solche aus dem Coaching-Bereich, der Spiritualität und aus dem Social-Media Bereich (*Influencerin / Podcasterin*).

Ihnen gemein ist, dass sie sich einem subjektbezogenen Diskurs zuordnen lassen, d.h. sie dienen als *Instrumentarium* oder Anregungen für Individuen, die für *sich* etwas verändern, verbessern oder lernen wollen. Adressat ist somit die Einzelperson, wenn auch die Leserschaft viele davon umfasst. Dies wird u.a. auch in der Literatur selbst deutlich. So versuchen die Autor*innen durch direkte Ansprachen (sowohl mit Du als auch mit Sie) eine gewisse Beziehung herzustellen. Diese Beziehung ist zugleich symmetrisch wie auch asymmetrisch. Zum einen wird seitens der Autor*innen versucht, die Lesenden in eine gleiche oder zumindest ähnliche Position zu versetzen, in dem unterstellt wird, man hätte vergleichbares erlebt oder gefühlt. Zugleich werden diese Unterstellungen aber auch universalisiert – *alle* kennen das.

Asymmetrisch oder ungleich ist die Beziehung dahingehend, dass die Autor*innen für sich den Anspruch erheben, das Wissen zu besitzen, welches die Lesenden *brauchen*. Die zentralen Legitimationsstrategien umfassen vorwiegend persönliche oder auch berufliche Erfahrungen. Diese werden mehr oder weniger universalisiert – ihnen wird eine überindividuelle Gültigkeit zugesprochen. Damit legitimieren die Ratgebenden ihre eigene Position weniger über „theoretisches“ Wissen als vielmehr über praktisches Wissen und Lebenserfahrungen. Darüber hinaus werden aber auch Rückgriffe auf die psychologische und neurologische Forschung, als primäre wissenschaftliche Bezugsdisziplinen, unternommen. Zitationen oder kontextuelle Einbettungen der eingeführten Studien und Experimente werden kaum gemacht.

Ganz allgemein lässt sich der Ratgeberdiskurs als ein *Mediendiskurs* fassen, der neben Büchern auch andere Verbreitungsformen umfasst (wie Podcasts, Social-Media-Beiträge, Filme, etc.). Die hier analysierten Bücher zeichnen sich u.a. auch dadurch aus, dass sie in Form einer Ware im Buchhandel angeboten werden und somit ein Verkaufszweck verfolgt wird. Sie unterliegen ihrem „Wesen“ nach einer ökonomischen Logik. Dass die Verkaufbarkeit eine gewisse Rolle spielt, zeigt sich auch in den Klappentexten (Kapitel 5.1).

Zudem können die Texte nicht gelesen werden als alltägliche Äußerungen. Wenn auch diverse Alltagssituationen eine relevante Bezugnahme darstellen, so muss doch mitbedacht werden, dass die Beschreibung solcher Situationen einem Zweck dient – vorwiegend der Veranschaulichung des Geschriebenen – und dass die Bücher durch das Lektorat möglicherweise abgeändert wurden.

5.5 Einbettung der Ergebnisse in den Diskurs rund um neoliberale Subjektivität

Die unternommene Untersuchung zeigt, dass sich die in der soziologischen Literatur als charakteristisch gesehenen Subjektmodelle des neoliberalen Diskurses auch in den analysierten Ratgebern wiederfinden. Allen voran der Appell an die Eigenverantwortung, der auch den Studien zu neoliberaler Gouvernamentalität (Rose 1996; Lemke 2000; Lemke et al. 2000; Bröckling 2007, 2016), der Individualisierungsthese (Beck 1986; Beck und Beck-Gernsheim 1994), in Reckwitz' postmodernem Subjekt (2020) und allgemein in Analysen von Ratgeberliteratur (Duttweiler 2012; Cabanas und Illouz 2019) zentral ist. In der Ratgeberliteratur wird die geforderte individuelle Übernahme von Verantwortung zudem als ein Wahrheitsprinzip gehandhabt sowie als Grundvoraussetzung für die Gestaltbarkeit des eigenen Lebens angesehen.

Dabei verweisen die Arbeiten rund um neoliberale Subjektivität darauf, dass der *Primat der Eigenverantwortung* nicht dazu führt, dass weniger Macht auf das Subjekt wirkt, sondern dass sich vielmehr eine Verschiebung abzeichnet. So wird die erzwungene *Wahlfreiheit* (Beck und Beck-Gernsheim 1994) selbst zu einer Machttechnik, wobei von den Subjekten erwartet wird, sich selbst zu *regieren* (Han 2014; Rose 1996). Zugleich wird die zugeschriebene Eigenverantwortung als eine relevante *Technik* begriffen, um systemisch-bedingte Ungleichheiten zu legitimieren (u.a. Han 2014).

Dem *folgend*, werden auch in der Ratgeberliteratur soziale Ungleichheiten und Missstände psychologisiert und zu einem gewissen Grad durch das Ideal der Eigenverantwortung gerechtfertigt. Soziale Ungleichheiten, welche sich aus der systemischen Logik ergeben, werden kaum thematisiert oder gar kritisiert.

Zudem zeichnen sich die Bücher dadurch aus, dass die neoliberal-kapitalistische Produktionslogik nicht oder kaum hinterfragt wird und ökonomische Prinzipien wie die persönliche Bereicherung, der Wettbewerb (in Form des Vergleichs), sowie ein Optimierungs-, Verbesserungs-, und / oder Wachstumsstreben zumindest implizit im Appell nach aktiver Veränderung durchaus als erwünscht angesehen werden. Dies verweist darauf, dass die Ökonomisierung der Subjektivität und somit auch Merkmale einer neoliberalen Subjektivität (wie beispielsweise bezogen auf das Unternehmerische Selbst nach Bröckling 2007) bzw. ein „instrumentelles Selbstverständnis“ (Chiapello 2019, zit. nach Röcke 2021) in der Ratgeberliteratur durchaus aufgegriffen werden.

Dabei zeigt die Analyse ergänzend, dass durch die Überhöhung sozial-geteilter Ideale und Wertvorstellungen die Gesellschaft bzw. deren Wirkungen auf das Individuum kritisiert wird, ohne dabei die soziale Ordnung an sich in Frage zu stellen. Exemplarisch herausgearbeitet wurde dies in Bezug auf gesellschaftlichen Wohlstand bzw. Reichtum, hinsichtlich des sozialen Vergleichs, die Institution Ehe und auf die Kurzlebigkeit bzw. fehlende soziale Einbindungen im „Zeitvergleich“.

