



universität
wien

MASTERARBEIT

Titel der Masterarbeit

„Ausgebrannte Identitäten“

Eine soziologische Analyse des Burnout Phänomens

Verfasserin

Verena Knogler, BA

angestrebter akademischer Grad

Master of Arts (M.A.)

Wien, 2014

Studienkennzahl lt. Studienblatt: A 066 905

Studienrichtung lt. Studienblatt: Soziologie

Betreuer: Hon.-Prof. Dr. Friedhelm Kröll, Privatdoz.

I. Inhaltsverzeichnis

1. Burnout?! – Eine Einleitung	4
2. Abriss einer Problembeschreibung.....	6
2.1 Freudenberger und die Implementierung des Begriffs.....	6
2.2 Naturwissenschaftliche Definition	7
2.3. Abgrenzung zu anderen Krankheitsbildern	9
2.3.1 Depression.....	9
2.3.2 Neurasthenie	10
2.3.3 Die Managerkrankheit	11
2.3.4 Unterscheidung und Abgrenzung	11
2.4 Soziologische Interpretationsversuche.....	12
3. Die Zeit des Individualismus.....	14
3.1 Historische Entwicklung.....	14
3.1.1 Der Beitrag der Neurasthenie.....	15
3.1.2 Askese des Puritaners – Entdeckung der Persönlichkeit	15
3.2 Die gegenwärtige Gesellschaft	17
3.2.1 Die Abkehr vom religiösen Glauben	17
3.2.2 Das Zeitalter der Therapie	18
3.2.3 Me, myself and I	19
3.2.4 Die Folgen des Individualismus.....	20
4. Empirie.....	24
4.1 Stand der Forschung	25
4.2 Plädoyer für eine soziologische Auseinandersetzung	30
4.3 Eine neue Betrachtungsweise – Burnout ohne Arbeit	32
4.4 Forschungsinteresse.....	33
4.5 Daten und Methoden	34
4.6 Auswertung und Analyse.....	37

4.7 Falldarstellung	39
5. Forschungsergebnisse.....	41
5.1 Symptombeschreibung	42
5.2 Aufopferung für Andere	44
5.3 Selbstanspruch	46
5.4 Über- und Unterforderung	49
5.5 Fremdbestimmung	51
5.6 Selbstdarstellung.....	53
5.7 Soziale Beziehungen.....	55
5.8 Anerkennung	59
5.9 Sozialisation.....	66
6. Das gesellschaftliche Unbehagen –	73
Ein Verknüpfungsversuch der Theorie mit den empirischen Ergebnissen	73
6.1 Das Bedürfnis nach Anerkennung.....	75
6.2 Die Sozialisation.....	80
6.3 Willkommen im Zeitalter des Narzissmus?.....	84
7. Zusammenfassung und Ausblick	87
II. Literaturverzeichnis	89
II Abstract.....	94
III Lebenslauf	96

1. Burnout?! – Eine Einleitung

„Burnout – Was tun wenn man ausbrennt?“ (netdoktor.at), „Timeout statt Burnout“ (Löhmer/Standhart 2013), „BURNOUT – Deine Chance zum Neubeginn“ (Dahlke et al. 2014) oder auch „Den Burnout besiegen: Das 30-Tages Programm“ (Karsten 2008) und sogar „Burn-out überwinden für Dummies“ (Urban 2014). Derzeit kann vermutlich kaum jemand in unserer westlichen Gesellschaft existieren, ohne nicht in den letzten Jahren über das Phänomen Burnout gestolpert zu sein. Es begegnet uns in den Selbsthilfeabteilungen der Buchhandlungen, in den Zeitschriften und Zeitungen im Handel, als Fernsehbeitrag, in Zahlen und Fakten der nationalen Gesundheitsberichte oder auch im sozialen Umfeld. Trotz dieser Diskursepidemie zum Thema Burnout und der unterschiedlichsten Thematisierung in vielen wissenschaftlichen und auch nicht-wissenschaftlichen Fachbereichen erscheint der Begriff stets noch immer gepaart mit einem großen Fragezeichen. *„Genau diese Unbestimmtheit und Zeitgebundenheit jedoch ist es, die Burnout zu einem besonders lohnenden Gegenstand soziologischer Gegenwartsanalyse macht“* (Neckel/Wagner 2013: 7), schreiben Neckel und Wagner in ihrem Sammelband zur Thematik. Dass Burnout aufgrund seiner medialen Präsenz und der großen Masse an gesellschaftlicher Thematisierung maßgeblich relevant für die soziologische Forschung ist, steht außer Frage. Denn wenn eine Krankheit, die laut medizinischer Definition gar keine ist, Fragen nach dem korrekten Arbeitsumfeld, einer Leistungsgesellschaft, nach Selbstverwirklichung oder gar eine angehauchte Kritik am liberalen System aufwirft, wird es Zeit ihr auf den soziologischen Zahn zu fühlen. Wie kann und soll also nun eine soziologische Analyse dieses Thema bearbeiten? Es macht sicherlich Sinn sich zu fragen, wo dieses Phänomen in Erscheinung tritt oder von wo es seinen Ausgang genommen hat. Simpel betrachtet wäre die Antwort darauf: die Arbeitswelt. Hier tritt Burnout als Problem auf. Ein Problem deshalb, weil es, obwohl keine Krankheit, als Grund gilt, in den Zustand des ärztlich verordneten Krankenstandes überzutreten. Aus Arbeitskraft wird Krank geschrieben. In der Praxis bedeutet dies zwei arbeitende Hände und ein Kopf weniger im Unternehmen, zumindest für einen gewissen Zeitraum. Der Ausfall von zwei Händen und einem Kopf, temporär, kann womöglich noch gut durch die Arbeitskraft der KollegInnen kompensiert werden. Geschieht dieser Ausfall jedoch häufiger, wird es zu einem Problem des Betriebs und in weiterer Folge zu einem Problem des Gesundheitssystems und darauffolgend der nationalstaatlichen Ökonomie. Dies ist die abstrakte Darstellung der Folgen von Burnout in der Gegenwart.

Mit Sicherheit ist auch dies eine soziologische Analyse wert, jedoch nicht Interesse dieser Arbeit. Von einem anderen Anhaltspunkt gehen die Fachbereiche der Psychologie und der Medizin aus, welche sich mit der diagnostischen Abgrenzung der Nicht-Erkrankung und den Differentialdiagnosen, sowie Präzisierung der Messbarkeit und Klassifizierung beschäftigen. Die Aufgabe der Soziologie und im speziellen dieser Arbeit soll es jedoch sein, Burnout als Zeitkrankheit zu verstehen und diese wie folgt zu fassen: *„Zeitkrankheiten zeichnen sich nicht nur durch gehäuftes Auftreten, sondern vor allem dadurch aus, dass ihre Symptome den Zeitgenossen einen Spiegel vorhalten“* (Bröckling 2013: 181). Das soziologische Interesse gilt natürlich auch dem Auftreten von Burnout in der Gegenwart, doch die vorangegangenen Entwicklungen, gesellschaftlichen Umbrüche und das Selbstverständnis der Gesellschaft müssen hier zentraler Kern der Analyse sein. Es gilt hier nicht nur die „Erkrankung“ an sich, sondern auch den Diskurs als Symptom zu betrachten (vgl. ebd.: 181). Denn es erscheint schon ein wenig vermessen, einen Begriff für ein Krankheitsbild mit so vielschichtiger Symptomatik seit den 70ern kontrovers zu diskutieren und nicht grundsätzlich zu hinterfragen, aus welchen Gründen dieser Diskurs solchen Anklang findet und warum die Gesellschaft so für ihn brennt. Burnout fassbar zu machen scheint ein tiefes Bedürfnis der heutigen Zeit zu sein. Auch diese Arbeit möchte dementsprechend ihren Beitrag leisten. Aber an dieser Stelle geht es nicht um Kategorisierung, nicht um Definitionen und auch nicht um Prävention oder Behandlungsmethoden. Sondern es muss die Frage aufgeworfen werden, was Burnout als Gesamtphänomen über unsere Gesellschaft aussagt? Diese Frage versucht diese Arbeit so gut als möglich nach zu gehen. Dazu werde ich im ersten Teil der Arbeit versuchen einen kurzen Abriss über den momentanen Wissenstand zum Phänomen Burnout zu geben. Anschließend soll und muss die gesellschaftlichen Bedingungen, die seine Entwicklung bis zum heutigen Tag bedingt, aufgezeigt werden. Damit sei der Teil theoretischer Vorarbeit abgeschlossen, welcher die Basis für jegliche nachfolgende Überlegungen bietet und eben jenen Hintergrund darstellt, welche in so vielen anderen Analysen außen vor gelassen wurde. Der zweite Teil dient wiederum soziologischer Basisarbeit, in diesem Fall empirischer Natur. Dieser Teil beinhaltet eine Analyse der Lebensgeschichten von Menschen, welche unter Burnout bzw. Erschöpfungsdepressionen leiden. Die Analyse soll soziale Strukturen sowie gesellschaftliche Normierungen aufzeigen, von welchen diese Personen in ähnlicher Weise betroffen sind. Diese Ergebnisse werden anschließend im dritten Teil mit der theoretischen Basisanalyse des ersten Teils verknüpft und sollen so einen hoffentlich umfangreichen Erkenntnishintergrund für das Phänomen Burnout darstellen.

Mittels dieser Erkenntnisse sollen Aussagen über das Selbstverständnis unserer Gesellschaft sowie ihrer Normierung getroffen werden können und damit ein Beitrag zum Wissen über den Entstehungshintergrund des Phänomens Burnout geleistet werden.

2. Abriss einer Problembeschreibung

2.1 Freudenberger und die Implementierung des Begriffs

Um die Chronologie nicht zu vernachlässigen, möchte ich meine Darstellung am Entstehungspunkt des Begriffes Burnout beginnen. Burn-out existiert im angloamerikanischen Sprachgebrauch lange bevor seiner Pathologisierung als psychischer Erkrankungszustand. Erstmals wird die Begrifflichkeit von Herbert Freudenberger, einem New Yorker Psychiater mittels seinem Artikel „Staff burn-out“ im Kontext eines psychischen Phänomens verwendet. Freudenberger ist zu diesem Zeitpunkt als Freiwilliger in einem so bezeichneten „free clinic movement“ (Freudenberger 1974: 159) tätig und bemerkt nicht nur an sich selbst, sondern ebenso an seinen KollegInnen jeglicher Berufssparten Anzeichen von Überforderung und Erschöpfung (vgl. Rösing 2011: 32). Freudenberger beschreibt sein neues Phänomen folgendermaßen: „*The dictionary defines the verb ‚burn-out‘ as ‚to fail, wear out, become exhausted by making excessive demands on energy strength, or resources‘. And that is exactly what happens when a staff member in an alternative institution burns out for whatever reasons an becomes inoperative to all intents and purposes*“ (Freudenberger 1974: 159f). Auch anhand dieser Definition wird die bereits bestehende Existenz des Begriffs im alltagssprachlichen Gebrauch verdeutlicht. Das Phänomen dürfte folglich aufgrund der vorhandenen Benennung, bereits bekannt, jedoch nicht als Krankheitsbild erkannt worden sein. Freudenberger führt seine Skizzierung des Krankheitsbildes weiter aus, indem er ein spezifisches Verhalten Burn-out Erkrankter skizziert: „*A staff member’s quickness to anger and his instantaneous irritation and frustration responses are the signs. The burn-out candidate finds it just too difficult to hold in feelings. He cries too easily, the slightest pressure makes him feel overburdened and he yells and screams. With the ease of anger may come a suspicious attitude, a kind of suspicion and paranoia*“ (ebd.: 160). Die Symptombeschreibung Freudenbergers lässt sich nach heutigem Stand der medizinischen Wissenschaft jedoch schwerlich von den Symptomen einer Depression abgrenzen.

Auf diese Unterscheidung wird im weiteren Verlauf anhand des Kapitels zur medizinischen Diagnostik noch verstärkt eingegangen. Interessant an den Ausführungen Freudenbergers ist auch sein Erklärungsversuch zur Herkunft bzw. zum Entstehungshintergrund diese Symptomatik. Freudenberger stellt sich in seinem Artikel die Frage : „*Who is prone to burn-out?*“ und antwortet sich selbst mit dem kurzen Satz: „*The dedicated and the committed*“ (ebd.: 161). Anschließend führt er an der Stelle kurz weiter aus: „*[...] it is precisely because we are dedicated that we walk into a burn-out trap. We work too much, too long and too intensely. We feel a pressure from within to work and help and we feel pressure from the outside to give*“ (ebd.: 161). Womöglich ist es genau dieses Verständnis von Burnout, bereits zu seinen Anfängen, welches es bis heute unmöglich macht, die Problemstellung losgelöst vom Arbeitswelt und der damit verbundenen Leistung zu betrachten und dementsprechend stets mit folgendem unreflektierten Argument verknüpft wird: „*Ausbrennen kann nur etwas, was zunächst einmal gebrannt hat, d.h. wo man ‚Feuer und Flamme‘ war*“ (Rösing 2011: 34). An dieser Stelle drängen sich einige Fragen zum Verständnis des Phänomens auf. Kann man dementsprechend nicht mehr Feuer und Flamme für etwas sein ohne zwangsläufig auszubrennen? Bezieht sich dies auf das Maßhalten mit Feuer und Flamme? Und dementsprechend: Kann der Rest von uns sich selbst besser regulieren oder befinden wir uns nur in der glücklichen jedoch zufälligen Position, nie in eine langfristig überfordernde Lebensphase geraten zu sein? Es gilt, sich diese Fragen für den weiteren Verlauf dieser Arbeit im Hinterkopf zu behalten.

2.2 Naturwissenschaftliche Definition

Sowohl in der Medizin als auch in der Psychologie herrscht keine Einigkeit über die Definition und Abgrenzung von Burnout vor. Innerhalb des Klassifikationssystems ICD-10 (International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems) der Weltgesundheitsorganisation (WHO) findet es sich nicht unter den psychischen Erkrankungen (Gruppe F), sondern unter der Klassifizierung Z73.0, versehen mit der Bezeichnung „Ausgebranntsein“. Die Diagnosegruppe Z73 wird betitelt als „Probleme im Bezug auf Schwierigkeiten bei der Lebensbewältigung“. Die Zuteilungsgruppe Z ist im ICD-10 vermerkt als „Faktoren, die den Gesundheitszustand beeinflussen und zur Inanspruchnahme des Gesundheitswesens führen“ und gilt grundsätzlich als Zusatzdiagnose.

Aufgrund der fehlenden Diagnosemöglichkeit ist auch statistisch schwer fassbar, wie viele Menschen tatsächlich an Burnout leiden. Faktum ist jedoch, dass diese Zusatzdiagnose bereits zu einem großen Problem des Gesundheitssystems herangewachsen ist (vgl. DGPPN 2012: 2). Ähnlich unpräzise wie die Klassifikation scheint auch die Zuordnung einzelner Symptome zum Phänomen Burnout zu sein. „*Als Einzelsymptome eines Burnouts wurden bereits mehr als 160 verschiedene Beschwerden publiziert*“ (ebd.: 2). Um jedoch ein gewisses Verständnis für das Phänomen zu schaffen, sollen hier allerdings zwei der geläufigsten Definitionsansätze dargestellt werden. Der deutsche Diplom-Psychologe Matthias Burisch erstellte eine Sammlung von Merkmalen, welche in unterschiedlicher Stärke und Kombination bei jedem Menschen mit Burnout-Problematik auftreten sollen:

- *„Über- oder Unteraktivität*
- *Gefühle von Hilflosigkeit, Depression und Erschöpfung*
- *innere Unruhe*
- *reduziertes Selbstwertgefühl und Demoralisierung*
- *sich verschlechternde oder bereits verschlechterte soziale Beziehungen*
- *aktives Bemühen, eine Änderung dieses Zustandes herbeizuführen“*

(Rösing 2011: 65 nach Burisch 1993: 78).

Wilmar Schaufeli, Psychologe an der Universität Utrecht und Dirk Enzmann, Rechtswissenschaftler an der Universität Hamburg, versuchen sich hingegen an folgender Definition: „*Burnout is a persistent, negative, work-related state of mind in »normal« individuals that is primarily characterised by exhaustion, which is accompanied by distress, a sense of reduced effectiveness, decreased motivation, and the development of dysfunctional attitudes and behaviors at work. This psychological condition develops gradually but may remain unnoticed for a long time by the individual involved. It results from a misfits between intentions and reality in the job. Often burnout is self-perpetuating because of inadequate coping strategies that are associated with the syndrome*“ (Schaufeli/Enzmann 1998: 36). Innerhalb der wissenschaftlichen Literatur zum Thema Burnout existiert eine Vielzahl von Definitionsversuchen. Der Bezug dieser Arbeit auf die genannten Definitionen gründet auf den Empfehlungen von Ina Rösing, welche in ihrem Werk „Ist die Burnout-Forschung ausgebrannt?“ (2011) diese beiden Ansätze als Arbeitsdefinitionen vorschlägt (vgl. Rösing 2011: 65).

Selbst wenn jedoch von diesen definitorischen Ansätzen ausgegangen wird, um das Phänomen Burnout fassbar zu machen, gelingt die Abgrenzung zu anderen psychischen Erkrankungen eingeschränkt bis gar nicht. Für die Darstellung innerhalb dieser Arbeit möchte ich noch vorausschicken, dass obwohl laut WHO kein Anlass zur Bezeichnung als Krankheit besteht, Burnout hier trotzdem als Krankheit deklariert wird. Körperliche und psychische Störungen, die der Inanspruchnahme des Gesundheitssystems bedürfen, können im Sinne sozialwissenschaftlicher Analyse, wider der medizinischen Empfehlungen, als Krankheit oder Erkrankung betrachtet werden.

2.3. Abgrenzung zu anderen Krankheitsbildern

2.3.1 Depression

Bei kritischer Analyse der oben rezipierten Definitionen, muss vor allem die Schwierigkeit der Abgrenzung zur Erkrankung der Depression vermerkt werden. Die ICD-10 unterscheidet Depressionen vorwiegend in zwei Kategorien: F 32. „Depressive Episoden“ und F33. „Rezidivierende depressive Störung“. Depressive Episoden werden hier wie folgt beschrieben: *„Bei den typischen leichten (F32.0), mittelgradigen (F32.1) oder schweren (F32.2 und F32.3) Episoden, leidet der betroffene Patient unter einer gedrückten Stimmung und einer Verminderung von Antrieb und Aktivität. Die Fähigkeit zu Freude, das Interesse und die Konzentration sind vermindert. Ausgeprägte Müdigkeit kann nach jeder kleinsten Anstrengung auftreten. Der Schlaf ist meist gestört, der Appetit vermindert. Selbstwertgefühl und Selbstvertrauen sind fast immer beeinträchtigt. Sogar bei der leichten Form kommen Schuldgefühle oder Gedanken über eigene Wertlosigkeit vor. Die gedrückte Stimmung verändert sich von Tag zu Tag wenig, reagiert nicht auf Lebensumstände und kann von so genannten "somatischen" Symptomen begleitet werden, wie Interessenverlust oder Verlust der Freude, Früherwachen, Morgentief, deutliche psychomotorische Hemmung, Agitiertheit, Appetitverlust, Gewichtsverlust und Libidoverlust“*(www.icd-code.de) Eine rezidivierende depressive Störung wird hierbei verstanden als *„eine Störung, die durch wiederholte depressive Episoden (F32.-) charakterisiert ist“* (www.icd-code.de). Die Basissymptome wie Antriebslosigkeit, Müdigkeit, beeinträchtigt Selbstwertgefühl und Beeinträchtigung des Soziallebens sind sowohl in der Klassifizierung der Depression als auch des Phänomens Burnout vorzufinden.

Die einzige maßgebliche Unterscheidung findet sich in der Definition nach Schaufeli und Enzmann, welche ihre Definition von Burnout in den Kontext der Arbeitswelt stellen. An dieser Stelle muss jedoch kritisch hinterfragt werden, ob sich die Beeinträchtigung durch Burnout für ein Individuum tatsächlich ausschließlich an Auswirkungen im Arbeitsalltag festmachen lässt. Ich werde darauf an einem späteren Punkt noch einmal zurück kommen. Zwei weitere Abgrenzungsschwierigkeiten sollen hier innerhalb dieses Kapitels noch aufgezeigt werden. Es handelt sich hierbei um die WHO-klassifizierte Krankheit Neurasthenie und ein Phänomen, welches in den Zeiten nach dem zweiten Weltkrieg als „Managerkrankheit“ in Erscheinung trat.

2.3.2 Neurasthenie

Neurasthenie bezeichnet ein Krankheitsbild, das verstärkt am Ende des 19. Jahrhunderts in den USA, aber auch in Europa vorzufinden war. Durch das plötzliche Auftreten dieser Krankheit, welche sich anschließend relativ rasch verbreitete, stellte Neurasthenie ein ähnliche Problemlage für das damalige Zeitalter, wie Burnout für die jetzige Zeit dar. Man vermutete damals, *„dass es die modernen Lebensumstände, die technischen Innovationen, die neuen Transport- und Kommunikationsmöglichkeiten sowie die Beschleunigung fast aller Lebensbereiche waren, die das Nervensystem des Menschen stärker beanspruchten und die Nerven rascher verbrauchten, als dies früher der Fall gewesen sei“* (Kury 2013: 108). Die Entstehungsbedingungen, welche der Erkrankung zugeschrieben wurden, erinnern ebenfalls stark an den diagnostizierten Entstehungshintergrund von Burnout. Ebenso wie die damalige Symptombeschreibung: *„Kopfschmerzen, Ohrengeräusche, eine schwache Stimme, krankhafte Reizbarkeit, Hoffnungslosigkeit, krankhafte Furcht, Rastlosigkeit, Schlaflosigkeit, empfindliche Zähne, nervöse Verdauungsstörungen, Verlangen nach Drogen, sexuelle Probleme, Schwächegefühle und viele mehr“* (ebd.: 109 nach Beard 1881a: 56). Obwohl die Krankheit ihre Anfänge eher als Phänomen mit soziokulturellem Ursprung hatte, trug sie in ihrem weiteren Verlauf zur Verstärkung der Analyse im Sinne der Biologie bei und wurde auf Basis der Zugehörigkeit zu einem bestimmten Milieu versucht zu fassen. Die Erforschung der Neurasthenie trug somit für den gesamten Bereich der westlichen Welt zum Aufstieg des naturwissenschaftlichen Paradigmas, betreffend psychische Erkrankungen, bei (vgl. ebd.: 112f). Auch heute ist die Symptomatik der Neurasthenie, im Gegensatz zu Burnout, als Krankheit im ICD-10 aufzufinden. Unter F 48. „Andere neurotische Störungen“ findet sich F 48.0 „Neurasthenie“. Die Beschreibung der Erkrankung nach ICD-10 lautet wie folgt:

„Bei einer Form ist das Hauptcharakteristikum die Klage über vermehrte Müdigkeit nach geistigen Anstrengungen, häufig verbunden mit abnehmender Arbeitsleistung oder Effektivität bei der Bewältigung täglicher Aufgaben. Die geistige Ermüdbarkeit wird typischerweise als unangenehmes Eindringen ablenkender Assoziationen oder Erinnerungen beschrieben, als Konzentrationsschwäche und allgemein ineffektives Denken. Bei der anderen Form liegt das Schwergewicht auf Gefühlen körperlicher Schwäche und Erschöpfung nach nur geringer Anstrengung, begleitet von muskulären und anderen Schmerzen und der Unfähigkeit, sich zu entspannen“ (www.icd-code.de). Auch in diesem Fall scheint es keine konkreten Abweichungen bzw. Unterscheidungen zur Symptomatik von Burnout zu geben. Diese Schwierigkeit der Abgrenzung soll nun noch an einem weiteren Beispiel verdeutlicht werden.

2.3.3 Die Managerkrankheit

Das Phänomen der Managerkrankheit trat verstärkt im deutschsprachigen Raum bei Männern in Leitungsfunktionen, nach dem Zweiten Weltkrieg auf. Man vermutete auch bei dieser Erkrankung die Ursachen im fluktuierenden Wirtschaftssystem nach dem Krieg, sowie durch die Belastungen durch die Aufbauphase (vgl. Kury : 114). Die Folgen dieses Phänomens stellten sich durch einen Anstieg der Sterberaten bei Männern in Führungspositionen aufgrund von Herz-Kreislaufversagen dar. Als Ursachen vermutete man *„Überanstrengung, Erschöpfung, Mangel an Schlaf und Erholung, Überforderung der Leistungsfähigkeit, zu wenig Bewegung sowie übermäßigen Gebrauch von Genussmittel“* (ebd.: 115). Aufgrund der Symptomatik scheint die Managerkrankheit chronologisch ein Bindeglied zwischen Neurasthenie und Burnout darzustellen.

2.3.4 Unterscheidung und Abgrenzung

Auf Basis ihrer Symptomatik lassen sich die Phänomene Depression, Neurasthenie, Managerkrankheit und Burnout kaum voneinander differenzieren. Eine Abgrenzungslinie kann aufgrund der zeitlichen Zuordnung getroffen werden. So ist die Neurasthenie, obwohl heute noch im ICD-10 verankert, der Zeit der Industrialisierung zu zuordnen. Die Managerkrankheit findet ihren Platz in der Zeit nach dem zweiten Weltkrieg, zum Zeitpunkt eines neuen Wirtschaftswachstums und einer der jungen Hochphasen des Neoliberalismus. Depression und Burnout treten vermehrt heute, im digitalisierten Zeitalter und der Blüte des Kapitalismus auf. Nur, weil ein Phänomen in unterschiedlichen Epochen eine differenzierte Benennung erhält, handelt es sich nicht zwangsläufig um ein anderes Phänomen.

Vielmehr muss in Erwägung gezogen werden, dass das massenhafte Auftreten solcher Krankheitsbilder, mit den Bedingungen des gesellschaftlichen Wandels verknüpft ist und möglicherweise ein Abbild des jeweiligen psychischen Zustandes der Gesamtgesellschaft widerspiegelt. Der Kern zum Verständnis dieser psychischen Beeinträchtigungen kann folglich nicht in der Biologie des Individuums, sondern ausschließlich in den gesellschaftlichen Bedingungen dieser Epochen aufgezeigt werden. Um diesem Verständnis gerecht zu werden, bediene ich mich im weiteren Verlauf der Interpretation der Soziologie zum Thema Burnout und möchte auch an dieser Stelle festhalten, dass diese Arbeit nicht ausschließlich am Phänomen Burnout festgemacht werden kann. Auf Basis der vorangegangenen Darstellungen und dem damit implementierten Verständnis für die Schwierigkeit der Abgrenzung und gleichermaßen der Zuordnung eines bestimmten Krankheitsbildes, muss sich diese Arbeit auf alle klassifizierten Erschöpfungs- und Überforderungszustände ganz allgemein beziehen. Auch wenn in weiterer Folge hier noch hauptsächlich die Begrifflichkeit Burnout verwendet wird, auch, weil es für den empirischen Teil als Auswahlkriterium unumgänglich ist, soll die Analyse doch auf einem breiteren Verständnis dieser Erkrankung beruhen. Abschließend zu diesem Kapitel der Problembeschreibung soll nun das soziologische Verständnis des Phänomen Burnouts einen Anstoß für die weitere theoretische Auseinandersetzung mit diesem Thema bieten.

2.4 Soziologische Interpretationsversuche

Ina Rösing fordert in Ihrem Werk zum Stand der Burnoutforschung *„die Rückkehr zu den basics, den Wurzeln, dem Kern, der Sprache, der Bedeutung des Leidens an Burnout für das Individuum [...]“* (Rösing 2011: 29). Um dieser Aufforderung so gut als möglich Genüge zu tun, ist es an dieser Stelle nun wichtig, die soziostrukturellen Hintergründe und gesellschaftliche Bedingungen aufzuzeigen, in welche Erschöpfungsphänomene wie Burnout eingebettet sind. Die soziologische Forschung, welche diese Phänomene bisher vorwiegend theoretisch thematisiert hat, soll hier Anstöße für ein Verständnis der Thematik in diesem Sinne liefern. Die Soziologie tut an dieser Stelle vor allem eines, sie wirft Fragen auf: *„Leben wir in einer Gesellschaft, in der sich der Einzelne bereits so auf die überfordernden Anforderungen der Arbeitswelt eingestellt hat, dass es nicht mehr möglich ist, auf geleistete Arbeit mit »normaler« Müdigkeit und dem Einlegen einer Pause zu reagieren? Ist es mehrheitlich erwünscht, bis zur Erschöpfung zu arbeiten?“* (Heinemann/Heinemann 2013: 144).

Sighard Neckel und Greta Wagner versuchen in Form eines Sammelbandes Burnout als Pathologie zu fassen, wobei sie Pathologie folgendermaßen definieren: *„Pathologien betreffen die Entstehung und Ausprägung eines Krankheitsgeschehens im medizinischen, aber auch im gesellschaftlichen Sinne, indem sie Störungen und Fehlentwicklungen des Sozialen bezeichnen“* (Neckel/Wagner 2013: 18). Das Aufgabenfeld der Soziologie bezieht sich hier eben exakt auf die Analyse dieser betitelten Störungen sowie Fehlentwicklungen des Sozialen. Zum anderen ist es jedoch auch Ihre Aufgabe den Diskurs um das Thema Burnout zu analysieren. Patrick Kury fragt sich hier relativ provokant *„ob es sich bei diesen Leiden der gehetzten Gesellschaft der Gegenwart um den Ausdruck einer wachsenden kollektiven Überforderung handelt oder ob diese bloß Modeerscheinung, Symptome einer Art »postindustriellen Wehleidigkeit« darstellen“* (Kury 2013: 107). Warum Burnout mit dem Stempel der Modeerscheinung versehen wird, erklärt sich zwar aus dem wissenschaftlichen Diskurs, aus soziologischer Perspektive handelt es sich dabei jedoch um die Wahl einer falschen Begrifflichkeit. Die fehlende Kategorisierung sowie die Gespaltenheit der Naturwissenschaften über die grundsätzliche Existenz der Erkrankung, begründen die Stigmatisierung als Modeerkrankung. Die sozialwissenschaftliche Analyse muss jedoch genau aus diesem Grund ihre Fühler nach dieser Problemstellung ausstrecken. Weil es ihre ureigenste Aufgabe ist, solchen Massenphänomenen wie eben „Modeerkrankungen“ auf den Grund zu gehen. Einen Apell in diese Forschungsrichtung tätigen auch Linda und Torsten Heinemann wenn sie schreiben: *„Sie [Anm.: die Burnout-Forschung] müsste das Syndrom als subjektive Erfahrung anerkennen und zugleich bereit und offen sein, sich mit den Konsequenzen dieser Forschung auseinanderzusetzen“* (Heinemann/Heinemann 2013: 143). Ein weiterer nennenswerter Punkt innerhalb des Diskurses über Burnout ist die Darstellung der Erkrankung. Wie bereits in dem vorangegangenen Kapitel erläutert, wird Burnout übersetzt mit »ausgebrannt sein« und der Tatsache, dass man vorher gebrannt haben muss. Auch an diesem Punkt ist es mir noch einmal wichtig diese Darstellungsweise zu hinterfragen, denn *„Empirische Untersuchungen belegen allerdings, dass es keines vorgängigen leidenschaftlichen Arbeitseifers bedarf, um Burnout-Symptome zu entwickeln“* (Haubl 2013 : 171). Zur ikonischen Darstellung des Phänomens werden hier hauptsächlich verbrannte Streichhölzer herangezogen. Das abgebrannte Streichholz versinnbildlicht hier folgende Botschaft: *„Denke immer daran, wie schnell das Leben vorbei ist!“* (ebd.: 171). Betrachtet man diese Ermahnung im Kontext unserer Rationalisierungs- und Effizienzgesellschaft, liegt folgende Interpretation nahe:

Da das Leben kurz ist, macht es Sinn so viel als möglich in dieser kurzen Zeit zu schaffen und zu leisten. Die Darstellung in Form des Streichholzes enthält jedoch auch eine gewisse Radikalität. Denn ist das Streichholz einmal verbrannt, kann es nicht mehr entflammen und muss entsorgt werden. Kritisch zu hinterfragen ist hier, ob dies tatsächlich das Sinnbild für eine Erkrankung und dementsprechend auch die gesellschaftliche Einstellung demgegenüber darstellen soll. Ein anderes Sinnbild, welches im Kontext der Therapie von Menschen welche an Burnout leiden, benutzt wird, ist der leere Akku. Schlicht aus dem Grund, da es sich hierbei um eine durchwegs positivere Assoziation handelt, als bei dem Streichholz. Ein Akku kann nämlich wieder aufgeladen werden. Gleichzeitig dient diese ikonische Darstellung natürlich auch als Werbehintergrund oder auch Marketing-Gag für das Angebot an Therapiemöglichkeiten. Diese Darstellungen des Phänomens Burnout haben jedoch eines gemeinsam. Sie suggerieren einen Energieverlust, welcher nach dem alltagstauglichen Verständnis von »ausgebrannt sein« als selbstverschuldet verstanden und identifiziert werden muss. Dieses Verständnis wurde, wie bereits beschrieben, bei der Implementierung des Begriffs Burnout mit dieser Konnotation versehen. „To burn out“ bedeutet in seiner Übersetzung jedoch nicht ausschließlich „ausgebrannt sein“, sondern auch „verheizen“. Unter „etwas zu verheizen“, versteht man eine Vorgangsweise, bei welcher eine Materie unter Freisetzung von Energie zunichte gemacht wird. Die impliziert jedoch zwei Teile welche an der Handlung des Verheizens teilnehmen. Ein Teil der verheizt wird und ein Teil der verheizt. Diese Metapher soll die soziologische Diskussion des Begriffs nur insofern abrunden, als sie sich auch anderen Betrachtungsweisen gegenüber zu öffnen versucht. Im folgenden Kapitel wird nun die theoretische Vorarbeit zur Empirie geleistet. Es wird versucht aus soziologischer Sicht den gesellschaftlichen Wandel, welcher zur Entstehung von Burnout als Massenphänomen beigetragen hat, sowie eine Skizzierung der Befindlichkeit der Gegenwart darzustellen.

3. Die Zeit des Individualismus

3.1 Historische Entwicklung

Die Postmoderne vollendet die zweite individualistische Revolution, die des »totalen« Individualismus“ (Ehrenberg 2012: 301), schreibt Alain Ehrenberg in seinem Werk „Das Unbehagen in der Gesellschaft“ und datiert somit die Entstehung einer individualistischen

Gesellschaftshaltung ab etwa 1970. Mit Sicherheit waren die vollen Auswirkungen einer neuen gesamtgesellschaftlichen Haltung ab 1970 verstärkt wahrnehmbar. Die Entwicklungsschübe, die schlussendlich diese Entwicklung bis ins heutige Zeitalter determinieren, nahmen jedoch schon viel früher ihren Ausgang. Erste Veränderungen zeichneten sich bereits durch die Industrialisierung und die damit verbundene Umdeutung von Heim und Arbeitsplatz ab. Ein neues Verständnis von Arbeit veränderte gleichsam das Selbstverständnis einer Gesellschaft. Zwei Entwicklungen erscheinen mir jedoch maßgeblich, um den Zustand der aktuellen gesellschaftlichen Psyche verstehen zu können.

3.1.1 Der Beitrag der Neurasthenie

Wie bereits eingangs kurz skizziert, findet die Neurasthenie ihren zeitlichen Kontext am Ende des 19. Jahrhunderts. Sie verändert zum einen die Deutung von psychischen Erkrankungen innerhalb der Psychiatrie hin zu einer biologistischen, zum anderen trägt sie jedoch auch zu einem neuen Verständnis des Selbst bei. Denn obgleich sie eine neue biologistische Betrachtungsweise initiiert, geht ihr eine Deutung psychischer Erkrankungen als Funktionsstörungen voraus. Und exakt diese Deutung verwandelt das Selbstverständnis der Gesellschaft. *„Die funktionale Störung legt den Gedanken nahe, dass einen das Leben in der Gesellschaft krank machen kann“* (Ehrenberg 2008: 54). Für Ehrenberg zeichnet sich die Neurasthenie weiter dadurch aus, dass sie eine *„soziale Durchlässigkeit des Geistes“* (ebd.: 50) anbahnt. Damit bezeichnet er eine Loslösung des endogenen Ursachenansatzes hin zu einem Blickwinkel exogener Entstehungsbedingungen. Diese Umkehrung wird zu einem großen Teil durch die Tatsache determiniert, dass Neurasthenie als Krankheit eine der ersten darstellt, welche großflächig öffentlich diskutiert und durch öffentliche Meinungen mitkonstruiert wird. Die Umstände ihrer Entstehung und Bearbeitung leisteten somit auch einen Gesamtbeitrag zum Verständnis der Entstehung und Bearbeitung psychischer Erkrankungen. Die Neurasthenie lenkt dadurch ihren Blick auf die Funktionen des Individuums und stellt somit als erste Erkrankung das Thema der Selbstverantwortung in den Kontext psychischer Erkrankungen.

3.1.2 Askese des Puritaners – Entdeckung der Persönlichkeit

Nicht unabhängig, sondern sogar als weitere Folge des Auftretens der Neurasthenie, stellt sich die Phase der Entdeckung der Persönlichkeit dar. Unabhängig vom Bereich der Psychiatrie,

doch verursacht durch psychologische Lehren, entdeckt die Gesellschaft ein neues Selbst. Diesen Wandel beschreibt Ehrenberg folgendermaßen: *„Das Selbst wurde als ein »Charakter« bestimmt, nämlich als jener der strengen Askese des Puritaners. Künftig wird es eine »Persönlichkeit« sein“* (Ehrenberg 2012: 68). Die Vorstellung eines Charakters vermittelte im Gegensatz zur Persönlichkeit ein strafferer Konzept, sowie eine fixe Idee seiner Inhalte. Der Charakter war, natürlich abhängig vom jeweiligen Milieu, bestimmt durch gewisse normative Vorgaben, welche Aufschluss geben konnten über erwünschte und weniger erwünschte Charakterzüge. Es galt, den Charakter im Sinne der Askese zu pflegen und wachsen zu lassen. Das Individuum entwickelte sich innerhalb einer klareren Struktur von normierten Leitlinien. Durch die Sublimierung und Veränderung sozialer Beziehungen ab dem 20. Jahrhundert, verlor die Idee eines normierten Charakters jedoch an Gewicht. Die Gemeinschaft als solches bricht auf. Aufgrund neuer gesellschaftlicher Organisationsformen ist es nicht mehr notwendig, sich von eben jener Gemeinschaft abhängig zu machen. Durch diesen Aufbruch an alten Strukturen entstehen jedoch zwangsläufig neue Abhängigkeiten, welche in einer neuen Vielzahl und geringerer Tiefe auftreten. Diese neuen Beziehungen erfordern eine Adjustierung des Individuums im Sinne der neuen Persönlichkeit. Gepaart mit den neuen Wahlmöglichkeiten und Massenmedien, die das Zeitalter des finanziellen Aufschwungs bietet (vgl. ebd.: 67), entwickelt sich die Idee, Persönlichkeit »entfalten« zu können. Mit diesen beiden dargestellten Phasen wird die Entwicklung der Gesellschaft in ihre individualistischen Bahnen gelenkt. Bevor die Ausführungen zu den weiteren Auswirkungen dieses Wandels jedoch aufgenommen werden können, muss vorerst eine Definitionsleistung erbracht werden. Nämlich jene, des in diesen Ausführungen beschriebenen Phänomens »dem Individualismus«. Ehrenberg schreibt hierzu: *„Eine Gesellschaft ist individualistisch, wenn sie jedem Menschen denselben Wert zuschreibt. Darin besteht die Grundlage des Gemeinschaftslebens dieser Gesellschaften in dem Sinne, daß dieser Wert der höchste Wert ist“* (ebd.: 198). Ob Alain Ehrenberg mit dieser Definition wirklich den Kern des Individualismus getroffen hat, muss an dieser Stelle kritisch hinterfragt und kann unter Umständen in den weiteren Ausführungen des Kapitels beantwortet werden. Wichtiger Bestandteil seines Erklärungsversuches ist jedoch die Formulierung des *Wert jedes Einzelnen als höchsten Wert*. Denn auch wenn dies die theoretische Vorstellung des Individualismus zu sein scheint, muss in Frage gestellt werden, ob es sich dabei nicht doch um einen überaus passenden Werbeslogan handelt.

3.2 Die gegenwärtige Gesellschaft

Um den Zustand der Erschöpfung gesellschaftlicher Individuen zu begreifen, ist es notwendig diese Gesellschaft in ihren Wesenszügen zu verstehen. Der Wesenszug der gegenwärtigen Gesellschaft basiert momentan auf einem individualistischen Prinzip. Entstanden durch die bereits skizzierten historischen Entwicklungen und Umbrüche, gilt es nun, die momentanen Folgen und Auswirkungen dieser Entwicklung zu begreifen.

3.2.1 Die Abkehr vom religiösen Glauben

„Heute sehnen sich die Menschen nicht nach Erlösung [...] sondern nach dem Empfinden, der momentanen Illusion von persönlichem Wohlbefinden, von Gesundheit und seelischer Geborgenheit“ (Sennett 1974: 23). Die Auflösung eines Sehns nach Erlösung, wie Sennett es hier beschreibt, ergibt sich zwangsläufig durch die Bedeutungsminderung der Religion. Auch diese Bedeutungsminderung ist eine Folge der Zunahme des Individualismus in der Gesellschaft. Unter Anlehnung an den Interpretationsversuch von Ehrenberg zum individuellen Gedankengut, könnte man diese Tatsache wie folgt charakterisieren: Vor Gott sind alle gleich, aber im Individualismus sind manche gleicher. In einer Zeit, in der man sich permanent auf die Entwicklung seiner Persönlichkeit konzentrieren muss, wird es gleichzeitig auch schwierig, seinen Nächsten zu lieben wie sich selbst, weil schlichtweg auch die Zeitressourcen fehlen. Auf der einen Seite kämpft also die Liberalisierung gegen die strikten Normen und Vorschriften der Kirche, zum anderen lässt sich das neue Verständnis der Individuen nicht mehr mit dem des religiösen Menschen vereinbaren. Diese Entwicklung, die die Einflussminderung der Kirchen und somit des konfessionellen Glaubens bedingt, ist jedoch eine wechselseitige. Denn gleichzeitig führt das Aufbrechen dieser traditionellen Strukturen zur Stärkung des neuen Individualismus. Das Problem, vor welchem die Gesellschaft nun steht, ist eine neue gesellschaftliche Haltung, ohne jedoch fest determinierte Strukturen und Normen vorzufinden. Es bedarf folglich eines Ersatzes für die aufgelösten alten Traditionen.

3.2.2 Das Zeitalter der Therapie

Der Ersatz für die Struktur durch die Religion, für die kirchliche Gemeinde findet sich relativ zeitgleich durch ein neu erblühendes Phänomen in der Gesellschaft – die Therapie. *„In diesem Zusammenhang, erscheint die Therapie als Ersatz für die verlorene Gemeinschaft, und die Gemeinschaft selbst wird als therapeutisch aufgefaßt“* (Ehrenberg 2012: 188). Vorangetrieben durch die Psychoanalyse Freuds entwickelt sich zeitgleich zum Abbau kirchlicher Werte eine neue Orientierung der westlichen Gesellschaft. Zum einen dient sie als Pendant zur religiösen Struktur und verschafft damit den Menschen alternative Normen und Werte, zum anderen ist sie neben der Tatsache, dass sie selbst Produkt der Individualisierung ist, stark an der Reproduktion dieser neuen Gesellschaftshaltung beteiligt. Eva Illouz beschreibt in ihrem Werk *„Die Errettung der modernen Seele“* diese Veränderung durch das Aufkommen der Therapie: *„Ein emotionaler Stil wird begründet, wenn eine neue »Vorstellung vom Zwischenmenschlichen« entwickelt wird, das heißt eine neue Weise, über die Beziehung des Selbst zu anderen nachzudenken, Vorstellungen über die Chancen und Möglichkeiten dieser Beziehung zu entwickeln und sie in die Praxis umzusetzen“* (Illouz 2011: 32). Der neue Fokus auf das Selbst erhielt damit eine Rahmung und konnte ab diesem Zeitpunkt ausgedrückt werden. Diese neue Darstellungsform und Interpretation des Selbst ist ein Ergebnis der Liberalisierung, obwohl es gleichsam nicht dazu führt, dass Menschen freier von gesellschaftlichen Strukturierungen und Normen sind. *„Ganz im Gegenteil, sie trägt zu einer persönlichen Unsicherheit bei, die es nur dadurch beherrschen kann, daß es sein Selbst in der Aufmerksamkeit reflektiert sieht, die ihm andere zuwenden“* (Ehrenberg 2012: 161). Die Therapie vermittelt auf Basis eines psychologischen Deutungsansatzes des Individuums die Ansicht, dass gemeinschaftliche Ziele nachrangig sind und die Erstrebungen der einzelnen Person Vorrang haben. Die Therapie reformiert jedoch nicht nur Zielvorstellungen, sondern macht es sich auch zur Aufgabe, das Individuum zu verbessern und je nach therapeutischer Schule in die Gesellschaft einzugliedern oder besser noch, passend zu machen. Kann die Therapie folglich als Handlanger des Liberalismus betrachtet werden? Die Arbeit an sich selbst wird zum gesellschaftlichen Ankerpunkt. *„Der religiöse Mensch wurde geboren um erlöst zu werden; der psychologische Mensch dagegen, um befriedigt zu werden“* (ebd.: 155), schreibt Ehrenberg in seinen Ausführungen und wirft damit die Frage auf, ob der Mensch in einer individualisierten Gesellschaft grundsätzlich die Befriedigung seiner sozialen Bedürfnisse in dem Ausmaß erleben kann, als in den traditionellen Gemeinschaftsverbänden der früheren Zeit.

Die Therapie muss an dieser Stelle Anleitung bieten, um die Erfüllung aus und in sich selbst zu erhalten, oder auch um Verhaltensweisen zu erlernen, mittels welcher man Bedürfnisbefriedigung durch andere forcieren kann, denn die Gewissheit, dass vermeintliche Grundbedürfnisse grundsätzlich durch die Zugehörigkeit und das interne, unausgesprochene Abkommen der Gemeinschaft befriedigt werden, gehört der Vergangenheit an. Die Therapie als Ausformung des psychologischen Paradigmas traf folglich schlichtweg den Nerv der Zeit und hatte vor allem um 1960, in der bisherigen Höchstphase ihrer Entwicklung kaum Gegenspieler.

3.2.3 Me, myself and I

„*Das was man fühlt, zu bestimmen, wird nun zum Ziel einer zwanghaften Suche*“ (ebd.: 166). Das ist das Resultat der therapeutischen Epoche und all ihren Ansätzen. Im Zentrum des neuen Denkens steht das Selbst. Das Selbst wird konstruiert, es wird gepflegt, es wird permanent reflektiert und es muss regelmäßig zur Schau getragen werden. Das neue Selbstverständnis der vergangenen Jahrzehnte lässt uns einen Großteil unserer Energie in eine Form von Selbstanbetung stecken. Geht man nun davon aus, dass jeder/jede Einzelne/r seine Form von Selbstanbetung praktiziert, werden dadurch soziale Beziehungen immer schwieriger vorstellbar. Denn, wieviel Energie bleibt einem da noch für die Entwicklung empathischer Fähigkeiten? Das permanente Definitionsbedürfnis unseres Selbst bedarf gleichzeitig auch einer permanenten Resonanz. Wenn aber der gesellschaftliche Normenkodex liberalisiert wird und sich keine passenden Verhaltensweisen mehr zu Situationen zuordnen lassen, dann ist die Frage, auf welches Verhaltensrepertoire unser Gegenüber zur besagten Resonanz zurück greift, vor allem unter der Prämisse, dass auch er/sie mit Selbstanbetung beschäftigt ist. Lasch skizziert dieses Dilemma sehr bildhaft: „*In seinem Selbstbewusstsein gefangen, wie in einem Kerker, sehnt sich der moderne Mensch nach der verlorenen Unschuld des spontanen Empfindens. Unfähig, seine Gefühle auszudrücken, ohne ihre Wirkung auf andere zu berechnen, zweifelt er daran, daß die Gefühlsäußerung seiner Mitmenschen echt sind, und erfährt wenig Unterstützung durch die Reaktionen Dritter auf sein eigenes Rollenspiel, selbst wenn sein Publikum tief bewegt zu sein vorgibt*“ (Lasch 1986: 114). Somit fehlt dem Individuum nicht nur eine Resonanz von außen auf seine Person, sondern auch ein Normenkorsett und gleichermaßen ein Feedback auf seine Handlungen. „*An die Stelle von Gehorsam und Disziplin sind demnach in der modernen Gesellschaft Entscheidungsfähigkeit und persönliche Initiative getreten*“ (Ingenkamp 2012: 20).