Zugleich zeigt sich, was auch u.a. Reckwitz (2020) bzw. Duttweiler (2012) bereits thematisierten: die Vorstellung, man könne durch eigenes Handeln seine Umwelt so gestalten, wie es einem beliebt. Jedoch wird in der analysierten Ratgeberliteratur das Versprechen, durch aktive Gestaltung sein Leben zu *verbessern* (d.h. die Umstände zu verändern) spätestens dann untergraben, wenn der Fokus nur mehr auf der *inneren Haltung* liegt. Versprochene Handlungsmacht und Selbstwirksamkeit beziehen sich dann lediglich auf eine positive Umdeutung der Situation. Darauf verweist bereits Bröckling (2007). So betont er, dass Konzepte wie „Empowerment“ im neoliberalen Diskurs vorwiegend darauf abzielen, das *Gefühl* der Machtlosigkeit zu verändern; unter dem Schlagwort *Resilienz* wiederum wird das Subjekt dazu angehalten, sich an als schädlich begriffene Umstände anzupassen (Bröckling 2012).

Die Hinwendung zur *Innerlichkeit* in der Ratgeberliteratur geht einher mit einem starken Fokus auf Emotionalität – auch hinsichtlich einer Ökonomisierung bzw. Instrumentalisierung von Emotionen (wie auch bei Illouz 2018; Han 2014). Die unterstellte Binarität sowie die Idealisierung positiver Emotionalität verweist auf das, was Cabanas und Illouz (2019) sowie Duttweiler (2012) und dem Glücksideal der positiven Psychologie bzw. Ratgeberliteratur verstehen. Mit der gleichzeitigen Unterstellung, Menschen würden danach streben, sich positiv zu fühlen sowie mit der Verbindung von Phänomenen wie Friede und Freiheit mit der subjektiven *Innerlichkeit* wird in den analysierten Ratgebern eine individualisierte „Wohlfühlmentalität“ propagiert.

Dabei kommt zum Ausdruck, was Han (2014) als „Psychopolitik“ beschreibt. Nämlich die positive Verstärkung von sozial erwünschtem Verhalten als „smarte, freundliche Macht“ (S.27), die systemstabilisierend wirkt. Durch die scheinbar positive Ausrichtung der Macht wird Unterwerfung verschleiert und sozialer Empörung mehr oder weniger die Sinnhaftigkeit abgesprochen.

So ist es gerade der systemerhaltende Charakter bzw. der *bewahrende* Appell, welcher der Ratgeberliteratur zugrunde liegt. Dieser drückt sich u.a. dadurch aus, dass die notwendige Veränderung oder das „wahre“ Selbst gekoppelt wird mit neoliberal-kapitalistischen Idealen wie (wirtschaftlichem) Erfolg. Zudem verweisen die geforderte Unabhängigkeit sowie die Selbstkonzentriertheit darauf, dass sozialer Kollektivismus abgelehnt oder zumindest nicht als Ausgangspunkt für Veränderungen kommuniziert wird.

Auch verweist der Appell, die Situation *umzudenken* und vor allem sie *positiv* zu denken – d.h. sie zu akzeptieren – auf eine systemerhaltende Tendenz. Wenn auch diese Anpassung im Widerspruch mit der zugleich geforderten eigenverantwortlichen Gestaltung der Situation steht, so ist sie doch ein Indiz dafür, dass Anpassung an soziale Verhältnisse als erwünscht angesehen wird.

Zudem zeigt die Analyse auf, dass die zentrale Technologie des Selbst die „Innenschau“ bzw. Selbstreflexion ist und dass diese wiederum verbunden wird mit moralischen Ansprüchen sowie mit Nützlichkeit – vorrangig für einen selbst. Foucault (2000) verweist in seiner Auseinandersetzung mit der *Entstehung* des Subjektes darauf, dass ein Regieren nach Kriterien der Zweckrationalität bzw. nach der Logik der Ökonomie charakteristisch für die *Moderne* (in seinem Verständnis ab dem 18. Jhdt.) ist. In Bezugnahme auf den Diskurs rund um neoliberale Subjektivität (Rose 1996; Lemke 2000; Lemke et al. 2000; Bröckling 2007, 2016) lässt sich daraus folgern, dass die Ratgeberliteratur soziale Ordnung durchaus stützen kann, wenn Reflexion rationalisiert, psychologisiert und moralisiert wird. Des weiteren wird der *bewahrende Charakter* zudem durch einen gewissen Konservatismus und „traditionelle“ Werthaltungen unterstrichen.

So lässt sich zusammenfassend festhalten, dass die Ratgeberliteratur durchaus neoliberal-kapitalistische Werte vermittelt. Darüber hinaus kann aufgrund der Zuwendung zum Subjekt bzw. zur *Innerlichkeit* sowie der damit einhergehend zumindest impliziten Erwünschtheit von *Akzeptanz* und Ablehnung von Kollektivismus eine systemstabilisierende Tendenz identifiziert werden.

6 CONCLUSIO

Das Ziel dieser Arbeit war es, zentrale Subjektideale sowie das Verständnis des Subjektes und Techniken des Selbst herauszuarbeiten. Aus der Perspektive der Soziologie kann Ratgeberliteratur durchaus als bereitgestelltes *Regelwerk* verstanden werden. Die Analyse davon ermöglicht es, Aussagen darüber zu treffen, welche Subjektideale vertreten und welche gesellschaftlichen Ideen oder *Ideologien* aufgegriffen werden. Ratgeberliteratur beinhaltet explizit sozio-kulturelle Werthaltungen oder *Weltanschauungen*. Sie vermitteln Vorstellungen oder Annahmen darüber, wie die Subjekte zu sein haben, aber auch, wie sie gedacht werden; d.h. sie (re-)konstruieren *Menschenbilder*. Zugleich versprechen sie, konkrete *Techniken* bereitzustellen, mithilfe derer die Subjekte sich zu ihrem Ideal-Selbst entwickeln können. Sie implizieren, man solle sich verändern, in irgendetwas *besser* oder *stärker* werden (u.a. auch bei Bröckling 2007; Duttweiler 2015; Reckwitz 2020).

In der Analyse wurde sich darum bemüht, eine verbindende theoretische Perspektive (in Anlehnung an Wissenssoziologische Diskursanalyse; Keller 2011) einzunehmen, die ausgehend von der sozialkonstruktivistischen Perspektive nach Berger und Luckmann (2016) das dialektische Verständnis von Subjekt und Gesellschaft mit dem bereitgestellten Subjektverständnis in der Ratgeberliteratur reflektiert. Ergänzt durch die Auseinandersetzungen zu Subjektivität, Macht und Wissen nach und im Anschluss an Foucault, war es in der hier vorliegenden Arbeit zudem möglich, die durch Ratgeberliteratur bereitgestellten Techniken des Selbst sowie die Subjektideale in Verbindung mit gesellschaftlichen Machtstrukturen zu setzen.

Die theoretische Einbettung verweist darauf, dass soziale Umstände, Erwartungen sowie Macht- und Herrschaftsstrukturen die Subjektivität mitbeeinflussen – dass also das Subjekt sowie Subjektivität nicht als losgelöst von der Gesellschaft gedacht werden können. Ratgeberliteratur hingegen fordert gerade diese Autonomie, ohne dabei jedoch soziale Exklusion anzustreben. Dies verweist zum einen auf implizit mitkommunizierte soziale Werte oder Ideale der sozialen Anpassung und zum anderen auch auf ein Subjektverständnis, wonach der oder die Einzelne im Mittelpunkt und losgelöst aller Einflüsse steht oder zu stehen hat.