Dem Individuum wird in dieser subjektivierten Zeit folglich lediglich die eigene Überzeugung und Einschätzung als Leitlinie zur Verfügung gestellt und dies gleichzeitig als ursprünglichste Form der Orientierung dargestellt. Die Ausweitung der normierten Grenzen von Verhalten, Handlungen und Einstellungen führt zu einem Mehr an Freiheit, aber gleichzeitig auch zu einem Mehr an Unsicherheit, in welchem sich das moderne Individuum zurecht finden muss. Insofern impliziert der Individualismus der Postmoderne nicht nur ein neues Selbstverständnis, sondern gleichsam eine neue Auffassung von Handlungs- und Denkweisen. Diese Handlungs- und Denkweisen wiederum tragen einen wesentlichen Teil zur Ausformung der Gesellschaft, in welcher sie gelebt werden, bei. Folglich besteht hier eine Wechselwirkung zwischen dem Einfluss des Individualismus auf das Subjekt und dem Einfluss des Subjekts auf die gesellschaftlichen Ausformungen des Individualismus. Einige dieser Ausformungen oder auch Folgen sollen im nächsten Kapitel skizziert werden.

3.2.4 Die Folgen des Individualismus

Durch die Konzentration des jeweiligen Subjekts auf sich selbst, verändern sich auch die sozialen Beziehungen zu anderen Individuen. Die Individualisierung impliziert ein Stück weit die Auflösung sozialer Bindungen. *„Wir erleben fortan nicht mehr einen Individualismus der Personalisierung, sondern der Auflösung sozialer Bindungen, einen Individualismus, der die kollektiven Zugehörigkeiten und damit die persönlichen Fundamente eines jeden zerstört hat“* (Ehrenberg 2012: 312). Die Tatsache, in welche Familie oder welche Kommune man hineingeboren wird, hat heute nicht mehr denselben Wert, in Bezug auf Zukunftsperspektiven, wie vor einigen Jahrzehnten. Durch die Zugehörigkeit zu einer bestimmten Familie, mit etwa einer bestimmten Handwerkstradition, war der Lebensweg für einen Sprössling vor der Jahrtausendwende, bereits vordeterminiert. Freiheiten der eigenen Wahl waren in diesem Modell kaum bis gar nicht vorgesehen, gleichzeitig wurden jedoch dadurch auch Unsicherheiten drastisch reduziert. Denn wer keine Entscheidungsfreiheit bei beispielsweise der Berufswahl hat, erfährt auch nicht die Notwendigkeit, seine Entscheidung zu reflektieren und sie vor sich und der Gesellschaft rechtfertigen zu müssen. All die medialen Ausformungen von Kommunikationsmitteln verstärken zum einen den Druck der Repräsentation, zum anderen jedoch auch eine Oberflächlichkeit der Beziehungen, da für die Kommunikation keine reale Zeit und keine reale Handlung mehr erforderlich ist. Das Aufbrechen sozialer Bindungen im Bereich der Beziehungen ist jedoch nur eine Folge der Deregulierung sozialer Bindungen im Makro-Bereich, nämlich zwischen Individuum und

Gesellschaft, die hier als normierte Gemeinschaft verstanden werden muss. *„Die Opposition von Individuum und Gesellschaft verfällt und mit ihr die Vorstellung, man müsse ein Individuum disziplinieren, um es gesellschaftsfähig zu machen und die Gesellschaft vor seinen Exzessen zu schützen“* (Ehrenberg 2008: 155). Diese Entwicklung geht einher mit der Implementierung des Privatlebens und der Ansicht dieses nach eigenem Ermessen und eigenem Regelwerk ausgestalten zu können. Ehrenberg schreibt hier weiter: *„Ein Subjekttyp, der weniger diszipliniert und konform als »psychisch« ist, also aufgefordert, sich selbst zu entschlüsseln, überflutet das Land“* (ebd.: 155). Doch nicht nur soziale Bindungen werden von der neuen Subjektivierung beeinflusst und verändert, sondern auch das Verständnis und die Auslegung der Arbeitsverhältnisse, sowie der Arbeitsdynamik: *„die Ungewißheiten der Flexibilität; das Fehlen von Vertrauen und Verpflichtung; die Oberflächlichkeit des Teamworks; und vor allem die allgegenwärtige Drohung, ins Nichts zu fallen, nichts »aus sich machen zu können«, das Scheitern daran, durch Arbeit eine Identität zu erlangen“* (Sennett 2008: 190). Die Lockerung der Normen und der Struktur führt also auch zu einer Verunsicherung der Menschen im Bezug auf ihre Erwerbstätigkeit. Anstellungsverhältnisse, Zeitmodelle, sowie die Anforderungen an die Person verändern sich in diesem Zusammenhang. Das neue Verhältnis der Arbeit birgt auch eine große Ambivalenz in sich. Zum einen wird den Menschen die Identifikation mit der beruflichen Tätigkeit durch hohe Fluktuationsraten, ein unspezifiziertes Ausbildungssystem und einem erhöhten Grad an Flexibilität, deutlich schwerer gemacht als noch vor einigen Jahrzehnten. Damals war der Beruf aufgrund familiärer Traditionen und auch begrenzter Ausbildungsmöglichkeiten viel dichter mit der Identität verwoben. Zum anderen fordert unser heutiges Gesellschaftssystem von uns jedoch eine viel stärkere Bindung und damit einhergehend eine Identifikation an den Beruf. Dies scheint eine Forderung, im Sinne von Leistungssteigerung und ein höheres Aufopferungspotential durch Bindung zu sein. Gleichzeitig verspüren jedoch auch die Individuen das Bedürfnis sich durch die Identifikation mit ihrem Beruf einzuordnen, zu kategorisieren und damit ein höheres Maß an Sicherheit und Gewissheit zu erlangen. Es entsteht hier eine Ambivalenz zwischen Sicherheitsbedürfnis und Ablehnung von Abhängigkeit. *„Nach den Losungen der neuen Ordnung ist Abhängigkeit eine Sünde, der Angriff auf rigide bürokratische Hierarchien soll die Menschen strukturell aus der Abhängigkeit befreien [...]“* (ebd.: 191). Jedoch muss auch die Bürokratie als Ergebnis eines neuen Selbstverständnisses der Gesellschaft betrachtet werden.

Lasch spricht in diesem Zusammenhang von einer „*abstrakten Qualität*“ von Arbeit (Lasch 1986: 65) und betont, dass dies zur Förderung einer narzistischen Persönlichkeit beiträgt. Auch betont Christopher Lasch die Entwicklung medialer Darstellung des Selbst. Er bezieht sich an diesem Punkt auf die Reproduzierbarkeit der Erlebnisse durch Bild- und Tonaufnahmen (vgl. ebd.: 65f). Dies ermöglicht zum einen eine neue Form der Darstellung und zum anderen eine neue Form der Wahrnehmung des Selbst. Als Lasch 1986 seine Ausführungen zum „Zeitalter des Narzißmus“ ausarbeitete, war diese Form medialer Darstellung mit Sicherheit ein aktuelles Thema. Mit der heutigen medialen Revolution durch das Internet, Social Media und einer neuen Vielfalt an dementsprechender Technik, dürfte sich diese Thematik um einige Anhaltspunkte ergänzt haben. Das Internet bietet vielfältige neue Wege um sich selbst und anderen zu begegnen, sich darzustellen und in einen sozialen Austausch zu treten. Neu scheint hier vor allem der Druck einer Notwendigkeit permanenter Selbstdarstellung zu sein. Die Tatsache der Selbstinszenierung, welche Goffmann bereits in seinem Werk „Wir alle spielen Theater“ (2010/1959) beschrieben hat, wird nun an dieser Stelle nicht nur mehr ausschließlich im direkten sozialen Kontakt, sondern auch unter Abwesenheit von Akteuren vollbracht, was die Dauer und die Aufwände dieser Inszenierung enorm steigert. Es wird folglich notwendig, jeden seiner Schritte, Handlungen und sogar Gedanken so zu reflektieren und konditionieren, dass sie den gesellschaftlichen Vorstellungen des Selbst genügen und jederzeit präsentabel sind. Der eigene Narzissmus wird dabei gehegt und gepflegt und ist dabei aber gleichsam mit einer permanenten Unsicherheit konfrontiert, ob die Selbstdarstellung beim vorhandenen und noch schwieriger, beim nicht-vorhandenen Gegenüber auf ein positives, anerkennendes Echo trifft. Denn woran sollte man in einer liberalisierten Zeit ohne viel Struktur und Norm noch erkennen, dass man sich auf dem richtigen Pfad befindet ? Als letzter Punkt dieser Folgenaufzählung der Individualisierung möchte ich mich noch mit dem Thema der psychischen Erkrankungen auseinandersetzen und so weitgehend den Bogen zum Forschungsinteresse dieser Ausführungen zu schließen. Der neue Blick auf das Selbst birgt an dieser Stelle auch eine veränderte Auffassung und die Diagnostik von psychischen Erkrankungen. „*Die Phase, die nun beginnt, ist durch eine Dynamik gekennzeichnet, deren zwei Gesichter die psychische Befreiung und die unsicherer Identität sind*“ (Ehrenberg 2008: 143), beschreibt Alain Ehrenberg die Situation sehr zutreffend. Vor allem depressive Erkrankungen und in weiterer Folge auch Persönlichkeitsstörungen nehmen in der Zeit ab 1960 vermehrt zu.

„Die Epidemiologie lehrt, dass sich die Depression in unserer Gesellschaft als eine Krankheit der Veränderung und nicht der ökonomischen und sozialen Misere ausgebreitet hat: Sie begleitet die Veränderung all unserer Institutionen nach dem Zweiten Weltkrieg. Der Überfluss bringt sie hervor, und nicht die Wirtschaftskrise“ (ebd.: 144). Der wirtschaftliche Überfluss und das permanente Streben nach Mehr öffnen dem Liberalismus alle Türen, oder bedingen sich zumindest gegenseitig. Das Innenleben als solches wird erfunden und gleichermaßen eine Akzeptanz dafür geschaffen, dass sich dieses auch negativ ausgestalten kann. Verhaltensauffällige Individuen müssen sich nicht mehr verstecken. Die individuelle Melancholie kann nach außen getragen werden wie Goldschmuck. Diese gesellschaftlichen Tendenzen haben bis zum heutigen Zeitpunkt stark zugenommen. Einerseits führt dies zu einer größeren Akzeptanz psychischer Erkrankungen, andererseits verstärkt der permanente Fokus auf die individuelle psychische Gesundheit auch die Sensibilität der Menschen und vermehrt damit zwangsläufig psychische Diagnosen. Durch den neuen Fokus und die neue Offenheit in Bezug auf die persönliche Psyche, scheint es jedoch auch zu einer gestiegenen Erwartungshaltung an psychische Normierung zu kommen. Aufgrund der Offenheit gesellschaftlicher Grenzen, sollte der westliche Mensch zumindest eine eingegrenzte und gut konditionierte Psyche vorweisen können. Denn mit dieser neuen Auffassung werden Erschöpfung und Depression zwar nicht mehr als Charakterfehler betrachtet, aber als Krankheit. Und eine Krankheit kann und muss folglich behandelt werden. Wer längerfristig unter den gleichen psychischen Symptomen leidet, dem kann höchstens vorgeworfen werden, sich nicht ausgiebig um sein psychisches Wohlbefinden gekümmert zu haben. Man findet in der Zeit dieser Veränderung folgende Ambivalenz: obwohl gesellschaftliche Normen und auch die Kategorien der Stigmatisierung aufgebrochen wurden, werden psychische Krankheiten viel eher und strenger als solche klassifiziert. Die Zuordnung, ab wann ein bestimmtes Verhalten als psychisch abnorm klassifiziert werden kann, wird immer enger gesetzt. Die Erklärungsansätze, betreffend diese Ambivalenz, sind etwas dürftig. Einen möglichen Anstoß liefert Konstantin Ingenkamp mit folgendem Theoriekonstrukt: „Eine Gesellschaft der Negativität werde ersetzt durch eine Gesellschaft, die vor allem durch ein Übermaß an Positivität beherrscht ist“ (Ingenkamp 2012: 60), und führt diesen Gedanken wie folgt fort: „Während die Disziplinargesellschaft Verrückte und Verbrecher produzierte, verursache die Leistungsgesellschaft bei ihren Mitgliedern Depressionen und Burnout“ (ebd.: 60). Möglicherweise haben wir ein Anspruchsmaß an Positivität erreicht, welches für viele Menschen in ihrem Handeln und ihrer Selbstdarstellung nicht mehr umsetzbar ist.

Vielleicht ist der Druck um eine permanente positive Grundhaltung, ohne ein vorgegebenes Handwerkszeug an Normen und Struktur, aufrecht zu halten, schlichtweg nicht leistbar. Mit diesen offen gebliebenen Fragen soll nun auch dieses Kapitel über die Folgen der Individualisierung beendet werden. Der kurze Abriss diene der gedanklichen Vorbereitung und Darstellung des theoretischen Backgrounds, welcher für den folgenden empirischen Teil und die dazugehörigen theoretischen Ausführungen unerlässlich ist. Dieses Kapitel über das individualisierte Zeitalter und seine Auswüchse, möchte ich noch abschließend mit einem längeren Zitat von Alain Ehrenberg zusammenfassend darstellen: *„An die Stelle von Disziplin und Gehorsam treten die Unabhängigkeit von gesellschaftlichen Beschränkungen und das sich Verlassen auf sich selbst; an die Stelle der Endlichkeit und des Schicksals, mit dem man sich abfinden muss, die Vorstellung, dass alles möglich ist; an die Stelle der alten bürgerlichen Schuld und des Kampfs um die Befreiung vom väterlichen Gesetz (Ödipus) die Angst, nicht auf der Höhe zu sein, und die Leere und Ohnmacht, die daraus resultiert (Narziss)“* (Ehrenberg 2012: 140).

4. Empirie

Die theoretische Vorarbeit sollte dazu dienen, den/die LeserInnen zu den soziologischen Überlegungen des Themas hin zu führen. Im Folgenden werden die konkrete Fragestellung, sowie die empirische Auseinandersetzung und die dementsprechenden Ergebnisse dargestellt. Der Fokus der gegenwärtigen Forschung liegt innerhalb der Psychologie auf der quantitativen Erhebung der Symptomatik, sowie auf Erhebungen deskriptiver Daten betreffend das Gesundheitssystem. In diesem Fall dreht sich alles um die Frage, welche Kosten Erschöpfungs- und Überforderungszustände dem nationalstaatlichen Gesundheitssystem verursachen. Ziel dieser Masterarbeit soll es hingegen sein die Thematik des Burnouts sowie ähnliche psychische Erschöpfungs Zustände und Überforderungsepisoden mittels qualitativer Methodik in ihrem Ursprung zu erfassen und die Lebenswelt der Menschen zu begreifen welche von diesen Phänomenen betroffen sind.

4.1 Stand der Forschung

Die ersten Forschungen zu Depressionen lassen sich mit Ende des 19. Jahrhunderts datieren und finden sich hauptsächlich im Interessensgebiet der Medizin. Die Depression folgt damals auf das Zeitalter der Neurosen und drückt damit einen Wandel der gesellschaftlichen Psyche aus, denn, *„sich befreien macht nervös, befreit sein depressiv. Die Angst man selbst zu sein, versteckt sich hinter der Erschöpfung, man selbst zu sein“* (Ehrenberg 2008: 67). In diesem Kontext werden Erschöpfungs- und Überforderungszustände das erste Mal wissenschaftlich als gesamtgesellschaftliche Problemstellung betrachtet. Neu an dieser Betrachtungsweise ist auch, dass sie zum ersten Mal sämtliche Gesellschaftsschichten miteinschließt. Die Neurosen waren vorwiegend eine Erkrankung des Bürgertums, wohingegen sich die Depression über alle Bevölkerungsschichten zu erstrecken schien (vgl. ebd.: 68). Etwa zur gleichen Zeit begann auch das Konzept der Neurasthenie gesellschaftliches Interesse auf sich zu ziehen. Forciert durch ihren Begründer Georg M. Beard, wurde die Erkrankung ebenso ausschließlich im medizinischen Setting untersucht. Das Zeitalter der Depression und der Neurasthenie ermöglichte jedoch einen neuen Blickwinkel auf psychische Erkrankungen, im Sinne einer gesellschaftlichen Beitragskomponente, wenngleich im weiteren Verlauf der Psychiatrieentwicklung eine biologische Sicht verstärkt wird. Vom Konzept der Neurasthenie wird im Laufe der Zeit abgelassen und das Augenmerk legt sich auf die Ausprägungen der Depression. Voran getrieben wird diese Entwicklung durch die Erfindung von Antidepressiva, welche eine Unterscheidung in verschiedene Arten von Depressionen bedingt. *„Der Satz stimmt immer noch, demzufolge wir die Depression immer besser behandeln können, aber immer weniger verstehen was wir da behandeln“* (ebd.: 101 nach Scotto 1996: 1). Ab den 50er Jahren des 20. Jahrhunderts nähern sich die Debatten rund um Depression und deren Erklärungsversuche dem Thema der gesellschaftlichen Veränderungen und verknüpfen in diesem Zusammenhang die Depression auch wieder mit der Thematik der Erschöpfung. Ende der 1970er Jahre entwickelt der französische Psychiater und Psychoanalytiker Daniel Widlöcher mit seinem Team eine Skala für psychomotorische Verlangsamung (vgl. ebd.: 224). Unter diesem Konzept werden sämtliche Erschöpfungssymptome zusammen gefasst. Die Erschöpfung hat nach diesem Verständnis zwei maßgebliche Aspekte: *„Sie entsteht aus der Grübelsucht und den Zwangshandlungen“* (ebd.: 224). Auch aus diesem Verständnis erkennt man die stetig biologische Haltung der Psychiatrie gegenüber den Erkrankungsbildern.

Entscheidend für die Implementierung einer sogenannten Burnout-Forschung ist die Entwicklung eines Messinstruments für den Erschöpfungszustand Burnout. Dieses wird Anfang der 80er von Maslach und Jackson (1981a, 1981b) entwickelt und wird mit Maslach Burnout Inventory (MBI) benannt. Es handelt sich dabei um einen Fragebogen im standardisierten Pencil-Paper Verfahren, welcher Fragen zur Depersonalisierung, emotionaler Erschöpfung und Zweifel an der eigenen Berufskompetenz erhebt. Diese drei Themenbereiche sind jene, welche Christina Maslach als zentrale Kriterien innerhalb ihrer Forschung im human service sector ermittelt hatte (vgl.: Rösing 2011: 43). *„Mit der Einführung des MBI wurde die Burnout-Forschung empirisch. Sie wurde auch einfacher und wuchs enorm an Umfang. 1986 hatte KILPATRICK in seiner Übersicht etwa 700 Titel behandelt, in der Bibliographie von KLEIBER & ENZMANN (1990) sind 2496 Titel aufgeführt, SCHAUFELI & ENZMANN (1998) listen als die allerwichtigsten knapp 400 Titel auf“* (ebd.: 45). Bei diesen Studien handelt es sich ausschließlich um quantitative Studien und 91% (ebd.: 45) verwenden den MBI zur Erhebung ihrer Daten. Ina Rösing, welche in ihrem Werk die Entwicklung der Burnout-Forschung skizziert, teilt die Themenbereiche bzw. Fragestellungen auf welche sich die Forschung konzentriert in drei Bereiche:

1. Ursachen und Folgen
2. Theoretische Ansätze zur Entstehung und Chronifizierung von Burnout
3. Behandlung und Prophylaxe

Im Bereich der Ursachen und Folgen – Forschung beschäftigt man sich hauptsächlich mit den Fragen zu den Entstehungsbedingungen von Burnout, dabei werden verstärkt demographische Daten ins Auge gefasst um zu eruieren, welche Merkmale bei Burnout-Erkrankten typisch sind. Als signifikant erweist sich hier nur die Variable Alter (vgl. ebd.: 93f), was sich zum einen durch die gesteigerte Arbeitserfahrung mit gestiegenem Alter erklären lässt und zum anderen durch eine relativ steigende Wahrscheinlichkeit in höherem Alter an Burnout zu erkranken. Denn wer länger arbeitet, hat mehr Erfahrungen gemacht und gleichermaßen zeitlich öfter die Möglichkeit gehabt erschöpft zu sein. Auch das Thema Geschlecht wird in diesem Zusammenhang analysiert, bringt jedoch gleichermaßen nur sehr unspezifische Ergebnisse, welche keine klare Aussage über die Verbindung zwischen Geschlecht und Burnout zulassen. Einziger signifikanter Unterschied scheint hier zu sein, dass Männer im Vergleich zu Frauen einen höheren Wert an Depersonalisierung aufweisen (vgl. Vredenburg/Carlozzi/Stein 1999).

Zudem wird an dieser Stelle der Versuch getätigt Persönlichkeitsvariablen zu erheben, welche ebenso bedingend auf das Burnout-Risiko einwirken sollen. Zwei wesentliche Merkmale scheinen hier „Neurotizismus“ (vgl. Hills/Norvell 1991; Zellars/Perrewè/Hochwarter 2000) und ein niedrigeres Selbstvertrauen (vgl. Pfennig/Hüsch 1994; Janssen/Schaufeli/Houkes 1999) zu sein. Fraglich ist natürlich an dieser Stelle, ob diese wirklich ein erhöhtes Burnout-Risiko bedingen, oder ob eine Burnout Erkrankung an sich zu erhöhtem Neurotizismus und niedrigerem Selbstvertrauen führt. Gana und Boblique (2000) untersuchten die Kombination aus Persönlichkeitsmerkmalen und Coping Strategien im Bezug auf Burnout. In diesem Zusammenhang stellten sich Selbstvertrauen und die Einschätzung der eigenen Ressourcen als wichtige Prädiktoren für die jeweiligen Coping Strategien und im weiteren Sinne für den Krankheitsverlauf heraus. Interessant ist an dieser Stelle noch die Studie von Glass und McKnight (1996). In dieser Studie wurde der Zusammenhang von Burnout und dem Stil der Kausalattribution als Persönlichkeitsmerkmal untersucht. Unterschieden wird hierbei zwischen Personen, welche zum einen Zuschreibungen für Ereignisse an ihrer eigenen Person tätigen, also intern, oder Personen, welche eben diese Zuschreibung in der Außenwelt oder an anderen Personen festmachen, folglich extern. Das Burnout Risiko korreliert in diesem Zusammenhang positiv mit einer externen Zuschreibungstendenz. Zurückgewiesen werden kann die Theorie, dass Burnout hauptsächlich bei Menschen in helfenden und emotionalen Berufen vorkommt, dies widerlegen Schaufeli und Enzmann (1998) in ihrer Meta-Analyse zu Burnout Untersuchungen. Spezielle Merkmale am Arbeitsplatz verstärken jedoch die Wahrscheinlichkeit an Burnout zu erkranken. Taris, Stoffelsen, Bakker, Schaufeli und van Dierendock (2002) stellen eine negative Korrelation zwischen Burnout und Autonomie fest. Das Ergebnis lautet konkret: Je niedriger die Autonomie innerhalb des ausgeübten Berufes, desto höher ist die Wahrscheinlichkeit an Burnout zu erkranken (vgl. Rösing 2011: 101). Ein weiteres evidenten Merkmal scheint Rollenstress zu sein. Gemeint ist hierbei der Konflikt mit der Rolle im Beruf oder auch die persönliche Überlastung in Hinblick auf die geforderte Rolle der Person im Unternehmen, belegt wurde dies durch die Studie von Pfennig und Hüsch (1994). Die genannten Studien lassen zwar einzelne Variablen im Zusammenhang mit einem Burnout-Risiko hervor treten, bleiben jedoch alles in allem sehr vage und unpräzise in ihren Aussagen. *„Da zusätzlich die Anzahl der untersuchbaren Berufe und Variablen endlos ist, tragen diese Studien zwar dieses und jenes interessante Einzelergebnis bei, geben aber kein kohärentes Bild vom Kausalgefüge der Bedingungen, welche zu Burnout führen“* (Rösing 2011: 107).