Die Bücher fordern die Subjekte somit auf, sich von äußeren Einflüssen als unabhängig zu begreifen und sich von ihnen zu lösen. Sie vertreten die Annahme, dass die objektive Situation keinen oder kaum Einfluss auf das Subjekt habe. Darüber hinaus wird dies z.T. auch in umgekehrter Weise begriffen: das Subjekt könne die Umstände nicht beeinflussen – und wenn, dann vorwiegend über die *innere Haltung*, weniger über tatsächliche Handlungen oder gar durch Kollektivismus.

Dies verweist auf eine immanente Widersprüchlichkeit: So verspricht die Ratgeberliteratur, dass die Subjekte ihre Handlungsmacht stärken können, bieten dann jedoch vorwiegend nach innen gerichtete bzw. das Denken und Fühlen adressierende Methoden und Herangehensweisen, um einen Ausweg aus *ungünstigen* oder für das Individuum *unpassenden* Verhältnissen zu finden. So vermitteln die Bücher den Eindruck, man solle sich mit sozialen Ungleichheiten und systemischen Problemen abfinden. Die persönliche Handlungsmacht bezieht sich demnach weniger auf die individuelle Situation als vielmehr auf die eigene und als gestaltbar begriffene Definition davon. Selbstermächtigung wird zelebriert und zugleich auf das „Innenleben“ reduziert. Ratgeberliteratur idealisiert soziale Anpassung, fordert aber gleichzeitig auch, sich von *äußeren* Umständen *freizumachen*.

Dabei zeigt die Auseinandersetzung, dass die vermittelten Subjektvorstellungen sowie die Ideale nicht im Widerspruch zu kapitalistisch-neoliberalen *Subjektmodellen* (Reckwitz 2020) stehen. Allen voran wird auf Eigenverantwortung und Aktivität gesetzt. Darüber hinaus ließen sich ökonomische Rationalitäten bezogen auf Emotionalität, soziale Beziehungen sowie die Beziehung, welche das Subjekt zu sich selbst hat oder haben soll, identifizieren. Neben dieser Instrumentalisierung des Selbst und des Sozialen verweist die Analyse zudem auf eine Idealisierung von *Egoismus*. Dies wird allerdings verschleiert durch *zwanghafte* Positivität – so wird in der Ratgeberliteratur sozial *schädliches* Handeln nicht als eine Möglichkeit von Eigennutzen gesehen. Diese propagierte Selbstfixation sowie die als erwünscht vermittelte „Wohlfühlmentalität“ verweist darauf, dass sozialer Empörung die Nützlichkeit oder Notwendigkeit abgesprochen wird und Kollektivismus zumindest implizit abgelehnt wird.

Zusammengenommen verweisen die Ablehnung des sozialen Zusammenschlusses sowie der Fokus auf die *innere* Veränderung darauf, dass Ratgeberliteratur gegenüber und innerhalb des neoliberal-kapitalistischen Systems eine *bewahrende* Funktion einnehmen (können). Dies wird verdeutlicht, wenn Individualität mit neoliberalen Werten (wie wirtschaftlicher Erfolg) in Verbindung gebracht wird, oder wenn Authentizität mit einer *gelungenen Darstellung* nach Außen und somit einer Passung des *wahren Selbst* und sozialen Werten zumindest implizit angenommen wird.

Darüber hinaus konnte die hier durchgeführte Analyse – wenn auch exemplarisch – aufzeigen, dass stereotype Geschlechtervorstellungen sowie nostalgische Rückbezüge zu traditionellen sozialen Einbindungen identifiziert werden können. Dies verweist darauf, dass das neoliberale Ideal der Selbstverantwortung und der ständigen Veränderung nicht im Widerspruch zu einem bewahrenden, konservativen Denken begriffen wird. Daran anschließend gilt es – v.a. aus einer

sozialkritischen Perspektive – weitere Forschungen zu betreiben, welche sich mit Subjektidealen, vermittelten stereotypen Vorstellungen aber auch mit deren Wirkung auseinandersetzen. Wenn auch aus der durchgeführten Analyse nicht darauf geschlossen werden kann, wie diese Subjektideale und die angebotenen Techniken des Selbst auf das Individuum und seine Alltagspraxen wirken, so gilt doch nochmals zu betonen, dass Ratgeberbücher explizit soziale Erwartungen vermitteln und dadurch zu einem gewissen Grad auch reproduzieren. Abschließend gilt zu resümieren, dass die hier gewonnenen Erkenntnisse darauf deuten, dass ihr durchaus ein systemstabilisierender Faktor zugeschrieben werden kann. So wird ein Subjektideal propagiert, welches sich mit dem neoliberalen System und all seinen immanenten Ungleichheiten nicht *lediglich* arrangiert, sondern darüber hinaus damit auch *glücklich* ist. Das Subjekt soll sich seiner Gefühle und seiner Innenwelt ermächtigen.

6.1 Limitationen und Ausblick

Die Limitation der Arbeit liegt vor allem darin, dass wenige neue Erkenntnisse generiert werden konnten. Vielmehr zeigt sich, dass die soziologische Auseinandersetzung rund um neoliberale Subjektivierungsmodelle (u.a. bei Rose 1996; Lemke et al. 2000; Bröckling 2007; Cabanas und Illouz 2019) bereits sehr weitreichend die charakteristischen Merkmale zeitgenössischer Subjektadressierungen und -vorstellungen, welche u.a. auch in der Ratgeberliteratur vermittelt werden, aufbereiten konnte.

Des Weiteren ist es als eine Schwäche der hier unternommenen Analyse zu sehen, dass sie lediglich die Seite des Diskurses thematisiert und somit keine Aussagen über die Wirkung dessen in der Alltags- und Lebenswelt der Lesenden zulässig sind. Dies ist zugleich auch ein zentraler Kritikpunkt an der Subjektivierungsforschung (u.a. bei Bührmann 2005; Heimerdinger 2012). Die vielen neuen Forschungen in diesem Bereich, die sich gerade um diese Verbindung bemühen, gilt es diesbezüglich allerdings hervorzuheben (Geimer et al. 2019). Zudem wurden bereits neue theoretische Ansätze und methodische Zugänge entwickelt, wie beispielsweise die „Interpretative Subjektivierungsanalyse“ (Bosančić 2019).

Gewinnbringend für zukünftige Forschungsprojekte wären hier weitere methodische Kombinationen, welche den Fokus darauflegen, Alltagspraxen und Interaktionen in ihrer „Natürlichkeit“ zu erfassen oder auch gezielt Irritationen hervorgerufen, um implizite und den Menschen meist unbewusste Verhaltensregeln und Deutungsschemata zu erheben. Methodische Ausrichtungen könnten sich beispielsweise an der Ethnomethodologie nach Garfinkel (1984) oder der daran anknüpfenden Konversationsanalyse (Bergmann 2010) orientieren.