Da die Ausführungen von Rösing einen sehr umfangreichen und detaillierten Blick auf die Burnout-Forschung der letzte Jahrzehnte gestatten, möchte ich an dieser Stelle noch in ihrer Kategorisierungsschematik verweilen und mich auch noch ihrem zweiten Punkt (Theoretische Ansätze zur Entstehung und Chronifizierung von Burnout) widmen. Rösing unterteilt hier in wiederum drei Kategorien: 1. Eine intrapersonale – 2. Eine interpersonelle – und 3. Eine Personen-Institutionen- Erklärungsebene. Die intrapersonale Ebene wird geprägt von einer psychoanalytischen Betrachtungsweise und geht von der Prämisse aus, dass man gebrannt haben muss um überhaupt ausbrennen zu können (vgl. ebd.: 109ff). Im Sinne dieser Arbeit wurde die Fragestellung, ob die Notwendigkeit des Brennens besteht, bereits Eingangs im Hinblick auf Freudenbergler diskutiert. Auch eine Anzahl an Studien weist darauf hin, dass dieser Ansatz möglicherweise einer falschen Prämisse entspringt. Langner (2002) unterstreicht in ihrer Studie im Zuge ihrer Dissertation, dass Burnout und Idealismus negativ miteinander korrelieren. Edgar Schmitz (1998) belegt ebenso mit seiner Studie, dass weder überzogene Identifikation noch zu hohe Erwartungen das Burnout Risiko erhöhen. Seinen Ergebnissen zufolge korrelieren eher die Variablen Burnout und unrealistische Erwartungen an Arbeit und Arbeitgeber. Die *„intrapersonalen Ansätze postulieren im Kern intrapsychische Dissonanzen, Nichtstimmigkeiten zwischen beruflichem Selbstbild und Selbstanspruch auf der einen Seite und den erfahrenen oder wahrgenommenen beruflichen Realitäten auf der anderen“* (Rösing 2011: 111). Wenn wir jedoch an dieser Stelle davon ausgehen, dass eine Ausbildung und im weiteren Sinne ein Beruf nicht ausschließlich zufällig gewählt wird, stellt sich die Frage, ob ein gewisser Selbstanspruch nicht bereits zu dieser Berufswahl führt, also ob diese Dissonanz möglicherweise zwar erst im Berufsalltag seine Wirkung entfacht, ihren Entstehungsursprung jedoch in einer viel früheren Entwicklungsphase nimmt. Auf diese theoretischen Überlegungen wird aber erst in den folgenden Kapiteln versucht eine Antwort zu geben. Die Interpersonelle Erklärungsebene unterscheidet sich insofern von der der intrapersonalen, als das sie einen Ansatz zu einem möglichen Entstehungsprozess einer Burnout-Erkrankung liefert. Vorwiegende Vertreterin dieses Ansatzes ist Christina Maslach, deren Erhebungsinstrument MBI bereits vorgestellt wurde. Interessant ist jedoch auch an dieser Stelle, das der Startzeitpunkt eines Burnout-Prozesses erst im Berufsleben identifiziert wird. Maslach (1998) skizziert diesen Prozess wie folgt: Eine interpersonelle Anforderung im Beruf steht einer wachsenden Erschöpfung gegenüber. Im weiteren Verlauf führt dies, um sich selbst zu schützen, zu einer Distanzierung und Depersonalisierung. Daraufhin folgt eine Verschlechterung der Leistungsfähigkeit im Beruf.

Van Dierendonck, Schaufeli und Buunk (2001c) stellen dieses Modell in einer etwas abgewandelten Reihenfolge dar: zuerst kommt es hier zu einer Leistungsminderung, daraufhin zur Erschöpfung und anschließend zur Distanzierung bzw. Depersonalisierung. Gleichgültig in welcher Reihenfolge man den Prozess der Burnouts zu greifen versucht, all diesen Autoren ist eines gemein: der Prozessbeginn startet mit dem Berufsleben oder auch dem Berufsalltag. Zu hinterfragen ist an dieser Stelle, ob ein solcher Ansatz Burnout als Gesamtphänomen wirklich zu fassen vermag. Als letzter Punkt soll hier die Erklärungsebene Person-Institution angeschnitten werden. Bei diesem Ansatz steht auf der einen Seite die Person als Individuum mit ihren jeweiligen Erwartungshaltungen und individualisierten Vorstellungen. Gegenüber davon steht die Institution. Im Kontext der Arbeitswelt wird diese verkörpert durch die Organisation bzw. den Arbeitgeber. Burnout entsteht dieser Theorie zufolge, wenn die Beziehung zwischen diesen beiden Subjekten gestört ist. Dieser Ansatz ist relativ unspezifisch und schließt die Vorangegangenen nicht aus. Der letzte Punkt an Erklärungsansätzen wird skizziert unter dem Titel „Behandlung und Prophylaxe“ (Rösing 2011: 116ff). Auffallend ist, dass sich innerhalb der Psychologie und Medizin keine spezifischen Behandlungsmethoden zur Behandlung von Erschöpfungs- und Überforderungssymptomen herausgebildet haben. Ein Phänomen, das wiederum auf die Unspezifiziertheit und die Schwierigkeit der Abgrenzung dieser Symptomatik im Bezug auf andere psychische Erkrankungen schließen lässt. Grundsätzlich kann bei Behandlungsansätzen unterteilt werden in einen institutionellen und einen individuellen Zugang (vgl. ebd.: 117). Zu unterscheiden ist hierbei der Ausgangspunkt der Betrachtungsweise. Beim institutionellen Ansatz handelt es sich hauptsächlich um Präventionsmaßnahmen, welche seitens der Organisation bzw. der Betriebes geleistet werden. Als Beispiel wären hier so bezeichnete Burnout-Präventions-Schulungen zu nennen, welche in den letzten Jahren innerhalb des betrieblichen Gesundheitsmanagements boomen, sowie das Angebot von Jobcoaching und anderen mittlerweile institutionalisierten Angeboten. Burnout Prävention scheint momentan zum guten Ton in Unternehmen zu gehören. Während auf institutioneller Ebene die Prävention im Vorfeld eine große Rolle spielt, findet man auf individueller Ebene eher Ansätze zur Behandlung von Burnout. Maßgeblich scheinen in diesem Feld vor allem 4 methodische Schwerpunkte zu sein (vgl.: ebd.: 119f): 1. Meditation und Entspannung, 2. Kognitive Verhaltenstherapeutische Ansätze, 3. Rational Emotive Therapy und 4. Stress Inoculation Training. Auf diese 4 spezifischeren Behandlungsmethoden soll nun im Folgenden kurz eingegangen werden.

Zum Ansatzpunkt Meditation und Entspannung liefert die Studie von Anderson, Levinson, Barker und Kiewra (1999) evidente Ergebnisse. Diese testeten nach einem fünf-wöchigen, geleiteten Meditationsprogramm den Burnout-Wert gemessen mit dem Maslach Burnout Inventory und verglichen diesen mit einer Kontrollgruppe. Die Werte der Meditationsgruppe erwiesen sich als signifikant besser als jene der Kontrollgruppe. Im Sinne eines kognitiv-verhaltenstherapeutischen Ansatzes wird Burnout mittels falsch erlernter und antrainierter Verhaltensweisen und Erwartungshaltungen versucht zu erklären. Auf Basis Verhaltenstherapeutischer Manuale wird versucht ein adäquates Alternativverhalten zu konditionieren. Der wissenschaftliche Beweis für die Wirksamkeit im Bezug auf Burnout, findet sich beispielsweise bei Gorter, Eijkman und Hoogstraten (2001). Ähnliche Ansätze finden sich bei der Rational Emotive Therapy, welche wie die Verhaltenstherapeutische Ausrichtung von falsch erlerntem Verhalten ausgeht. Malkinson, Kushinier und Weisberg (1997) weisen innerhalb ihrer Studie nach, dass Interventionen im Sinne einer Umkonditionierung in kurzen Intervallen einen längerfristigen Erfolg bei der Reduktion von Burnout-Symptomen erlangen kann. Als letzter individueller Behandlungsansatz von Erschöpfungserkrankungen wie Burnout ist das Stress Inoculation Training (SIT) nach Donald Meichenbaum (1985) zu nennen. Das Verfahren wird durch individuelle Trainingsprogramme abgebildet, welches Fehlverhalten immunisieren und ein Entspannungsverhalten antrainieren soll. Die vorangegangenen Ausführungen, angelehnt an Rösing (2011) sollen nur einen kurzen Überblick über den Stand der Burnout-Forschung liefern, um den LeserInnen den Fokus der aktuellen wissenschaftlichen Arbeiten zu vermitteln. Die nachfolgenden Kapitel sollen kurz die Defizite dieser Ansätze darstellen und eine mögliche neue Betrachtungsweise darlegen.

4.2 Plädoyer für eine soziologische Auseinandersetzung

So unspezifisch die grundsätzliche Debatte um das Thema Burnout zu sein scheint, präsentiert sie sich ebenso unspezifisch innerhalb der konkreten wissenschaftlichen Forschung. Diese Forschung an sich reproduziert gleichermaßen die Unspezifität der Begrifflichkeit oder des Krankheitsbildes. Trotz Jahrzehnten an intensiver Forschungsarbeit scheint das Phänomen noch stets den magisch-mystischen Charakter zu verkörpern, wie zur Zeit Freudenbergers.

Wenn man also ein Phänomen so schwer greifbar machen kann und seit geraumer Zeit auf einer Meta-Ebene der Forschung feststeckt ohne konkrete und gleichermaßen brauchbare Ergebnisse zu erhalten, wäre es dann nicht eine mögliche Erklärung dafür die Wahl eines falschen Forschungszugang zum Verständnis oder zur Fassbarkeit des Phänomens? Auch Linda und Torsten Heinemann stellen in ihren Ausführungen zum Thema Burnout fest: „Fragen nach der gesellschaftlichen Funktion und Bedeutung von Burnout werden nicht gestellt“ (Heinemann/Heinemann 2013: 131). Durch den vorrangigen Zugang zur Problemstellung durch die Medizinischen Wissenschaften wurde der Fokus unter Umständen zu stark auf die Symptomatik gelegt und dabei der Entstehungshintergrund verstärkt ausgespart. Die Psychologische Disziplin versucht zwar schon vermehrt Lebenshintergründe und soziodemographische Daten miteinzubeziehen, scheitert jedoch auch an einer Verknüpfung dieser Ergebnisse und der Formulierung einer ganzheitlichen Fragestellung an das Phänomen. Die Soziologie hält sich in der Zwischenzeit bedeckt. Nur ungern mischt sie sich in einen Forschungsbereich, der bereits von zwei großen Disziplinen dominiert und beherrscht wird. Hier und da liest man theoretische Ansätze und Annäherungsversuche der Soziologie zum Thema Burnout, sowie zu Erschöpfungserkrankungen im Allgemeinen. Verständlich auf der einen Seite, eine Verschwendung auf der Anderen. Rund um den Erforschungskult des Phänomens Burnout, mit all seinen stagnierenden Ergebnissen, ist mit großer Wahrscheinlichkeit die Zeit für einen Rückschritt gekommen. Es darf nicht mehr ausschließlich Augenmerk auf die Auswirkungen, Folgen und gegenwärtige Befindlichkeiten gelegt werden, sondern es besteht die dringende Notwendigkeit den Entstehungshintergrund zu verstehen. Die Soziologie als Wissenschaft, scheint mir für diese Aufgabe, sowie die damit entstehenden neuen Anforderungen, äußerst geeignet zu sein. Es gilt hier gesellschaftliche Umbrüche und Entwicklungen zu eruieren, welche die gegenwärtige Situation rund um dieses Phänomen bedingen und es gilt zu verstehen, wie diese Entwicklungen auf das Leben jener Individuen eingewirkt haben, welche heute von der Problematik der Erschöpfungserkrankungen betroffen sind. Diese Arbeit hat es sich zum Ziel gesetzt, einen Schritt in diese Richtung zu gehen.

4.3 Eine neue Betrachtungsweise – Burnout ohne Arbeit

Auffallend an den genannten Beispielen aus der Burnout-Forschung ist, dass das Phänomen an sich stets erst ab dem Eintritt in die Arbeitswelt verortet und damit untersucht wird. Es scheint als sei die Erkrankung an Burnout oder ähnlichen Erschöpfungssymptomen ohne einen Arbeitsalltag nicht existent. Zum Thema Arbeitswelt stellt Alain Ehrenberg folgende polarisierende Frage: *„Es stellt sich seit langem die Frage, ob der Zustand des Angestelltseins, wie er sich in den industrialisierten Ländern des alten Kontinents darstellt, nicht an sich schon psychische Störungen hervorruft“* (Ehrenberg 2012: 368). Doch Angestelltsein ist grundsätzlich ja kein Zustand der für sich alleine steht. Es handelt sich hierbei um eine institutionalisierte Form eines Arbeitsverhältnisses. Und dass diese Form institutionalisiert wurde, lässt darauf schließen das dem ein gesellschaftlicher Bedarf oder eine Notwendigkeit einer solchen Form vorangegangen ist. Gleichermäßen ist dieser gesellschaftliche Bedarf Ausdrucksform einer bestimmten kulturellen Haltung und diese Haltung entsteht aus einer gesamtgesellschaftlichen Entwicklung, oder zumindest einer Entwicklung die charakteristisch zu sein scheint für die *industrialisierten Länder des alten Kontinents*, wie Ehrenberg diese so passend beschreibt. Verfolgt man diesen Gedanken also kontinuierlich bis zum Ende, muss man sich die ernsthafte Frage stellen: Warum wird Burnout erst in diesem bereits abgeschlossenen Stadium der Erwerbsarbeit analysiert? Vergibt man damit nicht schon grundsätzlich die Möglichkeit das Phänomen in seiner Gesamtheit zu begreifen? Meiner Ansicht nach ist exakt dies der Fall und gleichermäßen das Problem. Burnout und Erschöpfung sind keine Zustände die sich ausschließlich auf die Arbeit festmachen lassen. Sie zeigen in diesem Setting vielleicht verstärkt ihre Wirkung, der Kern des Problems ist damit jedoch noch nicht gefunden. Bis es zu einer derartigen Erschöpfung im Leben eines Individuums kommt, sodass die Teilnahme am gesellschaftlichen Leben nicht mehr geleistet werden kann, kommt es zu einigen Entwicklungen, die diese Erschöpfung als Endergebnis bedingen. Diese Entwicklungen liegen zum einen im Makro-Bereich der Gesellschaft sowie ihren Anforderungen und Normierungen, abhängig von der jeweils gelebten zeitlichen und lokalen Kultur. Zum anderen findet man sie auch im Lebenswandel jedes einzelnen Individuums, natürlich stets bedingt durch dessen soziale Umwelt.

Auch hier versucht diese Arbeit einen Schritt zu wagen und an sich selbst den Anspruch zu stellen, diese Gesamtheit an Entwicklungen zumindest annähernd zu fassen und in den Erklärungskontext zu Erschöpfungsphänomenen und deren konkreten Ausformung in der Gegenwart zu implementieren.

4.4 Forschungsinteresse

Wie bereits innerhalb der vorangegangenen Kapitel skizziert, ist das Ziel den empirischen Teil dieser Arbeit im Sinne einer Grundlagenforschung auszulegen. Erschöpfungs- und Überforderungsphänomene sollen hier in ihrer gesellschaftlichen Gesamtheit, ohne Beschränkung auf eine gewisse Lebensepisode, Schicht oder Berufsgruppe, erfasst werden. Unabhängig von den medizinischen und psychologischen, als auch den raren soziologischen Ergebnissen und Theorien, die bisher bestehen, wird der Fokus dieser Forschung auf den ursprünglichsten Kern dieses Phänomens gelegt, nämlich auf jene Individuen, welche in ihrem Lebenslauf von eben diesen Erkrankungen oder Zuständen betroffen sind. Die Bezeichnung als Grundlagenforschung soll sich in diesem Zusammenhang auf die Intention beziehen, das Feld so zu betrachten als würden noch keine Forschungsergebnisse zur Thematik existieren. Selbstverständlich muss an dieser Stelle eingestanden werden, dass diese Forschung natürlich nicht unabhängig von den bisherigen Ergebnissen und Theorien besteht, denn ohne diese hätte sich das Forschungsinteresse dieser Arbeit nicht in eben jener Form herausgebildet. Nur für die konkrete Forschungsdurchführung ist es mir ein Anliegen vorzutäuschen, dass eben jene Erkenntnisse nicht existent sind, da diese, wie in den vorangegangenen Ausführungen schon mehrmals betont, gewisse Lücken aufweisen, welche nicht durch ergänzende Forschungsbeiträge gefüllt, sondern von Grund auf neu gedacht werden müssen. Und genau um diesen Rahmen einer unbefangenen Auseinandersetzung mit der Thematik zu ermöglichen, wird innerhalb ihrer Überlegungen kein direkter Bezug auf bereits bestehende Forschungsergebnisse genommen. Um diesen Anspruch auch methodisch umzusetzen, wird für die Bearbeitung dieses Forschungsinteresses ein qualitativer Forschungszugang gewählt. Die detaillierte Darstellung der Daten, Methoden und des Analyseverfahrens finden sich in den nachfolgenden Kapiteln.

4.5 Daten und Methoden

Um den Anspruch einer Grundlagenforschung zu bedienen, wird der methodische Teil dieser Arbeit mittels qualitativem Forschungsdesign bearbeitet werden. Wie bereits erwähnt, ist es Interesse dieser Forschungsarbeit die Lebenswelt von betroffenen Menschen zu erfassen und diese Lebenswelt als Gesamtheit zu verstehen. Dementsprechend bietet sich für die Erhebung das Biographische Interview an. Die angewendete Form des Biographischen Interviews innerhalb dieser Arbeit bezieht sich auf die Methodologie nach Schütze (1983) und Rosenthal (2002), welche in ihren Ausführungen auf der Methodik Schützes aufbaut. An dieser Stelle möchte ich noch versuchen, die Wahl der Methodik zu begründen. Da sich die Forschungslandschaft zum Phänomen der Erschöpfungs- und Überforderungszustände derzeit als eine rein quantitative darstellt und diese, wie bereits erwähnt, nur sehr vage und lückenhafte Ergebnisse zu Tage fördert, erschien mir eine qualitative Methodik als einzige Möglichkeit um einige Grundsatzfragen zum Phänomen zu eröffnen und auch auf zu arbeiten. Die Anwendung von Biographischer Forschung impliziert natürlich die Annahme, dass Ursachen und Auslöser einer Erschöpfungserkrankung in der Biographie eines Individuums zu finden sind. Wichtig ist mir an dieser Stelle nur zu betonen, dass innerhalb der Analyse kein spezieller Fokus auf eine bestimmte Lebens- oder Entwicklungsphase, sowie auf kein spezielles gesellschaftliches oder soziales Feld gelegt wurde. Da die Ursachen des Phänomens anhand quantitativer Erhebung nicht wirklich erhoben bzw. eingegrenzt werden konnten, war es aus meiner Sicht schlüssig die Ursachen im Lebenszusammenhang der Personen zu erforschen, fernab von neurologischen und medizinischen Konzepten, um auch gleichermaßen den konstruktiven Einfluss des Lebenslaufs, der sozialen Umwelt und gesellschaftlicher Entwicklungen auf Phänomene wie psychische Erkrankungen hervorzuheben. Denn *„vieles, manchmal alles, hängt davon ab, wie der Biographieträger die negativen Ereignisverkettung erfährt und wie er sie theoretisch verarbeitet“* (Schütze 1983: 284), oder um diesen Gedanken noch einen Schritt rückwärts zu denken: wie ein Biographieträger eine Ereignisverkettung erfährt, mag unter Umständen aus einem Lernprozess innerhalb seiner Biographie resultieren. Um bei dem Theoretischen Hintergrund von Fritz Schütze zu bleiben, wird in dieser Forschungsarbeit die Frage nach gewissen Prozesstrukturen gestellt.

Schütze erklärt dies folgendermaßen: *„Ich möchte die These vertreten, daß es sinnvoll ist, die Frage nach Prozeßstrukturen des individuelle Lebenslaufs zu stellen und davon auszugehen, daß es elementare Formen dieser Prozeßstrukturen gibt, die im Prinzip [...] in allen Lebensläufen anzutreffen sind. Darüber hinaus nehme ich an, daß es systematische Kombinationen derartiger elementarer Prozeßstrukturen gibt, die als Typen von Lebensschicksalen gesellschaftliche Relevanz besitzen“* (ebd.: 284). Dem ist hinsichtlich der Vorannahmen zu dieser Forschung nichts mehr hinzu zu fügen. Ich möchte lediglich darauf hinweise, dass es sich bei den genannten *„Typen von Lebensschicksalen“* nicht um eine Abfolge ähnlicher Lebensereignisse oder Erfahrungen handeln muss. Für diese Erhebung kann ebenso eine Ähnlichkeit ein einer erlernten Grundhaltung oder einem Interpretationsschemata von Bedeutung sein. Rosenthal ergänzt die grundlagentheoretischen Vorannahmen Schützes und fasst sie in drei Punkten zusammen:

„1. Um soziale oder psychische Phänomene zu verstehen und erklären zu können, müssen wir ihre Genese – den Prozess ihrer Entstehung, Aufrechterhaltung und Veränderung – rekonstruieren.

2. Um das Handeln von Menschen verstehen und erklären zu können, ist es notwendig, sowohl die Perspektive der Handelnden als auch die Handlungsabläufe selbst kennen zu lernen. Wir wollen erfahren, was sie konkret erlebt haben, welche Bedeutung sie ihren Handlungen damals gaben und heute zuweisen und in welchen biographischen konstituierten Sinnzusammenhang sie ihre Erlebnisse stellen.

3. Um die Aussagen eines Interviewten/Biographen über bestimmte Themenbereiche und Erlebnisse in seiner Vergangenheit verstehen und erklären zu können, ist es notwendig, sei eingebettet in den Gesamtzusammenhang seines gegenwärtigen Lebens und in seine daraus resultierende Gegenwarts- und Zukunftsperspektive zu interpretieren“. (Rosenthal 2002: 134).

Ergänzend zu Schütze sollen diese drei Prämissen leitend für die Art dieser Forschung und ihre Betrachtungsweise sein. Forschungsgegenstand dieser Erhebung sind Menschen die in Ihrem Lebenslauf von Erschöpfungs- und Überforderungszuständen im Sinne einer chronifizierten Krankheit betroffen waren. Im konkreten Fall handelt es sich hierbei um Personen die entweder an Burnout als Haupt- oder Nebendiagnose und/oder Erschöpfungsdepressionen als Haupt- oder Nebendiagnose erkrankt sind. Der Grund warum diese Indikationen als Haupt- und Nebendiagnose miteinbezogen werden müssen, liegt in der Schwierigkeit der diagnostischen Abgrenzung, welche innerhalb dieser Arbeit bereits im

Einleitungs- als auch im vorangegangenen Forschungsteil beschrieben wurde. Um der Bezeichnung einer chronifizierten Krankheit gerecht zu werden, werden für diese Erhebung nur Personen ausgewählt, welche aufgrund dieser Erkrankung mindestens ein Monat durchgängig aus Ihrem Erwerbs- oder Ausbildungsleben ausgeschieden sind. Die Personen werden mittels Theoretischem Sampling ermittelt, wobei eben gerade hier darauf geachtet werden soll, dass eine breite Vielfalt an demographischen Merkmalen besteht. Inwieweit sich diese Vielfalt innerhalb der Erhebungsgruppe umsetzen lässt wird sich zeigen und mit Sicherheit auch Aufschluss über die Diagnostik und gesellschaftliche Ausformung dieser Erkrankungen geben. Die Interviews sollen in einem privaten Setting stattfinden, in welchem die Personen speziell aufgrund ihrer Diagnostik innerhalb eines geschützten Rahmens ihre Geschichte erzählen können. „*Die Frage nach den zeitlichen, den sequentiellen Verhältnissen des Lebenslaufs kann nun aber nur dann empirisch angegangen werden, wenn eine Methode der Datenerhebung zur Verfügung steht, welche Primärdaten erfasst, deren Analyse auf die zeitlichen Verhältnisse und die sachliche Abfolge der von ihnen repräsentierten lebensgeschichtlichen Stegreiferzählung erfüllt, wie sie mit Mitteln des narrativen Interviews hervorgehoben und aufrechterhalten werden können*“ (Schütze 1983: 285), schreibt Schütze in seinen methodischen Ausführungen. Angelehnt an das narrative Interview werden auch die Interviews dieser Forschungsarbeit unstrukturiert geführt. Nach Schütze wird das Biographische Interview in drei Teile untergliedert. Den ersten dieser Teile betitelt er als „*autobiographisch orientierte Erzählaufforderung*“. Auch die Interviews dieser Arbeit werden mit derselben Erzählaufforderung eingeleitet, welche wie folgt lautet: „*Ich möchte von Ihnen gerne Ihre Lebensgeschichte erfahren, mit all den Ereignissen und Erfahrungen die für Sie wichtig waren. Erzählen Sie mir von dem Punkt wie alles begann, bis zu dem Punkt wo Sie heute stehen. Ich werde Ihnen zuhören, Sie nicht unterbrechen und nur ein paar Notizen für später machen*“. Durch diese Einleitung soll der/die Interviewte dazu aufgefordert werden seine Erzählung zu beginnen. Die Erzählung darf zu keinem Zeitpunkt durch den/die Interviewer/in unterbrochen werden. Diese erste Erzählphase wird nur seitens des/der Interviewten durch klare Kommunikationsimpulse beendet, es handelt sich hierbei um das Phänomen welches Schütze als „Erzählkoda“ bezeichnet. Dieser Abschluss wird mit Worten wie „Das war’s, Ansonsten gibt es nichts mehr zu erzählen“, und ähnlichen Formulierungen eingeleitet. Nach Abschluss der ersten Phase hat der/die Interviewer/in nun die Möglichkeit Nachfragen zu Themen zu stellen, welche er/sie während der Erzählphase mitnotiert hat oder welche ihm/ihr unklar geblieben sind.

Auch Schütze bezeichnet diese zweite Phase mit „Nachfragen des Forschers“. Konkret sollte sich der/die Interviewer/in hier auf Themenmaterial der vorangegangenen Erzählung konzentrieren, *„das in der Anfangserzählung an Stellen der Abschneidung weiterer, thematisch querliegender Erzählfäden, an Stellen der Raffung des Erzählduktes wegen vermeintlicher Unwichtigkeit, an Stellen mangelnder Plausibilisierung und abstrahierender Vagheit, weil die zu berichtenden Gegenstände für den Erzähler schmerzhaft, stigmatisierend oder legitimationsproblematisch sind, sowie an Stellen der für den Informanten selbst bestehenden Undurchsichtigkeit des Ereignisgangs angedeutet ist“* (ebd.: 285). Diese Phase des Nachfragens generiert oft neue Erzählphasen. Auch innerhalb dieser Phasen ist es wichtig die/den Erzählende/n nicht zu unterbrechen. Scheinen alle Themenbereiche für den/die Interviewer/in ausreichend geklärt zu sein, kann die abschließende Phase folgen. Schütze titulierte diese mit *„Aufforderung zur abstrahierenden Beschreibung von Zuständen, immer wiederkehrenden Abläufen und systematischen Zusammenhängen“*. Bezugnehmend auf diese Forschungsarbeit wird diese Phase etwas adaptiert. Die besagten Zustände werden nicht aus dem bereits Erzählten generiert, sondern es handelt sich dabei um vorab definierte Themenschwerpunkte. Um deren Sinnhaftigkeit zu gewährleisten, sollten diese Themenschwerpunkte abgestimmt auf die Forschungsfrage oder das Forschungsinteresse ausgewählt werden. Die Interviews werden als Audio-Datei festgehalten und im Anschluss transkribiert. Um Genauigkeit in der Transkription zu gewährleisten, wird das Transkriptionsschema von Przyborski und Wohlrab-Sahr (2009: 266) verwendet. Die transkribierten Interviews werden im weiteren Verlauf ebenso nach der Methodik von Rosenthal und Schütze ausgewertet.

4.6 Auswertung und Analyse

Vor allem Rosenthal bietet zur Auswertung Biographischer Interviews eine kombinierte Methode an, indem sie die Textanalytischen Methoden von Schütze mit der strukturalen Hermeneutik nach Oevermann et al. (1979) verbindet. Rosenthal betont das diese Art der Analyse sowohl *„rekonstruktiv“* als auch *„sequenziell“* ist.

„Mit »rekonstruktiv« ist gemeint, dass nicht [...] mit vorab definierten Kategorien an den Text herangegangen wird, sondern dass vielmehr die Bedeutung einzelner Passagen aus dem Gesamtzusammenhang des Interviews erschlossen wird. Unter »sequenziell« wird hier ein Vorgehen verstanden, bei dem der Text bzw. kleine Texteinheiten entsprechend ihrer sequenziellen Gestalt, also in der Abfolge ihres Entstehens, interpretiert werden“ (Rosenthal 2002: 144). Schütze schlägt zur Analyse des ausgewerteten Materials wiederum einzelne Schritte vor. Der erste Schritt der Analyse besteht nun darin den gesamten Text auf den tatsächlich narrativen Teil zu reduzieren. Dies bedeutet jegliche Passagen der Transkription zu eliminieren, welche nicht als eine Erzählung kategorisiert werden können. Schütze nennt diesen Analyseschritt *„formale Textanalyse“*. Für die Analyse des Textmaterials dieser Arbeit wird versucht größtmöglich auf diesen ersten Teil der Analyse nach Schütze Rücksicht zu nehmen, jedoch kann nicht ausgeschlossen werden, dass auch nicht-narrative Bestandteile der Transkription als aufschlussreich für das Forschungsinteresse betrachtet und somit in die Auswertung miteingeschlossen werden. Den zweiten Schritt der Analyse bezeichnet Schütze als *„strukturell inhaltliche Beschreibung“*. Es geht hierbei um eine Reihung der einzelnen Erzählelemente. Sie werden anhand ihrer Verbindungen und Betonungen analysiert und in eine Chronologie gebracht, welche sich auf ihren Bedeutungsgrad bezieht. Rosenthal empfiehlt hier noch eine Unterscheidung in die biographische Bedeutung der jeweiligen Lebensgeschichte sowie die damit verbundene Selbstpräsentation, also gegenwärtige Darstellung. *„Bei der Rekonstruktion der Fallgeschichte versuchen wir also, die Genese der erlebten Lebensgeschichte aufzuschlüsseln und bei der Analyse der biographischen Selbstpräsentation die Genese der Darstellung in der Gegenwart, die in ihren thematischen und temporalen Verknüpfungen prinzipiell von der Chronologie der Erlebnisse differiert, zu rekonstruieren“* (ebd.: 144). Der Analyseschritt Rosenthals stellt im Grunde eine Brücke zwischen dem zweiten und dem dritten Teil der Analyse nach Schütze dar. Der dritte Analyseschritt nach Schütze wird mit *„analytischer Abstraktion“* bezeichnet. Dieser Teil soll dazu dienen um die Prozessstruktur der reduzierten Textpassagen heraus zu arbeiten, also die Abfolgen im Lebenslauf. Wohingegen im vierten Schritt, der sogenannten *„Wissensanalyse“*, die Selbstdarstellung der interviewten Person hervorgehoben werden soll. An dieser Stelle schließt sich auch wiederum der Kreis zur Analyse nach Rosenthal. Schütze empfiehlt hier das Augenmerk verstärkt auf *„Orientierungs-, Verarbeitungs-, Deutungs-, Selbstdefinitions-, Legitimations-, Ausblendungs- und Verdrängungsfunktionen“* (Schütze 1983: 287) zu legen.

Sind diese einzelnen Schritte nun für jede individuelle Lebensgeschichte abgeschlossen, geht es nunmehr darum die einzelnen Fälle miteinander in Beziehung zu setzen und zu vergleichen. Rosenthal erwähnt diesen Schritt nicht in ihren Ausführungen, da es anhand ihrer Analysetechnik nicht zwingend notwendig ist vergleichbares Material vorzuweisen. Schütze empfiehlt hingegen den Vergleich in Bezug auf bestimmte Fragestellungen anzuwenden. Die Analyse dieser Arbeit soll jedoch so angelegt werden, dass vorrangig jede Lebensgeschichte als Einzelfall und unabhängig von den anderen Lebensgeschichten analysiert wird. Erst danach sollen die einzelnen Fälle miteinander in Bezug gesetzt werden und mögliche Gemeinsamkeiten herausgefiltert werden. Es soll hierbei nicht zwangsweise darum gehen eine durchgängig Struktur ausfindig zu machen, sondern die Darstellung der Lebensläufe im Sinne ihrer Vielfältigkeit zu betrachten und mögliche Hinweise auf Indikatoren betreffend der Entwicklung von Erschöpfungs- und Überforderungsproblematiken zu erheben. Im weiteren Verlauf sollen noch Hintergrundinformationen zu den einzelnen Personen dargestellt werden, bevor Ergebnisse der Forschung präsentiert werden.

4.7 Falldarstellung

Für diese Forschungsarbeit wurden fünf biographische Interviews geführt. Es wurde darauf geachtet eine relativ große Bandbreite an demographischen Merkmalen zu erreichen um, wie bereits erwähnt, das Phänomen der Erschöpfungs- und Überforderungszustände in seiner Vielfältigkeit fassen zu können und eine mögliche Abhängigkeit des Phänomens von einer speziellen Berufs-, Bildungs- oder Altersgruppe auszuschließen bzw. eine mögliche Abhängigkeit nicht zum Teil theoretischer Überlegungen zu machen. Da für die Methodik jedoch das Biographische Interview ausgewählt wurde, war die Datenmenge so zu wählen, dass sie im Rahmen einer Masterarbeit noch zu bewältigen war. Aus diesen beiden Gründen erschien die Wahl von fünf InterviewpartnerInnen als geeignet. Warum die Wahl auf diese konkreten Personen fiel, soll anhand von den folgenden individuellen Falldarstellungen erläutert werden. In diesem Zusammenhang soll ein Hintergrundwissen zu den jeweiligen Individuen, sowie zur Interviewsituation und zur Auswahlbegründung dargestellt werden.

Fall A:

Bei der ersten Person handelt es sich um einen Mann der zum Befragungszeitpunkt 46 Jahre alt ist. Bei ihm wurde ein Burnout diagnostiziert, im weiteren Verlauf seiner Krankheit wurden jedoch auch depressive Episoden festgestellt. Er machte eine psychiatrische Rehabilitation. Der Herr ist verheiratet und hat drei Kinder. Höchster Schulabschluss ist ein Universitätsabschluss. Er war zuletzt im Personalmanagement tätig. Die Person erschien sehr reflektiert im Bezug auf seine Krankheit. Das Interview verlief in einem ruhigen, abgegrenzten Raum ohne etwaige Störungen.

Fall B:

Hierbei handelt es sich um eine Frau im Alter von 61 Jahren. Sie litt an einer Erschöpfungsdepression. Die hauptsächliche Behandlung erfolgte mittels Psychopharmaka. Sie ist verheiratet und hat vier Kinder. Die Dame hat einen Abschluss an der pädagogischen Hochschule. Sie war als Lehrerin tätig und ist derzeit bereits pensioniert. Das Gespräch wurde in einem separaten Raum abgehalten, welcher straßenseitig lag und durch die geöffneten Fenster teilweise durch den Straßelärm gestört wurde.

Fall C:

Fall C ist ein Mann im Alter von 42 Jahren mit Migrationshintergrund. Er erlitt ein Burnout und war seither in psychologischer, therapeutischer und medizinischer Behandlung, sowie eine psychiatrische Rehabilitation. Er befindet sich in einer Lebensgemeinschaft ohne leibliche Kinder. Höchster Schulabschluss ist ein Maturaabschluss einer HTL. Er war Zeit seines Lebens in der IT-Branche tätig. Das Interview verlief ohne Störungen in einem abgegrenzten, ruhigen Raum. Die Person war dem Interview gegenüber sehr aufgeschlossen und erzählte umfangreich und ausführlich.

Fall D:

Bei dieser Person handelt es sich um einen Mann im Alter von 34 Jahren. Höchster Schulabschluss ist ein Handelsschulabschluss. Er ist als Key-Account Manager für die Betreuung von Großkunden zuständig. Er ist verheiratet und hat zwei Kinder. Bei ihm wurde

ein Burnout diagnostiziert, aufgrund dessen er in therapeutischer und medizinischer Behandlung und zusätzlich eine psychiatrische Rehabilitation in Anspruch genommen hat. Das Interview verlief sehr ruhig in einem separaten Raum. Die Person war dem Interview gegenüber ebenfalls sehr aufgeschlossen und erzählt sehr detailliert.

Fall E:

Fall E ist ein Mann im Alter von 24 Jahren. Zum Befragungszeitpunkt ist der höchste Schulabschluss der Person ein Maturaabschluss, absolviert jedoch momentan ein Universitätsstudium. Er leidet an einer Erschöpfungsdepression und ist in psychotherapeutischer Behandlung. Er ist nicht verheiratet und hat keine Kinder. Die Interviewsituation war sehr ruhig und angenehm, der Interviewpartner stand dem Gespräch sehr aufgeschlossen gegenüber.

Die Interviewpersonen wurde im Sinne des theoretischen Samplings so ausgewählt, dass ihre demographischen Daten im Bezug auf Alter, Beruf, Schulausbildung und Lebenssituation so stark wie möglich variieren. Auffallend ist in diesem Zusammenhang, dass in diesem Fall hauptsächlich Männer als Gesprächspartner herangezogen werden konnten. Dies kann zum Einen mit der Tatsache begründet werden, dass Burnout aufgrund seiner Konnotation mit einem gewissen Leistungsparadigma stärker bei Männern diagnostiziert wird, weil es tendenziell eher mit der stereotypisierten Vorstellung der Männlichkeit vereinbar ist. Bei Frauen wird hingegen oftmals eher und auch schneller eine Depression diagnostiziert, weil diese Diagnose mit stereotypen Eigenschaften von Fraulichkeit vereinbar ist. Wie bereits eingangs skizziert ist die Symptomatik zwischen Burnout und Depression oft nur sehr schwer voneinander zu trennen.

5. Forschungsergebnisse

Bei der Analyse der transkribierten Interviews im Sinne von Rosenthal und Schütze ließen sich gewisse Themenbereiche oder Gemeinsamkeiten festmachen, welche innerhalb der Interviews wiederholt vorkamen. Im Folgenden sollen diese Themenbereiche dargestellt werden und eine mögliche Erklärung für die Wiederholung sowie die Häufigkeit ihres Auftretens und eine mögliche Verknüpfung zur Symptomatik der Erschöpfungs- und Überforderungszustände erbracht werden. Ich möchte vorausschicken, dass selbstverständlich nicht jeder Themenbereich innerhalb der Interviews im selben Ausmaß auftrat. Manche thematischen Schwerpunkte oder Entwicklungen im Lebenslauf waren auch gar nicht bei allen InterviewteilnehmerInnen zu verzeichnen. Es handelt sich hierbei jedoch um Themengebiete oder Lebensereignisse die in den jeweiligen Interviews für die jeweilige Person von großer Bedeutung waren.

5.1 Symptombeschreibung

Es handelt sich hierbei um keinen maßgeblichen Punkt des Forschungsinteresses. Trotzdem erscheint es mir, aufgrund der bereits aufgezeigten Unklarheit des Krankheitsbildes, als eine Notwendigkeit einen Versuch zur Darstellung der Symptomatik zu wagen. Allen voran findet sich bei allen Personen eine Phase des erhöhten Leistungsanspruchs. Dieser Anspruch bezieht sich jedoch auf sehr unterschiedliche soziale Felder. Erwähnt wird hier der Beruf, die Familie, ehrenamtliche Tätigkeit oder auch Schulausbildung und Studium. Wer diesen Anspruch konkret stellt ist an dieser Stelle noch nicht relevant und soll erst in den folgenden Kapiteln behandelt werden. Der hohe Leistungsanspruch geht einher mit einem Absinken der Selbstwahrnehmung oder zumindest mit der Wahrnehmung eigener körperlicher Symptome und Bedürfnisse. Eine Person beschreibt dies folgendermaßen: *„Nur der Geist war irgendwie zu stark und zu sehr in dem Leistungsdruck drinnen, dass ich gar nicht gemerkt hab, dass der Körper sagt, aus, es geht nicht mehr“*. Für die Betroffenen scheinen sich in dieser Phase Probleme und Anforderungen zu häufen. Eine interviewte Person beschreibt dies mit folgender Metapher: *„[...] wie auf einem Kerbholz – immer eine neue Kerbe in mein eh schon dünnes Nervenkostüm, eine neue Kerbe reingeben“*.

Die interviewten Personen beschreiben diese Phase oft mit dem Verb *„funktionieren“*. Sie haben das Gefühl in einem System nur mehr zu funktionieren unter Ausblendung etwaiger menschlicher Aspekte. Auf diese Phase, welche in diesen Fällen oft monatelang andauerte,

folgt die Wahrnehmung einer verminderten Leistungs- und Aufmerksamkeitsfähigkeit. Die Betroffenen reagieren auf diese Wahrnehmung meist unterschiedlich. Eine Gruppe fühlt sich davon schon so stark betroffen, dass sie einen Arzt aufsucht, die andere Gruppe versucht diesem Leistungsabbau mit noch mehr Engagement entgegen zu wirken. Gemeinsam ist Beiden, dass sie aus dem Auftreten dieser ersten Symptomatik keine längerfristigen Schlüsse ziehen und keine dauerhafte Veränderung ihres Verhaltens in Betracht ziehen – zumindest noch nicht in dieser ersten Phase des Phänomens, denn der Besuch beim Arzt der einen Gruppe führte in diesen Fällen nur zu einer einstweiligen Krankschreibung, auf welche im Anschluss wieder eine Phase erhöhtem Leistungsdrucks folgte. Körperliche Alarmsignale werde also übersehen oder vielleicht auf einfach nicht ernst genommen bis das Maximum an Leistungsfähigkeit erreicht ist. Ist eine gewisse Grenze an körperlicher Resistenz und Leistungsfähigkeit überschritten und zwar über einen länger andauernden Zeitraum, zeigen sich bei den Interviewpersonen Symptome wie Schlafstörungen, Essstörungen, Traurigkeitsanfälle im Sinne einer Depression, Depersonalisierung, Lustlosigkeit und ein permanentes Überforderungsgefühl, bereits bei kleinen Erledigungen des Alltagslebens. Eine Interviewperson beschreibt diesen Zustand folgendermaßen: *„Irgendwie hab ich so das Gefühl, ich werd’ so von einem riesigen Stein erschlagen“* und *„es ist alles ausgebrannt, ich hab keine Energie mehr, meine Batterien sind komplett leer, also leerer als leer, da ist einfach nichts mehr vorhanden“*. Eine andere Person beschreibt ihren Zustand wie folgt: *„Nur ich hab überhaupt keinen Spaß mehr empfunden an irgendwas. War komplett leer. Wie ein leerer Handy-Akku der piepst und nach Hilfe schreit“*. Liegt in der Familie bereits eine Suchtproblematik vor, wird oftmals versucht diese Phase noch mit etwaigen Suchtmitteln zu kompensieren, dabei wird auf erlernte Präventionsmittel aus den eigenen Beobachtungen der Kindheit zurück gegriffen. Früher oder später kehrt jedoch bei allen InterviewteilnehmerInnen die Einsicht ein, dass sich dieser Zustand nicht mehr von alleine auflösen wird und das man professionelle Hilfe benötigt. Interessanterweise basiert das Aufsuchen von ärztlicher oder psychologischer Hilfe in allen Fällen auf der eigenen Erkenntnis und Initiative. In vielen Fällen haben sich die Betroffenen bereits vorab informiert und eine eigene Diagnose passend zu ihren Symptomen erstellt. Nach dem Aufsuchen von meist ärztlicher Hilfe befinden sich alle Personen im Zeitraum von mehreren Wochen bis zu mehreren Monaten im Krankenstand. In diesem Zeitraum nehmen die betroffenen weitere verschiedenste Arten von Hilfe an. Diese Hilfe reicht von weiterführender ärztlicher Betreuung, über psychologische, psychotherapeutische Betreuung und auch Inanspruchnahme von psychiatrischen

Rehabilitationsangeboten. Innerhalb dieser Ruhezeit verringert sich die Symptombelastung und es wird nach Strategien und Wegen gesucht, um nicht ein wiederholtes Mal in einen ähnlichen Prozess der Erschöpfung und Überforderung zu gelangen. Die meisten der InterviewpartnerInnen befanden sich zum Zeitpunkt des Interviews entweder am Ende dieser Regenerationsphase oder waren schon darüber hinaus. An dieser Stelle möchte ich noch kurz das Resümee einer Personen zum Verlauf ihrer Symptomatik und zu den Vorsätzen betreffend einer Verhaltensänderung zitieren: *„Is halt so, ein Auto fährt ja auch nicht ohne Sprit. Ja, und jetzt arbeite ich halt daran, dass ich den Tank quasi nicht mehr leer fahr, sondern regelmäßig nachtanke, ja“* .

5.2 Aufopferung für Andere

Innerhalb dieses Themenbereichs verschmelzen die Analysepunkte von Schütze und Rosenthal und lassen sich nicht mehr klar voneinander unterscheiden. Es handelt sich in diesem Unterkapitel um eine Erzählung, die zum einen für die Chronologie der Krankheitsentwicklung eine wichtige Rolle zu spielen scheint und zum anderen einer gewissen Art der Selbstdarstellung der Interviewpersonen zugetan ist. Dieses Phänomen kann folgendermaßen beschrieben werden: Die Personen beschreiben unterschiedliche Situationen, in welchen ihre Mitmenschen mit einer Bitte oder einer Aufgabe an sie herantreten. Oft geschieht dies in einer Zeit, in welcher sie bereits mit etlichen anderen Tätigkeiten eingedeckt sind, welche sie für sich selbst oder eben bereits für jemand anderen erledigen. Obwohl ihnen in diesem Stadium der Grad ihrer Überforderung mit den gestellten Aufgaben bereits bewusst ist, gelingt es ihnen nicht ein weitere Bitte oder Aufgabenstellung abzulehnen. Diese Vorgehensweise wird deutlich durch Formulierungen wie: *„Es könnt aber auch sein, dass durch das Zurücknehmen quasi der Zeit, die ich für mich sozusagen verbring, einfach der Energie oder sonstiges, ah, dass in mir sozusagen die Flamme irgendwie erloschen ist“*. Die Interviewperson bezieht sich hier auf eine andauernde Zurücknahme ihrerseits und ihrer Bedürfnisse in Bezug auf ihre Mitmenschen.