Eine nach meinem Wissen identifizierte Forschungslücke zeigt sich vor allem hinsichtlich Ratgeberliteratur, welche sich explizit darum bemüht, soziale Verhältnisse zu kritisieren. Hier zu nennen wären beispielsweise feministische Bücher wie „Radikale Selbstfürsorge“²³ oder "Wir sind doch alle längst gleichberechtigt!"²⁴ mit dem Untertitel: „25 Bullshitsätze und wie wir sie endlich zerlegen. Eine wütende Abrechnung mit dem Patriarchat, die jede Frau lesen sollte“. Hierbei wäre es gewinnbringend zu analysieren, welche Subjektvorstellungen, -ideale oder Legitimierungsmechanismen vermittelt werden und in welchem Verhältnis diese zu soziologischen Subjektvorstellungen stehen.

Zudem wird sowohl in dieser Arbeit als auch in der Subjektivierungsforschung meines Wissens wenig darauf eingegangen, wie traditionelle gesellschaftliche Werte oder Stereotypisierungen in der Ratgeberliteratur konkret behandelt werden. Eine Analyse aus feministischer oder intersektionaler (Degele und Winkler 2011) Perspektive wäre eine relevante Anschlussmöglichkeit an die bisherige Forschung.

Des Weiteren wäre es denkbar, aus der hier gewählten theoretischen und methodologischen Perspektive heraus, die Adressierung der Zielgruppe zu analysieren bzw. Fragen danach zu klären, welche Vorstellungen sozio-ökonomischer Hegemonie in der Ratgeberliteratur vertreten werden. Die hier unternommene Analyse verwies am Rande – in einer Fußnote – darauf, dass Personen mit wenig materiellem Besitz implizit ausgeklammert werden. Inwiefern sich eine Ignoranz *unterer* sozio-ökonomischer Klassen in den Büchern tatsächlich bemerkbar macht, wäre in weiterer Forschung zu klären.

Eine weitere Limitation der Arbeit liegt in der Auswahl und Anzahl der Bücher. Sie ermöglicht zwar, über verschiedene Ausrichtungen (Psychologie, Spiritualität, Coaching, *Influencerin*) hinweg Gemeinsamkeiten aufzuzeigen, lässt jedoch eine Kritik an der Anzahl zu. Da trotz dessen eine theoretische Sättigung zumindest bei den zentralen Themen der Forschungsfragen erreicht werden konnte, ist es fraglich, welchen Mehrwert das Einbeziehen weiterer Ratgeberliteratur gebracht hätte. Diesbezüglich muss zudem darauf verwiesen werden, dass der Fokus auf der interpretativen Feinanalyse lag und weniger darauf, möglichst viele und umfassende Erkenntnisse zu generieren.

Damit in Verbindung stehend muss auf eine weitere Schwäche hingewiesen werden. Die interpretative Analyse wurde als *Einzelarbeit* durchgeführt. Interpretationsgruppen wären durchaus wertvoll gewesen, um zu prüfen, inwiefern die eigene Haltung die Analyse beeinflusst hat.

²³Gräfen, Svenja (2021), Eden Books

²⁴Zygunov, Alexandra (2022), Ullstein Taschenbuch Verlag

6.2 Abschlussbemerkung

Es lag nicht im Themenfeld dieser Arbeit, die Inhalte der Ratgeberliteratur hinsichtlich ihrer *Richtigkeit* zu überprüfen und großartige Kritik daran zu üben. Vielmehr wurde sich darum bemüht, interpretativ und beschreibend die Thematik zu fassen. Trotz allem, scheint es angebracht, mit einer Kritik am neoliberal-kapitalistischen System und seiner Produktionslogik zu enden. Dies nicht zuletzt aufgrund seiner immanenten *Krisenhaftigkeit im Normalbetrieb* (Lesenich 2014, S.14) und der systemischen Reproduktion sozialer Ungleichheiten. Wie Burawoy (2015) schreibt: „Allzu oft haben Markt und Staat gemeinsam gegen die Menschlichkeit verstoßen, durch das, was allgemein als Neoliberalismus bekannt ist“ (ebd. S.55).

Eine kritische Auseinandersetzung mit der Ratgeberliteratur und darin enthaltenen Konzepten darf allerdings nicht gleichgesetzt werden mit der Meinung, sie seien nicht nützlich und sollten verworfen werden. Aus der Sicht der Pädagogik, Therapie oder Sozialarbeit kann es durchaus verständlich und sinnvoll sein, die Stärken der Individuen anzusprechen und auszubauen. Die Problematik – und genau daran schließt diese Kritik an – ist vielmehr, dass psychologische Konzepte der *Selbstführung*, *Selbstoptimierung* und *Selbstadaption* im gesellschaftlichen Diskurs und im Rahmen einer neoliberal strukturierten Marktwirtschaft zu einer allgemeinen Verhaltensnorm werden. Dadurch wird das Beheben von sozialen Missständen und Ungleichheiten ignoriert oder zumindest zweitrangig. Von einer Pädagogin kann nicht gefordert werden, dass sie die schlechten Einkommensverhältnisse oder psycho-soziale Problematiken der Eltern verändert. Ihr Handlungsspielraum beschränkt sich auf die Arbeit mit den Kindern und Jugendlichen und in eben diesem Rahmen ist es vermutlich hilfreich, Konzepte der positiven Psychologie oder ähnliches anzuwenden. Aus der Sicht der (Sozial-)Politik hingegen ist es verheerend, wenn die Vorstellung dominiert, jede*r hat sich an die gesellschaftlichen Umstände so anzupassen, dass sie oder er in eben diesem Rahmen ein *bestmögliches Selbst* entwickelt. Wie so oft ist es eine Frage der Perspektive.

Die soziologische Relevanz der Auseinandersetzung mit der Thematik lässt sich somit vorwiegend daraus begründen, dass Subjektideale und bereitgestellte Techniken des Selbst dazu beitragen können, die soziale Ordnung mit all ihren Ungleichheiten zu stabilisieren. Ohne der Ratgeberliteratur zu *viel* an Einfluss auf die Identitätskonstruktion bzw. auf die *Subjektivierung* zuzusprechen, so lässt sich doch beobachten, dass gängige Subjektideale des Diskurses rund um (positive) Persönlichkeitsentwicklung wie die Idealisierung von Selbstständigkeit und (sozialer) Unabhängigkeit in diverse gesellschaftliche Sphären eindringen. Die, gerade durch die

Maßnahmen der COVID-19-Pandemie²⁵ (Lockdowns, usw.), verstärkte Möglichkeit zu digitalem, ortsungebundenem Arbeiten („Homeoffice“) geht teils einher mit Forderungen nach mehr *Selbstführung* und -kontrolle (Carstensen et al. 2022; Pretterhofer et al. 2022, S.43ff); der österreichische Bundeskanzler Karl Nehammer vermittelt in seiner „Rede zur Zukunft der Nation“, Teilzeitarbeit oder Arbeitslosigkeit wären individuelle Entscheidungen und nicht strukturell bedingt (Strobl 2023). Nicht zuletzt verweisen diverse Postings, Blog- und Videobeiträge in *Sozialen Medien* auf eine gewisse *Hochkonjunktur* einer *do-it-yourself*-Mentalität.