Diese Zurücknahme oder Aufopferung stellen die Personen im Bezug auf unterschiedliche Lebenslagen und auch unterschiedliche Bezugspersonen dar. Es handelt sich bei den Erzählungen oft um Lebenspartner, Ehepartner, Eltern, Kinder oder aber auch Freunde und

Arbeitskollegen. Sie erleben die Zurückhaltung ihrer Selbst im Bezug auf Ausbildungswahl, Zeitressourcen, Wahl von Freizeitaktivitäten und grundsätzlich in vielen kleineren und größeren Entscheidungen des alltäglichen Lebens. Während des Interviews gelangen sie meist zu der Auffassung, dass diese Verhaltensweise Teil ihrer Symptomatik, also ihres Krankheitsbildes, ist. An dieser Stelle der Erzählungen wirkt meist ein starker Selbstdarstellungsaspekt auf die Darstellung der eigenen Geschichte ein. Eine mögliche Erklärung wäre hier, dass diese Selbstdarstellung auf gewissen generalisierten Annahmen, betreffend Erschöpfungserkrankungen wie Burnout, beruht. Denn Symptome wie : freiwillig unbezahlte Mehrarbeit, Gefühl der Unentbehrlichkeit, Schuldgefühle, reduzierte Selbstachtung und exzessive Bindung an Einzelne (vgl. Burisch 1989: 12), sind mittlerweile ein weit bekanntes Wissensgut, wenn es zur Deutung und Interpretation von Burnout kommt. Insofern könnte es sich bei der Darstellung dieser Eigenschaften um eine mögliche Reinterpretation auf Basis des erlernten Wissens über das Krankheitsbild handeln. Die Interviewpersonen schließen jedoch aus dieser Deutung ihrer Verhaltensweisen, dass es sich hierbei um eine Begebenheit handelt, welche durch eigenes Engagement verändert werden muss, dies äußert sich innerhalb des Interviews wie folgt: *„Ich traue mich nicht wirklich, oder ich hab immer ein schlechtes Gewissen, oder hab mir das angeeignet, das wieder zurück zu erlangen, das Interesse für mich selber“* oder auch: *„Bin wirklich ein exzellenter Zuhörer und auch vielleicht Tipp-Geber und sowas ja. Aber ich hab mich da wirklich viel zu wenig um mich selber gekümmert“*. Im Anschluss an die Erzählphase wurde versucht, genau diese Erzählungen noch einmal zu hinterfragen und die Interviewpersonen aufzufordern mögliche eigene Erklärungsansätze für ein solches Verhalten zu erbringen. Diese Ansätze reichen von einer Fortführung der Selbstdarstellung im bisherigen Sinne bis zu einer gewissen Art der Selbstoffenbarung. Eine Interviewperson beschreibt dieses Verhaltensmuster der Aufopferung und Selbstrücknahme als eine Art Charakterstärke oder auch persönliche Eigenschaft. An dieser Stelle gestaltet sich die Darstellung dieser spezifischen Verhaltensweise als ambivalent, da sie zum einen als ursprüngliche Eigenschaft und zum anderen als Teil der Krankheit betrachtet wird. Was zu der Frage führen könnte: Bedingt ein bestimmter Charakter die Erkrankung an Burnout? Die weiterführende Auswertung der Interviews wird uns früher oder später erneut zu dieser Frage zurück führen.

Konkret äußert sich diese Vorstellung über die Verhaltensweise der Aufopferung als Charaktereigenschaft folgendermaßen: *„Naja, ich denke, dass ist einfach Veranlagung, dass man dieses empathische Talent hat, auf andere Menschen einzugehen, und ich finde, dann ist*

man verpflichtet das auch auszuleben“. Eine weitere Version eines Erklärungsansatzes führt in eine andere Richtung. Auf der Suche nach einer Erklärung für das spezifische Verhalten und auf die Frage warum die Person ihre eigene Meinung in unterschiedlichen Lebenssituationen zurück behält und tendenziell eher den Ansichten seiner Mitmenschen den Vortritt lässt, gelangt eine Interviewperson zu folgendem Schluss: *„ Weil ich Angst hab kritisiert zu werden, aufgrund der Sachen die ich vorschlage“*. Diese beiden Erklärungsversuche scheinen sich zu Beginn als Gegensatz darzustellen, wobei dieses Vorurteil bei genauerer Betrachtung schwindet, denn unter Umständen wird eine gewisse Sensibilität gegenüber Kritik oder Widerspruch der Mitmenschen im Prozess der Selbstdefinition als Empathie umgedeutet. Möglicherweise bewirkt aber auch diese Sensibilität ein gesteigertes Empathie Vermögen, da diese Menschen viel sensibler auf die Signale ihrer Mitmenschen in Kommunikation und Handlung reagieren. Diese Überlegungen können an dieser Stelle der Analyse noch nicht geklärt werden. Für die fortlaufende Darstellung der Interviewauswertung gilt es jedoch sich genau diese Ansatzpunkte im Hinterkopf zu behalten, da ihnen weiterführend noch eine größere Bedeutung zugestanden werden muss.

5.3 Selbstanspruch

Neben der Vorstellung wie viel Zeit und Engagement man zur Hilfe Anderer investieren sollte, zeichnen sich die Interviewpersonen zusätzlich durch ein bestimmtes Leistungsverständnis aus. Dieses spezielle Leistungsverständnis wird in diesem Kontext mit Selbstanspruch betitelt, weil es sich im Grunde um eine Leistungsanforderung an sich selbst handelt. Dieser Selbstanspruch bezieht sich zum einen natürlich wiederholt auf Tätigkeiten oder Handlungen die man für andere vollbringt, aber auch auf Leistungen, welche nicht mit sozialem Dank oder mitmenschlicher Anerkennung, sondern mit einem abstrakteren Bewertungssystem versehen sind wie Benotung oder Bezahlung. Dieser Anspruch kann an folgenden beispielhaften Aussagen festgemacht werden:

„Ich wollt auch der Beste sein. Ah und das hat für mich, wenn ich, ich hab gewusst wenn ich lauter Einser hab, dann bin ich glücklich, hab ich immer so das Gefühl gehabt“. Aus dieser Aussage lässt sich auch schließen, dass der Anspruch nicht auf eine bestimmte Leistungsbasis

bezieht, sondern das sie nur eine Wertigkeit im Vergleich erlangt. Man vergleicht die Leistung mit seinen Mitmenschen, seinen Kollegen, seinen Schulkameraden oder auch Freunden. Es geht an dieser Stelle nicht mehr nur darum eine gute Leistung zu erbringen, sondern darum eine bessere Leistung als die Anderen vorweisen zu können. Folgende Aussage unterstreicht dieser Wertigkeit ebenso: *„Ich kannte das nicht für mich, ich hab immer nur Erfolg gehabt und war das irgendwie gewöhnt, ja. Und es hat auch super Spaß gemacht. Weil, wer gewinnt nicht gerne? Oder wer kriegt nicht gern mehr Kohle als die Anderen? “.* Ist dies der Anspruch der neuen Leistungsgesellschaft? Und wenn ja, ist die Leistung an dieser Stelle überhaupt noch das anzustrebende Ziel per se? Denn wenn es keine Norm mehr gibt, mit welcher eine Leistung als gut oder schlecht und ausreichend und nicht genügend kategorisiert wird, sondern das erklärte Ziel das Übertrumpfen des Anderen ist, dann handelt man nicht mehr für einen bestimmten Outcome, sondern man handelt für die Befriedigung seines Egos. Zweifelsohne ist dies sicherlich nicht das erklärte Ziel jeder Handlung, aber es scheint eine gewisse Entwicklungstendenz eines solchen Selbstanspruches nachzeichenbar zu sein. Auch an dieser Stelle der biographischen Erzählungen vermischt sich die biographische Erzählung mit der Thematik einer gewissen Selbstdarstellung oder auch mit der Darstellung eines gewissen Krankheitsbildes. Die Interviewpersonen identifizieren auch diese Eigenschaft als Teil der Erkrankung und deuten an, dass dies im Sinne ihrer dauerhaften Genesung geändert werden muss. *„Und das war so der Punkt bei mir wo ich auf einmal, wo sich irgendwie ein Schalter umgelegt hat. Ja, es stimmt voll, und okay ich hab Fehler, aber die hat jeder und ich kann einfach nicht perfekt sein , weil, ja weil ich halt einfach, nur ein Mensch bin, ich hab einfach nicht die Möglichkeit, dass ich ideal bin. Und Ideale sind einfach da, dass man, dass sie eine Richtung angeben, aber nicht dass sie einen wie einen Marmorblock unter sich begraben“.* An diesen Stellen der Interviews war oft nicht eindeutig zu erkennen, in welcher Lebensphase sich dieser Selbstanspruch entwickelt hatte. Handelte es sich hierbei wiederum um etwas, das die Interviewpersonen als ursprüngliche Charaktereigenschaft betrachteten oder war dies als etwas im Lebenslauf Erlerntes zu betrachten? Innerhalb der Nachfragephase der Interviews wurde versucht genau diese Frage zu klären.

Die Antwort fiel folgendermaßen aus: *„ Also ich könnt jetzt irgendwie nicht sagen, dass ich den Perfektionismus in der Schul schon gehabt hätte, im Gegenteil, da war mir alles, naja, locker flockig“* und weiter *„Ich glaub der Perfektionismus hat wirklich seine Wurzeln im Beruf“.* Im Sinne der Selbstdarstellung nach Rosenthal müsste aus dieser Antwort geschlossen

werden, dass es tatsächlich einen starken Zusammenhang zwischen Leistungsanspruch und Arbeitswelt geben muss. Die Anforderungen des modernen Berufsalltags haben neue überdurchschnittliche Standards im Bezug auf Leistungserbringung hervorgebracht. Bezugnehmend auf die geführten Interviews und unter Einbezug der biographisch chronologischen Erzählanalyse nach Schütze, finden sich bei den Interviewpersonen auch bereits in früheren Lebensphasen Tendenzen zu einem erhöhten Leistungsanspruch, welcher jedoch in der gegenwärtigen Selbstdarstellung oft nicht berücksichtigt wird. Grundsätzlich können die Interviewpersonen in dieser Hinsicht in zwei Gruppen eingeteilt werden. Die eine Gruppe zeigt sehr wohl auch bereits zu Schulzeiten einen hohen Anspruch an erbrachte Leistungen auf. Dies zeigt sich meist in dem bereits aufgezeigten Anspruch gute Noten zu erlangen. Wie in der letzten Interviewpassage deutlich wird, gibt es jedoch auch die zweite Gruppe, welche diesen Anspruch in ihrer Schulzeit offenbar entweder tatsächlich nicht gelebt oder diesen nicht als solchen wahrgenommen hat. Auffallend ist jedoch bei dieser Gruppe, dass sie diesen erhöhten Leistungsanspruch dann in einem anderen Lebensbereich bereits in jungen Jahren aufweist. In den meisten Fällen handelt es sich hierbei um Leistung im Sport oder Leistung in Form von Highscores im Bezug auf digitale Spiele. Interessanterweise äußert sich eben jene Interviewperson, welche im vorangegangenen Zitat den ihren Perfektionismus mit dem Beruf in Verbindung brachte zu Beginn des Interviews, ganz unabhängig von der Frage nach dem Ursprung des Selbstanspruches wie folgt: „*Jetzt gerade bei der Einzeltherapeutin hab ich eine Aufgabe gestellt gekriegt, wo mein Perfektionismus und das Ganze herkommt. Und irgendwie bin ich so drauf gekommen, ich hab früher Fußball gespielt mit 10 und bis 14 hab ich gespielt, bei einem Verein. Und wir haben vier Jahre lang kein einziges Match verloren, nur eines unentschieden gespielt, da weiß ich sogar heute noch wer das war und wie der Stand war*“. An dieser Stelle zeigt sich deutlich, dass die Wahrnehmung des persönlichen Selbstanspruches durch einen gewissen Anspruch auf Selbstdarstellung überlappt wird. Beeinflusst wird diese Darstellung wahrscheinlich durch den thematischen öffentlichen Konnex zwischen Burnout und der Arbeitswelt. Aber eben diesen Konnex gilt es zu durchbrechen, um die Gesamtheit des Phänomens begreifen zu können.

Denn an diesem Punkt der Forschung drängt sich die Frage auf, ob ein erhöhter Selbstanspruch nicht tatsächlich als ursprüngliche Charaktereigenschaft von Menschen welche an einer Erschöpfungs- oder Überforderungserkrankung leiden betrachtet werden muss. Und vielleicht ist es nicht die Arbeitswelt die diesen hohen Anspruch an das Selbst hervorbringt, sondern möglicherweise führt dieser bereits vorhandene Anspruch zu einer

bestimmten Berufswahl, welche diesen Selbstanspruch noch weiter fördert. Vor allem im Bezug auf diese Annahme, drängt sich verstärkt die Frage auf, wo im Lebenslauf denn dann der Entstehungszeitpunkt und auch der Entstehungshintergrund für diesen Leistungsanspruch an das Selbst festzumachen ist.

5.4 Über- und Unterforderung

Burnout, im Sinne der klassischen Interpretation ist eine Folge von Überforderung, welche meist im Arbeitskontext stattfindet. Die Folge davon ist das so oft betitelte und bereits diskutierte „ausbrennen“. Marion Rook beschreibt diesen Zustand folgendermaßen: *„Ausbrennen bedeutet: leer werden. Die eigenen körperlichen und seelischen Reserven erschöpfen. Sich selbst bei dem Versuch zerstören, unter Aufbietung aller Kräfte unrealistische Erwartungen zu verwirklichen, die selbstgesetzt oder im Wertesystem der Gesellschaft aufgezwungen sind“* (Rook 1998: 209f). Die Auswertung der Interviews belegt jedoch, dass Personen die an einem Burnout erkranken gar nicht notwendigerweise an einer Überforderung ihrer Kräfte erschöpfen. *„Es ist glaub ich nach wie vor so, dass Burnout mit heilloser Überlastung zu tun hat, ja, oder gleichgesetzt wird. Das genaue Gegenteil ist genauso schlimm. Ja, so ein Boreout“*. Mit diesen Worten beschreibt eine Interviewperson die Phase bevor die Diagnose Burnout gestellt wurde. In diesem Zusammenhang scheint es so, als würde nicht schlicht ein überhöhter Grad an Leistungseinsatz zur Überforderung führen, sondern das Gefühl ein gewisses Pensum an Leistung zu erbringen und dafür kein positives Feedback zu erlangen oder keine konkreten Ergebnisse wahrzunehmen. *„Und wenn das so wie bei mir in der Firma ist, dass jede Überraschung nämlich nur negativ behaftet ist, dann, ja. Dann hört sich das auch auf die Neugierde glaub ich, irgendwann. Wenn der gesunde Mix fehlt, zwischen Up and Down“*. Die Interviewperson beschreibt hier eine Situation, in welcher sie für ihre Arbeitsleistung über lange Zeit nur negatives Feedback erhalten hat. Dies führte in weiterer Folge zu einer gewissen Demoralisierung und in weiterer Folge dazu, dass sie die Lust an ihrer Tätigkeit verlor und diese mehr als Last als einen Schaffungsprozess betrachtete. Diese Passagen der Biographischen Interviews werfen die Frage auf, mit welcher Zielgerichtetheit in dem Fall Leistung erbracht wird oder etwas subtiler: Wofür erbringen diese Menschen ihre Leistung? Was ist das Ziel? Natürlich erklärt es sich von selbst, dass in einer Gesellschaft mit ausdifferenzierter Arbeitsteilung gewisse Leistungsvorgaben mit einem bestimmten Berufsbild identifiziert werden und dass Menschen die eben diesen oder jenen

Beruf ausüben, sich wiederum mit diesen Leistungsanforderungen identifizieren. Doch was führt eben jene Menschen dazu eine gewisse Leistungsvorgabe dermaßen zu überspannen? In den Interviews wird diese Anforderung nicht als etwas von Außen kommendes dargestellt.

Natürlich erlangten die Interviewpersonen aufgrund ihrer Mehrarbeit einen gewissen Ruf in ihrem sozialen Umfeld, auf welchen sowohl Arbeitgeber, Kollegen als auch Freunde mit vermehrten Arbeitsaufgaben und Bitten reagierten. Doch für die Schaffung einer solchen Identität bedarf es eines vorangegangenen Aufwandes, um diese Identität überhaupt herstellen zu können. Was also verleitet diese Menschen dazu mit diesem Mehraufwand zu beginnen? Aus den Interviews lässt sich schließen, dass diese Identität oft bewusst gewählt ist, um der Person eine spezielle Wertigkeit zu verleihen. Die Leistung wird oft nicht erbracht weil man sie anschließend selbst als Gut bewertet, sondern weil die Hoffnung besteht, dass jemand anderer diese Leistung als Gut anerkennt. *„Ich hab dann irgendwie so in mir das Gefühl gehabt, ich will nicht schlecht sein ja, und ich will der perfekte Bub für meine Mama sein, und ich will ja perfekt sein“*. Auch aus dieser Aussage einer Interviewperson lässt sich schließen, dass der Anspruch nicht zur Befriedigung einer persönlichen Wertigkeit, sondern zur Bestätigung einer positiven Wertigkeit, welche man von anderen Personen zugesprochen bekommt, dient. Bei den Personen mit denen die Interviews durchgeführt wurden, handelt es sich, wie bereits aufgezeigt, um Menschen welche in ihrer Kindheit häufig mit der Thematik Leistung in Kombination mit Erfolg konfrontiert wurden. Als Beispiele dafür wurden entweder die schulischen Erfolgserlebnisse oder sportliche Leistungen genannt. Die Symptomatik eines Burnouts scheint sich für die Interviewpersonen in einer Lebensphase zu entwickeln in welcher sie eben über einen langen Zeitraum keine Erfolgserfahrungen machen. *„Und damals war auch so der Erst-, das erste Mal der Punkt wo, wie ich gesagt hab, boah, ich kann nicht mehr. Weil es für mich einfach so ein arger Kontrast war, die Jahre davor ist es immer alles super gerannt und auf einmal rennt einfach alles schief“*. In den meisten Fällen folgt auf eine längere Zeitperiode der Überforderung, welche nicht in gewohntem Ausmaß positiv bewertet wird ein Gefühl der Unterforderung, welches ebenfalls über einen längeren Zeitraum anhält und zu einer Lustlosigkeit führt.

Diese Lustlosigkeit bezieht sich zu Beginn auf eben jene Tätigkeit, welche nicht ausreichend wertgeschätzt wurde und bedingt im weiteren Verlauf einen Großteil der Tätigkeiten und Handlungen des alltäglichen Lebens. In manchen Fällen war auch zu beobachten, dass sich das Gefühl einer zu geringen Wertschätzung für die erbrachten Leistungen auf mehrere Lebensbereiche gleichzeitige einwirkte. Dieses Gefühl wurde im Bezug auf das

Arbeitsverhältnis, den Schulalltag, das Engagement bei freiwilligen Tätigkeiten und Hobbies und auch betreffend den Einsatz zum Aufbau und Erhalt von sozialen Beziehungen aller Art wahrgenommen. Für den weiteren Verlauf dieser Analyse wird es wichtig werden die Frage zu klären, woher dieser Anspruch auf eine positive externe Bewertung kommt und ob dieser Anspruch bei den Interviewpersonen möglicherweise in einem erhöhten Maß vorhanden ist. Falls dem so ist, muss geklärt werden, aus welchen Ereignissen des Lebenslaufs sich dieses hohe Maß entwickelt hat.

5.5 Fremdbestimmung

Viele dieser ausgewählten Themenbereiche, welche sich während der Analyse der Interviews als wichtige inhaltliche Punkte dargestellt haben, weisen einen hohen Überschneidungsgrad auf. Dementsprechend müssen manche Ergebnisse doppelt dargestellt werden, weil unter Umständen auch mit einem weiteren thematischen Schwerpunkt und damit einem neuen Blickwinkel dieselbe Aussage getroffen werden muss. Das Thema Fremdbestimmung stellt eben ein solches dar. Vorab soll kurz dargestellt werden, warum diese Betitelung erfolgte. Wie bereits aufgezeigt war die Phase vor der Verhärtung der Symptomatik und der schlussendlichen Diagnose eines Burnouts oder einer Erschöpfungsdepression bei allen Interviewpersonen gekennzeichnet durch Handlungen, die von den Personen als missglückt oder nicht ausreichend wahrgenommen und wertgeschätzt interpretiert wurden. Kurz, der tatsächlichen Erkrankung ging eine Reihe von negativen Erfahrungen voraus. Interessant ist hierbei, dass, ähnlich wie bei dem Thema der Wertschätzung und des positiven Feedbacks auch hier die Schuld oder die Gründe in der Außenwelt, also bei den Mitmenschen gesucht werden. Dies äußert sich auf zwei unterschiedlichen Ebenen. Es beginnt damit, dass die Interviewpersonen wahrnehmen, dass sie viele Handlungen auf Basis der Anfragen oder Wünsche Anderer setzen und gar nicht aus einem ursprünglichen eigenen Bedürfnis oder wie sie es darstellen aus ihrem eigenen freien Willen heraus.

Diese Erkenntnis haben wir bereits im Unterkapitel über Aufopferung für Andere gestreift. An dieser Stelle soll es darum gehen noch einmal die Darstellungsweise der Interviewpersonen nach zu skizzieren, welche ihr Handeln teilweise so darstellen, als würden diese zu einem Großteil unreflektiert durch Fremdbestimmung angeleitet und als wäre dies die Norm innerhalb ihres Verhaltensrepertoires. Eine Interviewperson nennt als Hintergrund

für eine regelmäßig gesetzte Handlung: „*weil man es sich irgendwie erwartet hat*“ und verdeutlicht in einer späteren Passage des Interviews: „*ich hab einfach lange Zeit nicht gelernt nein zu sagen zu irgendwas*“. Woher diese Anspruch besteht, fremde Handlungsanweisungen so undifferenziert zu übernehmen und sich an diese zu halten wurde bereits ansatzweise in den vorangegangenen Unterkapitel geklärt. Es soll hier nur noch verdeutlicht werden, mit welcher Selbstverständlichkeit diese Fremdbestimmung auch in die Selbstdarstellung der Interviewpersonen integriert wird. Die zweite Ebene, auf welcher die Thematik der Fremdbestimmung sichtbar wird, betrifft jene der Verantwortungsübertragung. Gemeint ist damit, dass die Interviewpersonen größtenteils für eben jene negativen Erfahrungen vor dem schlussendlichen Zusammenbruch den Grund in der Außenwelt also bei den Mitmenschen suchen. Innerhalb der Interviews stellt sich diese Wahrnehmung insofern dar, als für negative Entwicklungen im Lebenslauf oftmals andere Personen zur Verantwortung gezogen werden. Falsche Entscheidungen oder Unzulänglichkeiten Anderer werden oft als Ursache für misslungene Entwicklungen im eigenen Lebenslauf verantwortlich gemacht, ohne einen gewissen Grad an Verantwortung bei sich selbst zu suchen. Bei einer Interviewperson wird dieses Abgeben der Verantwortung betreffend dem Verlauf nach der Erkrankungsphase sichtbar, indem diese Person meint: „*vielleicht hat sich die Firma ja Gedanken gemacht, wie sie mich jetzt am Anfang einsetzen kann*“. Hier wird deutlich, dass auch nach der Erkrankungsphase die Verantwortung der Wiedereingliederung in den Arbeitsalltag an Andere übertragen wird. Das Abgeben der Verantwortung scheint zwar kein durchgängiges Muster, welches sich über alle Lebensbereiche erstreckt zu sein, jedoch ist es verstärkt in eben jenen Bereichen wahrnehmbar, welche mit Leistungserbringung in Verbindung gebracht werden können. Hier ist eine verstärkte Tendenz der Selbstdarstellung erkennbar, welche glaubhaft machen soll, dass all jene Punkte die schlussendlich zur Erkrankung an Burnout oder Erschöpfungsdepressionen geführt haben nicht selbst verschuldet waren. Nun scheint dies jedoch in einem gewissen Widerspruch zur Selbstdarstellung des erhöhten Selbstanforderung zu stehen.

Denn der erhöhte Selbstanspruch wird erkannt und als persönliches Problem, welches die jeweilige Erkrankung gefördert hat, aufgefasst. Insofern wird an dieser Stelle doch ein Stück Selbstverantwortung übernommen. Jedoch wird auch dieser erhöhte Selbstanspruch, welcher in der Wahrnehmung der Interviewpersonen meist erst mit dem Arbeitsalltag zu Tage tritt, als etwas identifiziert, das von außen auferlegt wurde. In diesem Fall handelt es sich nur um keine Personifizierung, sondern die Verantwortung wird an die Arbeitswelt per se abgegeben.

Liegt also die Verantwortung für die Erkrankung an einem Burnout oder eine Erschöpfungsdepression in ihrer Ursprünglichkeit bei unserem System, mit den konkreten Ausformungen des Schulsystems und der Arbeitswelt und all den Leistungsansprüchen, die einem im modernen Alltag begegnen? Mit großer Wahrscheinlichkeit ist das System der Sündenbock, wenn es um die konkreten Formen der Praxis geht, welche diese Erschöpfungserkrankungen bedingen. Warum sich das System jedoch zu diesem Sündenbock entwickelt hat und wie die Entwicklung der Individuen ihren Beitrag dazu geleistet hat, gilt es anhand der weiterführenden Analyse zu klären.