Inwiefern es die Aufgabe der Soziologie ist oder sein soll, im öffentlichen Diskurs eine vermittelnde, gestaltende und teils auch korrigierende Rolle einzunehmen, ist wie so meist in dieser Disziplin, vielfach diskutiert. Diesem Verständnis bejahend gegenüberstehend entwickelten sich beispielsweise die „öffentliche Soziologie“ (Burawoy 2015) oder auch der „public intellectual“ (Gattone 2012). Zu nennen wäre auch das Programm der „emanzipatorischen Sozialwissenschaften“ nach Wright (2017), deren doch sehr anspruchsvolle Aufgabe es sein soll, *reale Utopien* zu entwerfen.

Aus der Tradition der Kritischen Theorie kommend begreift Steinert (2007) darüberhinausgehend die Kritik der sozialwissenschaftlichen Theorie als ihr wichtigstes Kriterium. Sie erhalte dadurch erst ihre Gültigkeit, da sie ansonsten zur reinen Ordnungstheorie werde und sich der kapitalistischen Produktionslogik unterwerfe (2007, S.383f). Nach ihm ist Kritik an sozialen Verhältnissen keine mögliche Option, sondern die Grundvoraussetzung der Disziplin. Anlehnend an die pragmatisch orientierte „Soziologie der Kritik“ nach Boltanski betont Lessenich (2014): „Eine kritische Soziologie der Gesellschaft muss eine Gesellschaftskritik sein, die auch die gesellschaftlich kritisierenden zur Rechenschaft zieht.“ (ebd., S.20).

Es ließe sich noch mehr darüber schreiben, welche Rolle gesellschaftliche Kritik in der Soziologie einnimmt; dies war und ist allerdings nicht das Thema dieser Arbeit. Vielmehr dient mir diese Abschlussbemerkung dazu, dem Prinzip der Offenheit in der qualitativen Sozialforschung gerecht zu werden. Wenn auch die Motivation für diese Arbeit in erster Linie daher rührt, dass sie mir den angestrebten akademischen Grad verleiht, so ist sie doch auch Ausdruck dessen, was mich seit meinen Anfängen im Soziologiestudium begleitet. Da ich es selbst nicht besser auf den Punkt bringen kann, soll ein treffendes Zitat die letzte Wortmeldung an dieser Stelle sein: „Dafür sind sie Soziologinnen und Soziologen geworden, nicht des Geldes wegen, sondern um einer besseren Welt willen“ (Burawoy, 2015, S.91).

²⁵ Am 16.03.2020 wurde in Österreich der erste Lockdown im Zuge der COVID-19-Pandemie verkündet. Eine chronologische Auflistung der Maßnahmen findet sich u.a. unter: <https://global-monitoring.com/gm/page/events/epidemic-0001936.0ljkFJuEFBIL.html?lang=de>

7 LITERATURVERZEICHNIS

- Abbenhardt, Lisa. 2019. Zwischen „Hartz IV“ und „Unternehmertum“ (Selbst-)Positionierungen von Existenzgründer*innen in der Grundsicherung. In *Subjekt und Subjektivierung Empirische und theoretische Perspektiven auf Subjektivierungsprozesse*, Hrsg. Alexander Geimer, Steffen Amling und Saša Bosančić, 191–214. Wiesbaden: Springer.
- Adorno, Theodor W., und Max Horkheimer. 2000. *Dialektik der Aufklärung*. Frankfurt am Main: Fischer.
- Aghamiri, Kathrin, und Rebekka Streck. 2016. Von der Arbeit am Begriff – Die Bedeutung des Suchens, Findens und Bearbeitens von kategorialen Begriffen in der Grounded Theory. In *Handbuch Grounded Theory. Von der Methodologie zur Forschungspraxis*, Hrsg. Claudia Equit und Christoph Hohage, 201–216. Weinheim und Basel: Beltz Juventa.
- Bauman, Zygmunt. 2007. Mach’ doch was du willst! - oder: Individualität als Fetisch. In *Leben in der flüchtigen Moderne*, 109–144. Frankfurt am Main: Suhrkamp.
- Beck, Ulrich. 1986. Individualisierung, Institutionalisierung und Standardisierung von Lebenslagen und Biographiemustern. In *Risikogesellschaft. Auf dem Weg in eine andere Moderne*, S.205-220. Frankfurt am Main: Suhrkamp.
- Beck, Ulrich, und Elisabeth Beck-Gernsheim. 1994. Individualisierung in modernen Gesellschaften - Perspektiven und Kontroversen einer subjektorientierten Soziologie. In *Risikante Freiheiten. Individualisierung in modernen Gesellschaften*, 10–42. Frankfurt am Main: Suhrkamp.
- Berger, Peter L. 2011. *Einladung zur Soziologie. Eine humanistische Perspektive*. Hrsg. Michaela Pfadenhauer und Bernt Schnettler. Konstanz / München: UVK Verlagsgesellschaft mbH.
- Berger, Peter L., und Thomas Luckmann. 2016. *Die gesellschaftliche Konstruktion der Wirklichkeit*. 26. Auflage. Frankfurt am Main: Fischer.
- Bergmann, Jörg R. 2010. Konversationsanalyse. In *Qualitative Forschung. Ein Handbuch*, Hrsg. Uwe Flick, Ernst von Kardorff und Ines Steinke, 525–537. Hamburg: Rowohlt.
- Blumer, Herbert. 1973. Der Methodologische Standort des Symbolischen Interaktionismus. In *Alltagswissen, Interaktion und gesellschaftliche Wirklichkeit, Symbolischer Interaktionismus und Ethnomethodologie*, Hrsg. Arbeitsgruppe Bielefelder Soziologen, 80–146. Hamburg: Rowohlt.