5.6 Selbstdarstellung

Ein Stück weit dient dieses Unterkapitel zur Wiederholung und auch um ein gewisses Resümee über die bereits gewonnen Erkenntnisse darzustellen, welche Großteils mit der Thematik der Selbstdarstellung verknüpft waren, beziehungsweise unter der Prämisse der Selbstdarstellung aus einem anderen Blickwinkel betrachtet werden konnten. Zudem sollen die bereits behandelten Themenbereiche noch einmal verdichtet dargestellt werden um den drei folgenden Unterkapiteln, welche die Erkenntnisse der Analyse präzisieren werden, besser folgen zu können. Die Konzeption der Selbstdarstellung stellt bei der Analyse nach Rosenthal (2002) einen wichtigen Blickwinkel der Analyse dar. Der erhöhte Selbstanspruch erscheint bei der Auswertung als einer der wichtigsten analytischen Punkte, vor allem da die Darstellung dieses Bereichs durch die Interviewpersonen von den faktischen Erzählungen des Lebenslaufs abweicht. Gemeint ist damit, dass die Interviewpersonen ihren erhöhten Selbstanspruch erst mit Eintritt ins Erwerbsleben wahrnehmen oder zumindest darstellen. Aufgrund der chronologischen Erzählungen lässt sich dieser Anspruch jedoch bereits in der Kindheit auf verschiedenen gesellschaftlichen Gebieten wahrnehmen.

Gleichzeitig wird innerhalb der Selbstdarstellung der erhöhte Selbstanspruch als ursprüngliche Charaktereigenschaft präsentiert: *„Also ich bin offenbar der Typ der sich immer überfordert“*. Dieser Selbstanspruch wird auch als etwas dargestellt, das von Außen an die Personen herangetragen wird. *„Nein es war schon so, sie hat mich dann trotzdem ein bisschen härter hergenommen, weil sie wusste, um was ich eigentlich zu leisten im Stande bin, ja“*, so beschreibt eine Interviewperson den Leistungsanspruch, welchen ihm eine Lehrerin in der Oberstufe entgegen brachte. Etwas anders, aber auch mit einem ähnlichen Hintergrund

beschreibt eine Interviewperson die Anforderungen welche im Beruf an sie gestellt wurden: *„ich hab also dann nach kürzester Zeit die Klassen gekriegt, wo jemand anderer nicht zusammen gekommen ist. Mich haben sie immer dorthin gesteckt, wo es problematisch war“* oder auch: *„Wenn die Chefin nicht mehr kann und nimmt sich drei Monate frei und drückt dann dem besten Mitarbeiter von der Abteilung, das war ich damals, immer die Nummer eins, die Vertrauensperson quasi von der Chefin und auch vom Team“*. Die Interviewpersonen haben oft durchgängig das Gefühl aufgrund ihrer Persönlichkeit, welche sich durch ein so dargestelltes erhöhtes Leistungspotential und den eben vorhandenen erhöhten Leistungsanspruch charakterisiert, von Anderen im Bezug auf Leistungserbringung anders behandelt zu werden, was auch im Unterkapitel Fremdbestimmung deutlich zu tragen kam. Mit diesem hohen Anspruch an die eigene Leistung geht auch, wie bereits erwähnt, ein hoher Anspruch an Leistungen für andere Personen einher. Grundsätzlich scheint die Frage für wen die Interviewpersonen ihre Leistungen erbringen und welches Ziel sie damit verfolgen oft auf Ansprüche und Wünsche anderer Personen zurück zu führen zu sein. Diese Eigenschaften und Elemente ihrer Persönlichkeit, wie sie es selbst beschreiben, werden teilweise sehr ambivalent bewertet. Zum einen werden sie im Sinne von Perfektionismus als Qualität bewertet: *„Ja, aber es ist so ,glaub so, diese perfektionistische Ader in mir, die sich halt auch das ganze Leben irgendwie durchgezogen hat, in allen Bereichen“* oder auch: *„Ah, auf jeden Fall ein Perfektionist, kann ich von mir sagen. Also ich mag gern Sachen wirklich fertig und abgeschlossen, und so dass man zufrieden ist. Eigentlich sogar fast mehr als zufrieden“*. Diese Qualität wird auch also jene identifiziert, welche sie von anderen Personen abhebt: *„Ich wünschte mir ab und zu jetzt in der Firma dass ich einfach nur mitspielen kann, ohne zu denken, so wie die anderen Ameisen, ja. Aber das kann ich nicht“*. Bis zu dem Punkt wo diese Qualität von anderen Personen auch ausreichend anerkannt und wertgeschätzt wird sie als hilfreich bewertet:

„ich hab immer so leicht gelernt, dass die Schule nie eine Belastung war. Also ich hab das, das klingt jetzt präpotent, aber ich hab die Schule mit links gemacht. Ja, war überhaupt kein Problem für mich, war immer eine sehr gute Schülerin, hab immer maximal ein, zwei 2er gehabt, zur Matura also problemlos, ohne irgendwelchen, ohne Antrieb, ohne Stütze oder so möglich. War natürlich in der Schule irgendwo als Streber, obwohl ich kaum gelernt hab, aber das ist mir zugeflogen, auch ein Geschenk natürlich“ . Fehlt dieser Anerkennungswert für erbrachte Leistungen wird der hohe Selbstanspruch als Problem wahrgenommen, welches dann anschließend als Auslöser der jeweiligen Erschöpfungs- oder Überforderungserkrankung

erkannt wird. Zudem präsentieren die Interviewpersonen auch noch zusätzliche Eigenschaften oder Verhaltensmuster die ihrer Einschätzung nach einen Effekt auf die Entwicklung des Krankheitsbildes hatten. Einer dieser Punkte bezieht sich auf eine häufig eingeschränkte Entscheidungsfreudigkeit: „*Entscheidungen treffen, fällt mir extrem schwer zum Beispiel*“. Es scheint als würden Entscheidungen oft bewusst nicht getroffen werden, da eine klare Positionierung eine mögliche Ablehnung zur Folge haben könnte. Eine Interviewperson begründet dies folgendermaßen: „*Weil ich mich nicht sicher fühl in Konflikten sozusagen, eigentlich meine Interessen zu vertreten, ja. Ich fühl mich eigentlich immer unterlegen. Ahm, ich such schnell die Schuld bei mir, bei irgendwelchen Sachen, ja, also gib oft Sachen zu , dass ich mich sozusagen schlecht mach. Ich hab das Gefühl, ich, wenn ich einen Konflikt hab, dann kommt der andere mit dem Panzer und ich steh da mit der, mit der kleinen Pistole, also mir fehlen einfach die Argumente*“. Auch bei der Auswertung der Interviewpassagen gewinnt man den Eindruck, dass es sich nicht um einen Mangel an potentiellen Entscheidungen handelt, sondern dass das Problem in der möglichen Kommunikation dieser Entscheidungen liegt. Die Interviewpersonen scheinen sich aufgrund des Risikos einer Ablehnung bei einer klaren Positionierung ihrer eigenen Meinung, oft für die Möglichkeit des Schweigens zu entscheiden und ihre Meinung nicht kund zu tu. Verdeutlicht wird diese Handlungsweise auch noch durch folgende Aussage: „*Ich weiß nicht was ich machen will, also am liebsten, am liebsten irgendwo in eine Ecke sitzen und einfach Ruhe haben, das mag ich eigentlich am liebsten machen, aber das traue ich mir nicht zu sagen, weil das klingt irgendwie blöd*“. Auch in diesem Fall scheint die Angst vor einer negativen Bewertung über den tatsächlichen körperlichen Bedürfnis der Ruhe zu stehen. Ruhe und Nichts-Tun scheint in diesem Fall mit einer negativen Konnotation versehen zu sein, im Gegensatz zu den Bereichen Leistung und hoher Selbstanspruch, welche wahrscheinlich aus eben diesen Gründen als eine besondere Qualität identifiziert und so ausführlich in die Selbstdarstellung der eigenen Persönlichkeit integriert werden. Nur, stellen diese Annahmen der einzelnen Interviewpersonen bereits einen Teil eines gesellschaftlichen Gesamthaltung zum Thema Leistung zur Schau? Oder auch etwas subtiler: Kann man sich heute nicht mehr trauen zu sagen, dass man eigentlich nichts tun möchte?

5.7 Soziale Beziehungen

Im Verlauf der Analyse ergab sich, angestoßen durch die Thematik der Wertschätzung, eine Darstellung sozialer Beziehungen oder auch die Darstellung einer gewissen Abhängigkeit von den Anderen. Die Erzählungen über den eigenen Lebenslauf und über den Verlauf der Erkrankungen beinhalteten natürlich stetig einen Part, der nur unter Einbeziehung der sozialen Umwelt eben jene Form annehmen konnte. Auf Basis dieser Erzählungen und dem wiederholten Fokus der Interviewpersonen auf diesen Teil ihrer Geschichte, erschien es notwendig, soziale Beziehungen als Analysebereich zu integrieren. Im ersten Teil soll hier der Analyseschwerpunkt wiederum aus der Perspektive der Selbstdarstellung nach Rosenthal (2002) präsentiert werden. Wohingegen sich der zweite Teil mit den chronologischen Erfahrungsberichten zu sozialen Beziehungen beschäftigt und somit weiteren Aufschluss über die Lebensgeschichte der Interviewpersonen liefern soll. Angesprochen auf ihre sozialen Kontakte und ihrer Einschätzung zu ihrer persönlichen Positionierung schätzen sich die Interviewpersonen durchwegs als relativ beliebte Mitmenschen ein. Schließen lässt sich dies aus Aussagen wie: *„Aber ich hab nie irgendwie so Streitereien gehabt, so gerauft und so, und im Gegenteil, hab immer, wenn ich so was gesehen hab, hab eigentlich immer versucht das zu schlichten. Ja, aber nicht mit Fäusten, sondern mit Worten, ja durch Reden und so und hab da nie irgendwelche Feinde gehabt. Und, war in der Schule auch schon so, dass ich so ein Magnet war, so ein Punkt irgendwie. Das ist halt mein Naturell, ja es ist halt so“* oder auch: *„also ich hab nie irgendwelche Probleme gehabt oder war ein Einzelgänger“, „Ja ich hab viele, viele Freunde gehabt“*. Zudem schätzen sie sich auch im Berufsleben als Personen mit guten sozialen Fähigkeiten ein: *„Also ich glaub ich war immer ein recht beliebter Kollege“*. Innerhalb der chronologischen Erzählungen zu ihrem Lebenslauf überschneiden sich die Berichte bezüglich der Selbstdarstellung mit diesen, jedoch nicht in allen Lebensphasen. Die Erzählungen aus der Schulzeit scheinen, bis auf kleine Ausnahmen, geprägt von zahlreichen sozialen Kontakten und erfolgreichen Freundschaften mit Gleichaltrigen:

„Riesen Freundeskreis gehabt damals, weil die alle aus der gleichen Ortschaft waren“, sehr ähnlich klingt auch der Bericht einer Interviewperson aus ihrer Oberstufenzeit: *„War wie in der Hauptschule eigentlich alles komplett normal eigentlich, ja. Genug Leute gekannt und sozusagen nebenbei hab ich noch Freunde gehabt, noch eben aus der Hauptschule“*. Die positiven Erfahrungen aus der Schulzeit werden jedoch etwas später mit dem Eintritt in den Berufsalltag auch mit negativen Erfahrungen betreffend dem Ende von sozialen Beziehungen ergänzt. Die sozialen Kontakte der Interviewpersonen, welche sich in der Schulzeit aufgebaut haben, erleben meist mit dem Ende ihres Entstehungshintergrundes auch ihr soziales Ende:

„Die Schulfreundschaften sind allesamt kaputt gegangen“ und „Die anderen Freundschaften, die so bis zur Matura gehalten haben, wurden eigentlich von den Freundinnen aufgekündigt. Also das waren etwas seltsame, die wollten dann nach der Matura nicht mehr, eine hat sogar im Bösen die Freundschaft beendet, das war frustrierend“. Auch dieser Lebensbereich ist durch das spezielle Leistungs- und Aufopferungsverständnis der Interviewpersonen geprägt: „War aber trotzdem sehr beliebt, weil ich geholfen hab. Also bis zur Matura hab ich alles angesagt, gezeigt und hab halt geholfen all denen, die sich nicht so leichte getan haben oder nicht so fleißig waren und damit hatte ich auch einen guten Start in der Klasse“. Diese Interviewperson führt die Zuneigung und damit das Bestehen sozialer Beziehungen auf ihr Leistungspotential zurück. Auch eine andere Interviewperson führt soziale Zuneigung und Anerkennung auf folgende Qualitäten zurück: „Bin wirklich ein exzellenter Zuhörer und auch vielleicht Tipp-Geber und sowas, ja“. In diesem Zusammenhang würde sich als Erklärungsansatz der Wegfall der Leistungsmöglichkeit durch den Wegfall des spezifischen sozialen Kontextes wie beispielsweise Schule und dementsprechend das Ende der jeweiligen sozialen Beziehung, anbieten. Da diese Freundschaften verstärkt auf Leistungsabhängigkeit beruhen, verliert mit dem Wegfall dieses Anspruchs auch die besagte Beziehung ihren sozialen Wert. Auch mit den Arbeitskollegen erleben die Interviewpersonen eine ähnliche Freundschaftsbeziehung: „Bin an und für sich fast jeden Abend dann nach dem Zivildienst in die Firma gefahren, um die Leute einfach wieder zu sehen, weil es für mich an und für sich, das war für mich wie eine Familie. Also das war ein sehr enges Verhältnis, wir haben fast jeden Abend, zumindest sind wir auf ein Bier gegangen oder so oder gemeinsam am Abend irgendwie Computer gespielt oder so was“. Eine andere Interviewperson beschreibt das Verhältnis zwischen ihr und den Kollegen folgendermaßen: „ich hab nie irgendwie auch Kollegen hängen lassen, ja, denen`s vielleicht schlecht gegangen ist. Die haben sich auch bei mir ausgeweint, obwohl ich eh vielleicht schon voll war“.

Aber auch hier findet sich das selbe Phänomen wie bei den Beziehungen im Schulsetting. Mit Ausritt aus dem jeweiligen Beruf verlieren sich auch die sozialen Beziehungen aus diesem Feld: „Und ich hab auch noch ein paar, würd ich nicht sagen, Freundschaften, aber Bekannte aus meinem ersten Job“ . Zudem stellt der zunehmende Erkrankungsgrad auch oft einen Grund für die Betroffenen dar, sich aus dem Sozialleben zurück zu ziehen. Es fehlt hier oft das Bedürfnis soziale Kontakte zu pflegen oder aufrecht zu erhalten. Eine Interviewperson beschreibt die Zeit vor dem gesundheitlichen Zusammenbruch wie folgt: „Und wenn man statt den Lift zu benutzen sieben Stöcke runterrennt beim Stiegenhaus, damit man keinen

Mitarbeiter sieht, dann ist es überschritten. Ja war bei mir so“. Die derzeitige Situation betreffend ihre sozialen Beziehungen zeichnen sich in den meisten Fällen durch einen relativ eingegrenzten Bekanntenkreis aus. Bei der Auswertung der Interviews konnte kein Indiz für tiefgreifende und intensive soziale Freundschaften die über einen längeren Zeitraum angehalten haben, aufgefunden werden. Die momentanen sozialen Beziehungen wurden wie folgt skizziert: *„Das sind also eher gemeinsame Freundschaften, die man so nennt, aber jetzt nicht Herzensfreundschaften, wo ich mich persönlich ausweinen könnte“* oder auch: *„[...] aber es gibt immer 2-3 Familien wo`s passt, wo sich die Kinder gut verstehen, wo wir uns gut verstehen als Eltern. Und in [...], das ist so ein kleiner Ort, da haben wir eben, also zwei Freunde, genau zu sagen eigentlich“*. Beziehungen innerhalb der Familie hingegen, und hier vor allem in der selbst gewählten Familie, im Sinne von Ehepartner, Lebenspartner und Kinder zeichnen sich durch eine relative Konstanz und Stabilität aus. Keine der Interviewpersonen haben in ihrem Lebenslauf eine Scheidung erlebt und auch die Beziehung zu den eigenen Kindern ist laut der Selbstdarstellung der Personen eine durchwegs positive: *„Was sehr schön geworden ist, ich bin mit meinen Töchtern sehr nah, nach wie vor, also wir haben uns wirklich, wie soll man sagen, die Beziehung gehalten, auch seit sie erwachsen sind und kann eigentlich da sehr gut sprechen, wenn ich das Bedürfnis habe“*. Auch im Verlauf der Erkrankung wird diese Beziehung als sehr stabilisierend empfunden: *„Mein Glück war, als eine riesen Unterstützung, meine Frau und meine Family, die wirklich 100% hinter mir stehen und wirklich sagen okay, mach was du willst“*. Auch die Liebesbeziehungen der Interviewpersonen, unabhängig davon ob diese nun in ein eheliches Verhältnis münden oder im Sinne einer Lebenspartnerschaft organisiert sind, weisen eine relativ starke Kontinuität und auch Stabilität auf. Auch wenn die Personen über emotionale Höhen und Tiefen ihrer Liebesbeziehung berichten, scheint die Kontinuität und Dauerhaftigkeit dieser Beziehungen eine große Rolle zu spielen:

„Hab mich an einer sehr guten Beziehung mit meinem Mann, den ich ja sehr bald nach dem Tod meines Vaters kennengelernt hab aufrecht gehalten. Ich hab mich an einem wirklich schönen und erfüllenden Familienleben mit Wunschkindern aufrecht erhalten“. Die Beziehungen innerhalb der Herkunftsfamilie, also mit den Eltern, Großeltern und Geschwistern stellen sich unterschiedlich dar. Einige der Interviewpersonen erleben in ihrem Lebenslauf einen sozialen Bruch mit einem ihrer Familienmitglieder oder müssen sich zumindest einer dauerhaft schwierigen sozialen Beziehung mit einem Familienmitglied stellen. Meist handelt es sich in dieser Konstellation um die Beziehung zur Mutter oder zum

Vater. Die andere Gruppe der Interviewpersonen beschreibt ihr Elternhaus sowie ihr Heranwachsen und auch die Beziehung zu ihrer Herkunftsfamilie im Erwachsenenalter als durchwegs positiv und stabil: *„Also, aufgewachsen in einem Tip-Top familiären Umfeld. Überhaupt keine Scheidungen oder sonst irgendwas, keine Schlägereien oder irgendwie sonst. Wirklich Kindheit war top bei mir, ja“* . Beide Gruppen weisen jedoch eine Gemeinsamkeit im Bezug auf ihre Herkunftsfamilie auf: Jede der Interviewpersonen erlebt in ihrem Lebenslauf zumindest eine starke Bindung zu einer Person aus der Herkunftsfamilie. Auf Basis der Selbstdarstellung werden diese Personen oft als Bezugsperson dargestellt, welche die Interviewpersonen in ihrem Lebensverlauf begleiten. Es handelt sich hierbei verstärkt um starke Mutterfiguren , welche eben durch die leibliche Mutter oder auch die Großmutter verkörpert werden. Diese speziellen Beziehungen sollen jedoch im Unterkapitel zur Sozialisation ausführlicher behandelt werden und somit Aufschlüsse für die weitere Analyse bieten.

5.8 Anerkennung

Innerhalb der Analyse der vorangegangenen Themenschwerpunkte wurde bereits eine erhöhte Tendenz der Interviewpersonen in Bezug auf positives Feedback und eine verstärkte Handlungsorientierung auf Basis dieses Feedbacks festgestellt. Diese Tendenz war im weiteren Verlauf der Analyse verstärkt in verschiedensten Bereichen und Lebensphasen wahrnehmbar, insofern erschien es anhand der Auswertung schlüssig dem Thema Anerkennung ein eigenes Unterkapitel zu widmen.

In welchem Ausmaß dieses Thema Einfluss auf die Lebensgestaltung der einzelnen Personen nimmt, soll hier detailliert dargestellt werden. Wie bereits im Unterkapitel zum Selbstanspruch diskutiert, findet sich bei den Interviewpersonen bereits im Kindesalter ein erhöhter Leistungsanspruch welcher an ein positives Feedback von außen gekoppelt ist. Eine Gruppe glänzt mit einer erfolgreichen Schulzeit, die Andere mit sportlichen Erfolgen. Anerkennung von anderen Personen scheint bereits in diesen Bereichen und somit im frühen Alter, eine wichtige Rolle zu spielen. Eine Person beschreibt diesen Prozess sehr detailliert wie folgt: *„also mir hat das früher gefallen, wenn ich Sachen gut gemacht hab, hab ich irgendwo mal gesehen, okay, wenn ich wirklich Arbeit reinsteck und wirklich gut mach, dann*

krieg ich meistens ein positives Feedback, egal wie das aussieht, ja. Das ist für mich sozusagen fast zur Wahrscheinlichkeit geworden, dass ich einen gewissen, dass ich unter meinen Freunden teilweise ein bisschen ein Ansehen gehabt hab, also dass ich ein bisschen eine Bewunderung gebraucht hab, [...] hat sich so eingebürgert, dass ich dann sozusagen schon das erwarte, wenn ich sozusagen irgendwas wirklich gut mach, dass andere Leute das auch so sehen, dass das auch sozusagen etwas Gutes ist“. Eine andere Interviewperson zeigt folgende Erkenntnis bezüglich seinem Engagement in jungen Jahren: *„und ich war dann auch in meiner Jugendzeit viel bei uns [...] engagiert, hab bei tausend Sachen mitgemacht und hab auch dort halt immer sozusagen dadurch viel Anerkennung gekriegt“.* Die Interviewpersonen scheinen in ihren frühen Lebensphasen ein relativ hohes Maß an positivem Feedback und Anerkennung erhalten zu haben. Dieses Maß etabliert sich wiederum, aufgrund der Häufigkeit des Auftretens, als Norm und wird zur Gewohnheit und bedient damit gewissermaßen die Erwartungshaltung der Interviewpersonen. Wird diese Erwartungshaltung erfüllt, also erlangen sie das Maß an Anerkennung welches sie gewöhnt sind, interpretieren sie auch ihr Leistungsvermögen als gerechtfertigt und geben an gerne mehr zu leisten. Sie erleben die Anerkennung als Wertschätzung für ihre Leistungen. Eine Interviewperson beschreibt seine erste Arbeitssituation folgendermaßen: *„Weil ich wirklich von Anfang an, so mit 18 relativ viel Verantwortung gekriegt hab, ja. Und ich konnt, also ich kann mich wirklich ,konnte mich wirklich in Trance arbeiten, ja. Weil [...] zum Beispiel war am Tag so 90 Aktivierungen gut. Und ich hab geschafft 160. Es war wirklich deutlich mehr und ich bin aber auch wirklich belohnt worden, hab da manchmal gekriegt glaub 100000 und 120000 Schilling Prämie zu Weihnachten“.* Durch diese Art von Belohnung welche sie beschreibt, wobei es sich nicht zwangsläufig um eine soziale Form von Anerkennung handeln muss, scheint die viele Arbeit und erhöhte Leistung gerechtfertigt zu sein.