- Boltanski, Luc. 2007. Leben als Projekt. Prekarität in der schönen neuen Netzwerkwelt. Polar #2 Ökonomisierung, http://www.polar-zeitschrift.de/polar_02.php?id=69. Zugriffen: 10. Februar 2022.
- Boltanski, Luc, und Ève Chiapello. 2006. *Der neue Geist des Kapitalismus*. Konstanz: UVK Verlagsgesellschaft mbH.
- Boltanski, Luc, und Arnaud Esquerre. 2015. Grappling with the Economy of Enrichment. *Valuation Studies* 3: S.75-83.
- Bonß, Wolfgang et al. 2020. *Handlungstheorie*. 2. Auflage. Bielefeld: transcript Verlag.
- Bosančić, Saša. 2019. Die Forschungsperspektive der Interpretativen Subjektivierungsanalyse. In *Subjekt und Subjektivierung Empirische und theoretische Perspektiven auf Subjektivierungsprozesse*, Hrsg. Alexander Geimer, Steffen Amling und Saša Bosančić, 43–64. Wiesbaden: Springer.
- Bosančić, Saša, Lisa Pfahl, und Boris Traue. 2019. Empirische Subjektivierungsanalyse: Entwicklung des Forschungsfeldes und methodische Maximen der Subjektivierungsforschung. In *Diskursive Konstruktionen Kritik, Materialität und Subjektivierung in der wissenssoziologischen Diskursforschung, Theorie und Praxis der Diskursforschung*, Hrsg. Saša Bosančić und Reiner Keller, S.135-150. Wiesbaden: Springer.
- Bourdieu, Pierre. 2016. *Die feinen Unterschiede. Kritik der gesellschaftlichen Urteilskraft*. 25. Auflage. Frankfurt am Main: Suhrkamp.
- Bröckling, Ulrich. 2000. Totale Mobilmachung. Menschenführung im Qualitäts- und Selbstmanagement. In *Gouvernementalität der Gegenwart. Studien zur Ökonomisierung des Sozialen*, Hrsg. Ulrich Bröckling, Susanne Krasmann und Thomas Lemke, 131–167. Frankfurt am Main: Suhrkamp taschenbuch wissenschaft.
- Bröckling, Ulrich. 2007. *Das unternehmerische Selbst. Soziologie einer Subjektivierungsform*. Frankfurt am Main: Suhrkamp.
- Bröckling, Ulrich. 2012. Gut angepasst? Belastbar? Widerstandsfähig? Resilienz und Geschlecht. *Freiburger Zeitschrift für Geschlechterstudien* 19: 1–19.
- Bröckling, Ulrich. 2016. Vermarktlichung, Entgrenzung, Subjektivierung. Die Arbeit des unternehmerischen Selbst. In *Semantiken von Arbeit: Diachrone und vergleichende Perspektiven*, Hrsg. Leonhard Jörn und Willibald Steinmetz, 371–390. Köln Weimar Wien: Böhlau Verlag.
- Bröckling, Ulrich. 2020. Optimierung, Preparedness, Priorisierung. Soziologische Bemerkungen zu drei Schlüsselbegriffen der Gegenwart. *Soziopolis. Gesellschaft beobachten*

- <https://www.soziopolis.de/optimierung-preparedness-priorisierung.html>. Zugriffen: 2. Oktober 2022.
- Bührmann, Andrea D. 2005. Das Auftauchen des unternehmerischen Selbst und seine gegenwärtige Hegemonialität. Einige grundlegende Anmerkungen zur Analyse des (Trans-) Formierungsgeschehens moderner Subjektivierungsweisen. *Forum Qualitative Sozialforschung* 6: 16.
- Burawoy, Michael. 2015. Für eine öffentliche Soziologie. In *Public Sociology: öffentliche Soziologie gegen Marktfundamentalismus und globale Ungleichheit.*, Hrsg. Michael Burawoy, Brigitte Aulenbacher, Klaus Dörre, Hans-Jürgen Urban und Regine Othmer, S.50-92. Weinheim: Beltz Juventa.
- Cabanas, Edgar, und Eva Illouz. 2019. *Das Glücksdiktat und wie es unser Leben beherrscht*. 1. Auflage. Berlin: Suhrkamp.
- Carstensen, Tanja, Christoph Krause, Ingo Matuschek, Frank Kleemann, und Sandra Mierich. 2022. Entgrenzte Flexibilität im Homeoffice. Neuordnungen der alltäglichen Arbeitspraxis, der Geschlechterarrangements und der Betriebsratsarbeit in der Corona-Krise. *ARBEIT* 31: S.195-213.
- Charmaz, Kathy. 2014. *Constructing Grounded Theory*. 2nd Edition. London: SAGE.
- Degele, Nina, und Gabriele Winkler. 2011. Intersektionalität als Beitrag zu einer gesellschaftstheoretisch informierten Ungleichheitsforschung. *Berliner Journal für Soziologie* 21: S.69-90.
- Duttweiler, Stefanie. 2012. Glück ist machbar... vorausgesetzt Du änderst Dich! *BdWi - Bund demokratischer Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler*. <https://www.bdwi.de/forum/archiv/uebersicht/5670882.html>. Zugriffen: 10. Dezember 2022.
- Duttweiler, Stefanie. 2015. Glück durch dich Selbst. Subjektivierungsformen in der Ratgeberliteratur der 1920er–1940er Jahre. In *Guter Rat - Glück Und Erfolg in der Ratgeberliteratur 1900-1940*, Hrsg. Stephanie Kleiner und Robert Suter. Berlin: Neofelis Verlag.
- Elias, Norbert. 1976. *Über den Prozess der Zivilisation. Soziogenetische und psychogenetische Untersuchungen*. Frankfurt am Main: Suhrkamp.
- von Felden, Heide. 2020. Selbstoptimierung als gesellschaftlicher Zwang zum Selbstzwang. In *Selbstoptimierung und Ambivalenz Gesellschaftliche Appelle und ambivalente Rezeptionen*, Bd. 31, *Lernweltforschung*, 3–16. Wiesbaden: Springer.
- Foucault, Michel. 1993a. About the Beginning of the Hermeneutics of the Self: Two Lectures at Dartmouth. *Political Theory* 21: 198–227.

- Foucault, Michel. 1993b. Die politische Technologie der Individuen. In *Technologie des Selbst*, Hrsg. Luther H. Martin, Huck Gutman und Patrick H. Hutton, 168–187. Frankfurt am Main: Fischer.
- Foucault, Michel. 1993c. Technologien des Selbst. In *Technologien des Selbst*, Hrsg. Luther H. Martin, Huck Gutman und Patrick H. Hutton, 24–62. Frankfurt am Main: Fischer.
- Foucault, Michel. 1993d. Wahrheit, Macht, Selbst. Ein Gespräch zwischen Rux Martin und Michel Foucault (25. Oktober 1982). In *Technologien des Selbst*, Hrsg. Luther H. Martin, Huck Gutman und Patrick H. Hutton, 15–23. Frankfurt am Main: Fischer.
- Foucault, Michel. 2000. Die Gouvernementalität. In *Gouvernementalität der Gegenwart. Studien zur Ökonomisierung des Sozialen*, Hrsg. Ulrich Bröckling, Susanne Krasmann und Thomas Lemke, 41–67. Frankfurt am Main: Suhrkamp taschenbuch wissenschaft.
- Froschauer, Ulrike, und Manfred Lueger. 2009. *Interpretative Sozialforschung. Der Prozess*. 1. Auflage. Wien: Facultas.
- Garfinkel, Harold. 1984. *Studies in Ethnomethodology*. Cambridge: Polity Press.
- Gattone, Charles F. 2012. The Social Scientist as Public Intellectual in an Age of Mass Media. *International Journal of Politics* 25: S.175-186.
- Geimer, Alexander, und Daniel Burghardt. 2019. Die Mediatisierung von Subjektivierungsprozessen. Geschlechternormen im Kontext der Subjektnorm des disziplinierten Selbst in YouTube-Videos und mimetische Praktiken der Subjektivierung. In *Subjekt und Subjektivierung Empirische und theoretische Perspektiven auf Subjektivierungsprozesse*, Hrsg. Alexander Geimer, Steffen Amling und Saša Bosančić, 235–258. Wiesbaden: Springer.
- Geimer, Alexander, Steffen Amling, und Saša Bosančić. 2019. *Subjekt und Subjektivierung Empirische und theoretische Perspektiven auf Subjektivierungsprozesse*. Wiesbaden: Springer.
- Glauser, Laura. 2016. *Das Projekt des unternehmerischen Selbst. Eine Feldforschung in der Coachingzone*. Bielefeld: transcript Verlag.
- Goffman, Ervin. 2011. *Wir alle spielen Theater. Die Selbstdarstellung im Alltag*. 10. Auflage. München: Piper Verlag.
- Gutman, Huck. 1993. Rousseaus Bekenntnisse: eine Selbsttechnik. In *Technologien des Selbst*, Hrsg. Luther H. Martin, Huck Gutman und Patrick H. Hutton, 118–143. Frankfurt am Main: Fischer.
- Han, Byung-Chul. 2014. *Psychopolitik. Neoliberalismus und die neuen Machttechniken*. 2. Auflage. Frankfurt am Main: Fischer.

- Harderin, Friedericke, und Greta Wagner. 2018. Vom überforderten zum achtsamen Selbst? Zum Wandel von Subjektivität in der digitalen Arbeitswelt. In *Das überforderte Subjekt. Zeitdiagnosen einer beschleunigten Gesellschaft*, Hrsg. Thomas Fuch, Lukas Iwer und Stefano Micali, 258–278. Berlin: Suhrkamp.
- Heimerdinger, Timo. 2012. Wem nützen Ratgeber? Zur alltagskulturellen Dimension einer populären Buchgattung Hrsg. David Oels und Michael Schikoswski. *Non Fiktion. Arsenal der anderen Gattungen* 7: 37–48.
- Hutton, Patrick H. 1993. Foucault, Freud und die Technologien des Selbst. In *Technologien des Selbst*, Hrsg. Luther H. Martin, Huck Gutman und Patrick H. Hutton, 144–167. Frankfurt am Main: Fischer.
- Illouz, Eva. 2018. *Emotions as Commodities. Capitalism, Consumption and Authenticity*. London / New York: Routledge.
- Kahlert, Heike. 2009. Verbindungstheorien. In *Soziologische Theorien*, Hrsg. Lars Gertenbach, Heike Kahlert, Stefan Kaufmann, Hartmut Rosa und Christine Weinbach, 255–308. Paderborn: Wilhelm Fink GmbH & Co. Verlags-KG.
- Keller, Reiner. 2011. *Diskursforschung. Eine Einführung für SozialwissenschaftlerInnen*. 4. Auflage. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.
- Keller, Reiner, Werner Schneider, und Willy Viehöver. 2012. Theorie und Empirie der Subjektivierung in der Diskursforschung. In *Diskurs – Macht – Subjekt. Theorie und Empirie von Subjektivierung in der Diskursforschung*, 7–20. Wiesbaden: Springer.
- Lemke, Thomas. 2000. Neoliberalismus, Staat und Selbsttechnologien. Ein kritischer überblick über die governmentality studies. *Politische Vierteljahresschrift* 41: S.31-47.
- Lemke, Thomas. 2007. Max Weber, Norbert Elias und Michel Foucault über Macht und Subjektivierung. In *Gouvernementalität und Biopolitik*, 23–45. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.
- Lemke, Thomas, Susanne Krasmann, und Ulrich Bröckling. 2000. Gouvernementalität, Neoliberalismus und Selbsttechnologien. Eine Einleitung. In *Gouvernementalität der Gegenwart. Studien zur Ökonomisierung des Sozialen*, 7–40. Frankfurt am Main: Suhrkamp taschenbuch wissenschaft.
- Lessenich, Stephan. 2014. Soziologie – Krise – Kritik. Zu einer kritischen Soziologie der Kritik. *Soziologie* 43: 7–24.
- Mau, Steffen. 2018. Das Ungleichheitsregime der Quantifizierung. In *Das metrische Wir. Über die Quantifizierung des Sozialen.*, 257–286. Berlin: Suhrkamp.

- Mau, Steffen. 2019. The Quantified Self: Charts and Graphs. In *The metric society: on the quantification of the social*, 99–110. Cambridge: Polity Press.
- Münnich, Sascha. 2021. Luc Boltanski und Eve Chiapello: Der Neue Geist des Kapitalismus. In *Schlüsselwerke der Wirtschaftssoziologie*, Hrsg. Klaus Kraemer und Florian Brugger, S.431-438. Wiesbaden: Springer.
- Osswald-Rinner, Iris. 2011. *Oversexed and underfucked. Über die gesellschaftliche Konstruktion der Lust*. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.
- Peeters, Wim. 2015. Selbsthilfe „durch die Macht des Beispiels“. Der Weg zum Erfolg durch eigene Kraft von Hugo Schramm-Macdonald. In *Guter Rat - Glück Und Erfolg in der Ratgeberliteratur 1900-1940*, Hrsg. Stephanie Kleiner und Robert Suter. Berlin: Neofelis Verlag.
- Pretterhofer, Nicolas, Daniela Hosner, Ronja Nikolatti, und Barbara Willsberger. 2022. *Offensive für neue Arbeit durch Digitalisierung in der österreich-ungarischen Grenzregion. Endbericht. Ergebnisse aus quantitativer- und qualitativer Erhebung*. Wien: L&R Sozialforschung.
- Prinz, Sophia, und Ulf Wuggenig. 2007. Das unternehmerische Selbst? Zur Realpolitik der Humankapitalproduktion. In *Michel Foucaults »Geschichte der Gouvernementalität« in den Sozialwissenschaften, Sozialtheorie*, Hrsg. Susanne Krasmann und Michael Volkmer, 239–265. Bielefeld: transcript Verlag.
- Reckwitz, Andreas. 2017. *Die Gesellschaft der Singularitäten. Zum Strukturwandel der Moderne*. Berlin: Suhrkamp.
- Reckwitz, Andreas. 2020. *Das hybride Subjekt : Eine Theorie der Subjektkulturen von der bürgerlichen Moderne zur Postmoderne*. Berlin: Suhrkamp.
- Reichertz, Jo. 2010. Abduktion, Deduktion und Induktion in der qualitativen Forschung. In *Qualitative Forschung. Ein Handbuch*, Hrsg. Uwe Flick, Ernst von Kardorff und Ines Steinke, 276–285. Hamburg: Rowohlt.
- Resch, Christine, und Heinz Steinert. 2011. *Kapitalismus: Porträt einer Produktionsweise*. 2. Auflage. Münster: Westfälisches Dampfboot.
- Röcke, Anja. 2021. *Soziologie der Selbstoptimierung*. 1. Auflage. Berlin: Suhrkamp taschenbuch wissenschaft.
- Rosa, Hartmut, und Lars Gertenbach. 2009. Kritische Theorie. In *Soziologische Theorien*, Hrsg. Lars Gertenbach, Heike Kahlert, Stefan Kaufmann, Hartmut Rosa und Christine Weinbach, S.175-254. Paderborn: Wilhelm Fink GmbH & Co. Verlags-KG.

- Rose, Nikolas. 1996. Governing enterprising individuals. In *Inventing our selves*, 8–27. Cambridge: Cambridge University Press.
- Rose, Nikolas. 2000. Tod des Sozialen? Eine Neubestimmung der Grenzen des Regierens. In *Gouvernementalität der Gegenwart. Studien zur Ökonomisierung des Sozialen*, Hrsg. Ulrich Bröckling, Susanne Krasmann und Thomas Lemke, 72–130. Frankfurt am Main: Suhrkamp taschenbuch wissenschaft.
- Rosenthal, Gabriele. 2015. *Interpretative Sozialforschung. Eine Einführung*. 5. Auflage. Weinheim / München: Juventa Verlag.
- Schroer, Markus. 2010. Kulturosoziologie. In *Handbuch spezieller Soziologien*, Hrsg. Georg Kneer und Markus Schroer, 197–220. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.
- Schütz, Alfred. 2002. Der Fremde. Ein sozialpsychologischer Versuch. In *Der Fremde als sozialer Typus Klassische soziologische Texte zu einem aktuellen Phänomen*, Hrsg. Peter-Ulrich Merz-Benz und Gerhard Wagner, 73–92. Konstanz: UVK Verlagsgesellschaft mbH.
- Schütz, Alfred. 2004. Erster Abschnitt. Einleitende Untersuchungen. In *Der sinnhafte Aufbau der sozialen Welt. Eine Einleitung in die verstehende Soziologie*, Alfred Schütz Werkausgabe, Hrsg. Martin Endreß und Joachim Renn, 83–137. Konstanz: UVK Verlagsgesellschaft mbH.
- Sennett, Richard. 2010. *Der flexible Mensch. Die Kultur des neuen Kapitalismus*. 7. Auflage. Berlin: BvT Berliner Taschenbuch Verlag.
- Simmel, Georg. 1930. *Philosophie des Geldes*. 5. Auflage. München und Leipzig: Duncker & Humblot.
- Steinert, Heinz. 2007. Die Widerständigkeit der Theorie. *Soziologie* 36: 382–395.
- Steinert, Heinz. 2008. *Kulturindustrie*. 3. Auflage. Münster: Westfälisches Dampfboot.
- Steinert, Heinz. 2010. *Max Webres unwiderlegbare Fehlkonstruktionen. Die protestantische Ethik und der Geist des Kapitalismus*. Frankfurt am Main: Campus Verlag GmbH.
- Strobl, Natascha. 2023. *moment.at*. <https://www.moment.at/story/was-karl-nehammer-eigentlich-sagt-wenn-er-work-und-life-gegeneinander-ausspielt>.
- Strübing, Jörg. 2014. *Grounded Theory. Zur sozialtheoretischen und epistemologischen Fundierung des Verfahrens der empirisch begründeten Theorienbildung*. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.
- Weinbach, Christine. 2009. Soziologische Systemtheorie. In *Soziologische Theorien*, Hrsg. Lars Gertenbach, Heike Kahlert, Stefan Kaufmann, Hartmut Rosa und Christine Weinbach, S.89-174. Paderborn: Wilhelm Fink GmbH & Co. Verlags-KG.

Wright, Eric Olin. 2017. Die Aufgabe emanzipatorischer Sozialwissenschaften. In *Reale Utopien. Wege aus dem Kapitalismus*, Hrsg. ebd., 50–74. Berlin: Suhrkamp.

8 ABSTRACT

Ratgeberliteratur kann als relevantes Analysematerial für die soziologische Forschung verstanden werden. So beinhaltet sie Subjektvorstellungen und -ideale, Weltanschauungen, Ideen oder Ideologien, sozio-kulturelle Regelwerke und gesellschaftliche Normen, die es allesamt erlauben, Rückschlüsse auf einen sozial geführten Diskurs zu ziehen.

Im Rahmen meiner Masterarbeit wurden Ratgeberbücher zu Themen rund um Persönlichkeitsentwicklung diskursanalytisch entlang darin enthaltener Subjektideale und Techniken des Selbst (Foucault 1993) untersucht und in den Kontext des Diskurses zu neoliberaler Subjektivität eingebettet. Dabei wurde eine verbindende theoretische Perspektive eingenommen, die sich sowohl am dialektischen Verständnis von Subjekt und Gesellschaft nach Berger und Luckmann (2016) orientiert, als auch die Auseinandersetzungen zu Subjektivität, Macht und Wissen nach und im Anschluss an Foucault miteinbezieht.

Die Analyse zeigt auf, dass in der Ratgeberliteratur ein sich selbstermächtigendes Subjekt als erwünscht vermittelt wird, was sich jedoch darauf reduziert, *Macht* über die eigenen Gedanken und Gefühle zu erlangen. Zudem kann ihr ein systemstabilisierender Einfluss zugeschrieben werden, wobei das Subjekt sich mit dem neoliberalen System und all seinen immanenten Ungleichheiten nicht lediglich arrangieren, sondern darüber hinaus damit *glücklich* sein soll.

Advice literature can be understood as relevant analytical material for sociological research. It contains subject ideals, world views, ideas or ideologies, socio-cultural rules and social norms, all of which make it possible to draw conclusions about a socially conducted discourse.

In the context of a master's thesis, advice books on topics related to personality development were examined discourse-analytically along the lines of the subject ideals and techniques of the self (Foucault 1993) they contain and embedded in the context of the discourse on neoliberal subjectivity. In doing so, a combining theoretical perspective was adopted that is oriented towards the dialectical understanding of subject and society according to Berger and Luckmann (2016) as well as including the debates on subjectivity, power and knowledge after and following Foucault.

The analysis shows that advice literature communicates a self-empowering ideal of the subject, which, however, is reduced to gaining power over one's own thoughts and feelings. Moreover, a system-stabilising influence can be attributed to it, whereby the subject is not only supposed to come to terms with the neoliberal system and all its immanent inequalities but is also supposed to be happy with it.