Sie resümiert dieses Erlebnis folgendermaßen: *„ In der Arbeit ist immer, dass man doch irgendwie auch Geld dahinter, Anerkennung dahinter, und dadurch dass ich relativ früh gelernt hab, wennst was gut machst, kriegst mehr ja, besseres Geld“.* Eine andere Interviewperson beschreibt dieses Haushalten zwischen Leistung und Anerkennung folgendermaßen: *„ich hab eine super Chefin ja, die mich, also die lobt uns immer, sicher einmal die Woche [...] und da hab ich einfach gemerkt, so letztes Jahr, im ersten Berufsjahr, da ich mich, glaub ich, auch deswegen so in die Schule reingehängt, weil ich halt einfach da ständig positive Rückmeldung gekriegt hab [...] und dann hab ich natürlich auch das gemacht was mir Spaß gemacht hat, nicht, und wo ich Anerkennung gekriegt hab“.* Interessant

ist an dieser Aussage, dass hier eine numerische Dimension festgelegt wird, wie viel Anerkennung benötigt wird um ein mehr an Engagement als wertgeschätzt zu empfinden – in diesem Fall ist es ein Mal pro Woche Lob. Zum Anderen gesteht sich die Interviewperson hier eindeutig ein, ihre Handlungen neben einem „Spaßfaktor“ am Faktor der Anerkennung zu orientieren und auszuwählen. Man könnte dies auch folgendermaßen interpretieren: Nach dem erwarteten Maß an Anerkennung werden Handlungsmöglichkeiten ausgewählt. Wiederum eine andere Interviewperson erlebt diese Anerkennung nicht im beruflichen Umfeld, sondern im Privaten und dieses in Bezug auf ihre freiwilligen Tätigkeiten: *„Und jeder hat gesagt, was du alles machst, toll. So dass ich dann ja auch noch positive Rückmeldung hatte für all mein Engagement“*. Diese Passagen der Interviews vermitteln den Eindruck, dass die hohe Leistungserbringung vom Ausmaß her erträglich erscheint solange man im Ausmaß dafür die eigenen Bedürfnisse nach Anerkennung, in ihren unterschiedlichsten Ausformungen, befriedigen kann. Das hohe Leistungspotential und die Bereitschaft, sowohl im Beruf als auch im Privatleben alles zu geben wird innerhalb dieser Lebensphase nicht als problematisch oder gar krankhaft interpretiert. Im Gegenteil, sie wird als beflügelnd und im Sinne der Selbstdarstellung als positive Charaktereigenschaft präsentiert. Diese Lebensphase in welcher die Interviewpersonen das Gefühl haben, dass sich ihre Leistung und die Gegenleistung in Form von Anerkennung die Waage halten, dauert jedoch meist maximal bis zur Beendigung des ersten Arbeitsverhältnisses an. Dieses wird im Regelfall durch die ArbeitgeberInnen aufgrund von strategischen Änderungen aufgekündigt. Alle Dienstverhältnisse danach scheinen diesem Grad an Bedürfnisbefriedigung der ersten Beschäftigung, nicht mehr gerecht zu werden. Gleichzeitig scheint diese Definition von Anerkennung jedoch sehr breit gefächert.

Obwohl alle Interviewpersonen die Bezeichnung „Anerkennung“ für die Form der Gegenleistung verwenden, welche sie sich von Personen ihres Umfelds als Reaktion auf ihre Leistung erhoffen, kann sich diese besagte Anerkennung doch in ganz unterschiedlicher Form ausdrücken. Folgender Satz wurde in diesem Unterkapitel bereits zitiert, erscheint jedoch für die Analyse der unterschiedlichen Formen von Anerkennung sehr prägnant zu sein:

„In der Arbeit ist immer, dass man doch irgendwie auch Geld dahinter, Anerkennung dahinter, und dadurch das ich relativ früh gelernt hab, wennst was gut machst kriegst mehr, ja besseres Geld“. In diesem Zusammenhang wird seitens der Interviewperson ganz klar Anerkennung mit Geld gleich gesetzt. Ein höheres Gehalt wird als höhere Wertschätzung der Tätigkeit erlebt. Eine weitere Form der Anerkennung scheint ein Benotungssystem

darzustellen. Meist findet sich dies im schulischen Kontext und bezieht sich somit auf Kindheitserfahrungen der Interviewpersonen. Eine Interviewperson beschreibt diese Form der Anerkennung folgendermaßen: *„Die ganze Oberstufe dann nur mehr lauter Einser geschrieben. Ah und das hat natürlich mit der ganzen Vorgeschichte, mit Noten und Anerkennung zu tun von der Familie, andererseits dann auch, ein Schulkollege von mir, der hat auch, der hat immer lauter Einser gehabt, und ich wollt ihm das irgendwie auch abspenstig machen, dass er der Einzige ist und ich wollt auch der Beste sein. Ah, und das hat für mich, einfach wenn ich, ich hab gewusst wenn ich lauter Einser hab, dann bin ich glücklich, hab ich immer so das Gefühl gehabt“*. Hier ersetzt eine Bewertungsskala Anerkennung durch einen sozialen Akt oder durch Geld. Aber auch ein sozialer Akt der Anerkennung stellt eine wichtige Form der Bedürfnisbefriedigung dar. Die Erfahrungen welche mit Anerkennung im Sinne einer sozialen Handlung der Anderen erlebt werden, stellt eine Interviewperson mit einer Erzählung aus ihrem Lebenslauf sehr eindeutig dar: *„Ja seit ich, also wie ich damals in die Volksschule gegangen bin, war es sozusagen immer so, wennst brav lernst und gute Noten hast, bist ein braver Bub und dann mag ich dich. Und das wird halt dann auch belohnt, einerseits mit Geld, andererseits mit Anerkennung und Liebe dir gegenüber“*. Innerhalb dieser Erzählung wird Anerkennung als sozialer Akt in ihrer Darstellung noch etwas genauer präzisiert. Die Interviewperson verknüpft das Gefühl soziale Anerkennung zu bekommen mit dem Gefühl geliebt zu werden. Denkt man dieses Konstrukt weiter, könnte angenommen werden dass ein erhöhtes Leistungsausmaß dazu dienen könnte um Liebe und Zuneigung von den Mitmenschen zu erlangen. Exakt dieses Bedürfnis wird im weiterführenden Arbeitsalltag oft nicht befriedigt.

Die Interviewpersonen haben das Gefühl eine überdurchschnittlich gute Leistung zu erbringen und keine Gegenleistung dafür zu erhalten. Dies wird deutlich durch Aussagen wie: *„Ja und Dank hab ich gar keinen gekriegt“* und *„Also wo man das Hackl ins Kreuz kriegt, mehr oder weniger ja“*, beide beziehen sich auf eine oder mehrere Situation die im Arbeitsalltag erlebt wurden. Eine Interviewperson beschreibt in diesem Zusammenhang ihre Sicht betreffend einem Gesamtgefühl, welches momentan auf dem Arbeitsmarkt vorherrscht: *„Dann gegen Schluss, schon oft das Gefühl gehabt, da, dass man verheizt wird quasi. Und es war ja auch, ist ja auch so, das ist definitiv jetzt auch noch so. Weil es warten ja noch tausend andere, ja ich kenne den Stellenmarkt“*. Das Wissen über die Existenz einer Konkurrenz, welche hier als große Masse dargestellt wird, verstärkt das Gefühl sich durch die eigene Leistung von Anderen abheben zu müssen. Diese Tatsachen dürfte vor allem auf diejenigen einen großen

Druck ausüben, welche grundsätzlich ihren Selbstwert zu einem großen Stück durch Leistungserbringung und ein dementsprechendes Feedback definieren. Auch in den Phasen während und nach ihrer Erkrankung fühlen sich die Personen von ihren Arbeitgebern nicht verstanden und noch weniger wertgeschätzt. In den ersten Phasen der Erkrankung erlebten sie ihr Arbeitsumfeld als kritisch ihrer verringerten Leistung gegenüber, wobei hier die Kollegen tendenziell eher als verständnisvoll und hilfsbereit dargestellt werden. Missgunst erleben die Interviewpersonen meist in Bezug auf ihre Vorgesetzten. Eine Interviewperson interpretiert die Situation folgendermaßen: *„Wenn die Chefin nicht mehr kann und nimmt sich drei Monate frei [...] ist das okay, aber wenn ein Mitarbeiter nicht mehr kann, dann ist er nicht stressresistent“*. Die Reaktion der Führungsebene auf die Bekanntgabe der Erkrankung und dem damit verbundenen längerfristigen Ausfall aus dem Arbeitsalltag kann mit folgendem Beispiel dargestellt werden: *„Und ich hab das dann der Chefin auch geschrieben und das Einzige was von ihr zurückgekommen ist, war nicht irgendwie Gute Besserung oder irgendwas, ja, irgendwie Anerkennung oder sonst was, sondern aha, sonst nichts. Ja, aha“*. Das Anerkennungsbedürfnis ist also nicht zwingend an die direkte Leistungserbringung gekoppelt. Es stellt sich nun die Frage ob es sich hierbei möglicherweise um ein generelles Anerkennungsbedürfnis einer tendenziellen Autoritätsperson, in dem Fall die Vorgesetzten, handelt? Hierzu reflektiert eine Person in der Darstellung ihre Lebenslaufes ihr Bedürfnis nach Anerkennung in Einbettung auf einer gesellschaftlichen Ebene und konkreten gesellschaftlichen Entwicklungen:

„Aber ja ich glaub, ich glaub einfach so dieses Anerkennungsdenken ah, du bringst eine gute Leistung, dann wirst du anerkannt, spielt sicher immer noch einen Teil, also eine Rolle, glaub ich schon. Also das kriegt man glaub ich nie raus. Vor allem in der heutigen Gesellschaft, wo es einfach wirklich nur um, du musst gute Leistungen bringen, ich hab oft so das Gefühl ja, je schneller, je besser du halt irgendein Studium fertig kriegst oder irgendwas machst, desto mehr Anerkennung kriegst und alles andere ist schlecht, ja, wer da nicht mithalten kann, ist halt ja, Pech gehabt. Nur die Harten kommen durch und alles andere ist wurscht“. Diese Erzählung stellt sehr bildhaft den Druck dar, dem sich viele der Interviewpersonen seitens der modernen Leistungsgesellschaft ausgesetzt fühlen. Es scheint als müssten all diese Ansprüche an Leistung erfüllt werden um sich selbst als vollwertigen Teil dieser Gesellschaft begreifen zu können. Dieses Gefühl bedingt mit Sicherheit den Krankheitsverlauf der Personen. Die Frage welche sich an dieser Stelle aufdrängt, ist folgende: Sind diese wahrgenommenen

gesellschaftlichen Anforderungen solche, die uns alle betreffen? Betreffen sie uns alle im gleichen Ausmaß? Oder unterscheidet nur die Art und Weise unserer Coping Strategien ob wir daran scheitern oder nicht? Gleichzeitig scheint sich dieses Phänomen der Anerkennung in den Lebensgeschichten der Interviewpersonen nicht ausschließlich auf den Arbeitskontext zu beschränken. Ebenso davon betroffen sind Bereiche wie Schule oder auch Freiwilligenarbeit. Natürlich sind diese der Arbeitswelt nicht völlig artenfremd, doch auch relativ leistungsunabhängige Bereiche des Soziallebens, betreffend FreundInnen, Familie, Bekannte und Verwandte, scheinen mit erhöhten Anerkennungsanforderungen konfrontiert zu sein. Dieses Phänomen bezieht sich auch oft bereits auf die Tatsache, dass die Annahmen oder die mögliche Haltung der Anderen gegenüber sich selbst eine enorme Rollen einnehmen: *„Hab ich mir immer gedacht, wenn mich wer sieht, was denken die Leute warum ich nicht auf der Arbeit bin. Ja also immer was denken die anderen Leute jetzt“*, so beschreibt eine Interviewperson die erlebte Diskrepanz des Zuhause-Seins während des Krankenstandes. Eine andere Interviewperson stellt während des Interviews sehr anschaulich den sozialen Prozess dar, in welchem Anerkennung mittels einer sozialen Handlung eingefordert wird und die Reaktion auf die Erfüllung oder eben auch Nicht-Erfüllung der Anforderung: *„Also ich freu mich, wenn Sachen sozusagen klappen oder so, halt ich bin schon sehr zufrieden damit dann ja. Oder gib auch teilweise damit an, so quasi so, ah ich muss dir das erzählen und hab das so und so gemacht, und hat super funktioniert und also, bin dann schon stolz auf Sachen, die ich dann mach auch ja. Selbst bin ich zufrieden und stolz auch gleichzeitig und teil das dann auch mit anderen Leuten. Es muss dann nicht sein, dass der andere das sozusagen auch so sieht. Als wenn das kommt drauf an, meistens verstehen`s die anderen auch. Und wenn sie`s nicht verstehen, dann macht das auch nichts sozusagen. Ja, also ich kann das schon merken wenn es jemanden gibt, der sich in der Art nicht auskennt, oder das sozusagen nicht zu schätzen weiß, bin ich dann nicht automatisch böse“*. Diese lange Passage ist deshalb so interessant, weil sie die Ambivalenz der Forderung nach Anerkennung und auch die versteckten, wahrscheinlich oft unbewussten Tendenzen der Person in Bezug auf Feedback der Anderen aufzeigt. Zum einen gibt die Person an, dass es nicht notwendig ist, dass ein Gegenüber die gleiche Meinung zu ihrer Leistung hat wie sie selbst. Gleichzeitig berichtet sie jedoch darüber, dass sie ganz konkret auf andere Personen zugeht und ihnen ihre Leistung mit einer bereits vorgefertigten Bewertung präsentiert. Weiters gibt sie an auch nicht sonderlich an einem durchgängig positiven Feedback interessiert zu sein, Jeden der oder die dieses Feedback jedoch nicht erfüllen kann, degradiert sie zum Unwissenden. Dies scheint die

Rechtfertigung und Erklärung für eine Ablehnung zu sein. Es scheint sich also hier um einen sehr subtilen, unbewussten Mechanismus zu handeln, welcher im täglichen Verhalten stark verinnerlicht ist und besonders in Situationen welche sehr leistungsbezogen sind, wie beispielsweise der Alltag in der Arbeitswelt, hervor zu treten scheint. Gleichzeitig scheinen die Interviewpersonen auf Basis ihrer Erzählungen dieses Verhalten doch auch sehr gut reflektiert zu haben und es gleichermaßen auch bewusst wahr zu nehmen: *„Ich mein, ich glaub jeder Mensch hat in sich so das , das Verlangen von anderen geliebt zu werden. Das ist bei manchen vielleicht weniger, bei manchen mehr ausgeprägt. Warum das mir so wichtig ist, ich weiß es nicht. Vielleicht wenn, weil das eben ja, weil, eben von Kind auf das so internalisiert hab, so dieses good boy, bad boy Schema, ja. Wenn du dem entsprichst dann mag ich dich. Ist eigentlich voll arg. Vielleicht hat das damit zu tun, aber ich , hm, vielleicht weil ich auch, weil ich mir selbst schwer tu die Anerkennung selbst zu erkennen. Ich brauch immer, ja geh, ich rede oft viel Sachen recht klein, die mir, wenn sie so boah [...] super gemacht, sag ich ah geh, das ist ja gar nicht so toll und nein, das hätt ich noch besser machen können. Das heißt ich gestehe mir selbst die Anerkennung nicht zu und darum brauch ich es auch vielleicht von Anderen. Als Ego-Push“*. Auch bei diesem Resümee einer Interviewperson fällt wieder auf, dass Anerkennung mit Zuneigung und sogar Liebe gleichgesetzt wird. Es handelt sich also hier nicht mehr nur schlicht um das Zugeständnis einer überdurchschnittlichen Leistungserbringung, sondern um einen Liebesbeweis. Gleichzeitig reflektiert die Interviewperson auch, dass dieses Bedürfnis nicht bei jedem gleichermaßen ausgeprägt sein muss.

Die genannte Internalisierung während der Kindheit werden wir im nächsten Unterkapitel ausführlicher behandeln. Die Beschreibung von einem Anerkennungszugeständnis als Ego-Push beschreibt relativ kurz aber prägnant den Zweck, den diese Anforderung an ein gewisses Maß an positivem Feedback und Anerkennung zu dienen scheint. Die Anerkennung der Anderen wird benötigt um einen gewissen Selbstwert aufrecht zu erhalten. Auch eine andere Interviewperson beschreibt dieses Bedürfnis nach Anerkennung sehr reflektiert: *„wenn ich mich sozusagen selber ein bisschen analysiert hab, brauch ich hin und wieder so eine Bestätigung, dass mir jemand sagt, ah, das hast du gut gemacht, ah, das ist ja interessant, dass du das gelöst hast. Also ich brauch schon eine gewisse, ein positives Feedback auf meine Arbeit und wenn ich das nicht schaff, dann versuch ich das so zu machen wirklich, dass ich das dann bekomm. Ich bin dann wirklich sehr enttäuscht, wenn ich das nicht bekommen, dieses Feedback, zumindest nicht halbwegs regelmäßig“*. Die Erzählungen der

Interviewperson bestätigen auch hier, dass der Ansporn Anerkennung zu erhalten oft als Handlungsanleitung genommen wird. Es wird bewusst versucht Anerkennung zu generieren und dies auf einer regelmäßigen Basis. Warum dieses Bedürfnis grundsätzlich und dann auch in einer regelmäßigen zeitlichen Dimension besteht, versucht sich die Interviewperson wie folgt zu erklären: „*Und wenn das sozusagen regelmäßig stattfindet, dann geht man, dann ist man quasi davon, davon angewiesen*“. Auch eine andere Interviewperson greift auf die Erklärungsgrundlage der Gewohnheit zurück um ihr Verhalten in Bezug auf Anerkennung zu erläutern: „*Und durch's Fussball spielen nie eine Niederlage gehabt. Ich hab dann mit Niederlagen vielleicht nicht umgehen können, ja, oder mit Missgunst oder so was*“. In diesem Fall kann Missgunst als das Gegenteil von Anerkennung gewertet werden. Die Interviewperson gibt hier selbst an mit sozialen Interaktionen, die dem Prinzip der Anerkennung widersprechen, nicht umgehen zu können. Die Basis dafür ist wiederum die Gewohnheit der Anerkennung. Interessant ist an dieser Stelle auch, dass Missgunst mit einer Niederlage gleichgestellt wird. Keine Anerkennung zu erleben wird in diesem Zusammenhang als Scheitern erlebt, weil die Wertigkeit einer Handlung oder einer Interaktion nicht selbst bestimmt werden kann. An dieser Stelle muss nun die Frage gestellt werden, warum dies den Betroffenen so schwer zu fallen scheint? Woraus resultiert die Unfähigkeit sich selbst wert beizumessen? Und dient die Anerkennung durch Andere als Kompensation für die Unfähigkeit aus sich selbst einen Wert zu entwickeln? An welcher Schnittstelle der Biographie kann eine solche Verhaltensentwicklung festgemacht werden?

5.9 Sozialisation

Biographische Interviews bieten eine ausgezeichnete Möglichkeit die Entwicklung von Verhaltensweisen zu verfolgen. In diesem Zusammenhang wird in dieser Forschungsarbeit von Sozialisation gesprochen, welche innerhalb dieser Arbeit in dieser Form verstanden und definiert wird: „*Sozialisation bezeichnet nach dieser Definition den Prozess, in dessen Verlauf sich der mit einer biologischen Ausstattung versehene menschliche Organismus zu einer sozial handlungsfähigen Persönlichkeit bildet, die sich über den Lebenslauf hinweg in Auseinandersetzung mit den Lebensbedingungen weiterentwickelt. Sozialisation ist die lebenslange Aneignung von und Auseinandersetzung mit den natürlichen Anlagen, insbesondere den körperlichen und psychischen Grundmerkmalen, die für den Menschen die*

»innere Realität« bilden, und der sozialen und physikalischen Umwelt, die für den Menschen die »äußere Realität« bilden“ (Hurrelmann 2006:15f). Auf Basis dieses Verständnisses von Sozialisation sollen anhand biografischer Erzählungen maßgebliche Eckpunkte innerhalb des Sozialisationsverlaufes festgemacht werden, welche in Bezug auf das Anerkennungsverhalten und den Erkrankungsverlauf Schlussfolgerungen zulassen. Angeregt durch die häufige Erwähnung prägnanter Sozialisationserlebnisse, welche teilweise einen Konnex zwischen dem bereits genannten Anerkennungsparadigma und der Entwicklung der Erkrankung darzustellen scheinen, stellte sich die Thematik der Sozialisation als wichtiger Analysepunkt dar, dessen Ergebnisse hier noch zusammenfassend und damit abschließend präsentiert werden. Die Auswertung wird sich hier vorwiegend auf die Sozialisation durch die Familie stützen. Dies hat zwei Gründe: zum einen gilt die Sozialisation durch die Familie als Hauptform. *„Familien sind seit Jahrhunderten die zentrale Instanz der Sozialisation. [...] Die Sozialisation in Familien kann als »primäre Sozialisation« bezeichnet werden, weil Familien in der Regel die früheste und nachhaltigste Prägung der Persönlichkeit eines neu geborenen Gesellschaftsmitgliedes vornehmen.“* (ebd.: 127). Zum anderen ist auch den Erzählungen der Interviewpersonen zu entnehmen, dass dies für ihre biographische Entwicklung den größten Einflussfaktor darstellt. Die Bedeutung der Familie kann hier aufgrund der Häufigkeit und Intensität der Erzählungen, betreffend Familien und die Entwicklung ihrer Persönlichkeit in Bezug auf diese, festgestellt werden. Im Verlauf der Analyse soll also zuerst auf den chronologischen und faktischen Teil der Erzählungen ganz im Sinne des biographischen Interviews nach Schütze (1983) eingegangen werden, welcher sich auf die Darstellung der Familienverhältnisse bezieht.

Weiters wird wiederum versucht, im Sinne der Analyse der Selbstdarstellung nach Rosenthal (2002), mögliche unbewusste Verhaltensstrukturen oder mögliche unreflektierte Ereignisse des Aufwachsens in der Familie heraus zu filtern. Wie bereits kurz vorangehend dargestellt gestalten sich die Familienverhältnisse der Interviewpersonen in ihrer generellen Darstellung sehr unterschiedlich. Die eine Gruppe der Personen erlebt nach eigenen Angaben eine sehr harmonische Kindheit. Die Eltern leben eine durchgängig stabile Ehe. Die Kindheit ist weder durch Gewalterfahrungen noch andere traumatische Ereignisse geprägt. Das Verhältnis zwischen den Familienmitgliedern ist nach eigenen Angaben sehr gut und wertschätzend: *„Also aufgewachsen in einem Tip-Top familiären Umfeld. Überhaupt keine Scheidungen oder sonst irgendwas, keine Schlägereien oder irgendwie sonst. Wirklich Kindheit war top bei mir“*. Im Gegensatz dazu erlebt die zweite Gruppe der Interviewpersonen nach diesen Maßstäben,

eine nicht ganz so durchgängig harmonische Kindheit. In ihrem frühen Lebensalter erleben sie mindestens einen Bruch mit einem Familienmitglied, unabhängig davon ob sie diesen bewusst beeinflusst haben oder nicht. Dieser Bruch ist meist verbunden mit einem oder mehreren traumatischen Ereignissen. Die Beziehung zwischen den Familienmitgliedern ist aufgrund dieser Ereignisse meist stark beeinträchtigt und wird von den Personen oft negativ bewertet. Oft sind sie in ihrem engeren familiären Umfeld auch mit psychischen- oder Sucht-Erkrankungen durch Autoritätspersonen konfrontiert. Auch die Geschwisteranzahl variiert. Es handelt sich bei den Interviewpersonen um Einzelkinder oder um Personen die mit einem Geschwisterteil aufgewachsen sind. Die weiterführende Definition definiert sich hauptsächlich durch die Gründung einer eigenen Familie, welche sich in den meisten Fällen relativ stabil ausgestaltet und gewissermaßen das selbst-geschaffene Pendant zu den Herkunftsfamilien darstellt. Die Ehen und Lebensgemeinschaften zeichnen sich durch relative Stabilität aus und auch die Beziehung zu den eigenen Kindern verläuft nach eigenen Angaben sehr harmonisch. Mit den Herkunftsfamilien wird der Kontakt durchgängig aufrecht erhalten, unabhängig davon ob es sich dabei um eine Interviewperson handelt die in einem harmonischen Umfeld oder auch in einem etwas problematischen Umfeld aufgewachsen ist. Die sozialen Beziehungen zu FreundInnen, Bekannten und ArbeitskollegInnen, welche bereits im Unterkapitel zu soziale Kontakte dargestellt wurden, scheinen für die Sozialisation keine so maßgebliche Rolle wie die Beziehung zur Herkunftsfamilie und zur eigenen Wahlfamilie zu spielen.

Im weiteren Verlauf der Darstellung wird sich die Analyse der Kategorie Sozialisation jedoch auf die Herkunftsfamilie konzentrieren, da diese, wie bereits dargestellt, den maßgeblichsten Einfluss auf die Entwicklung des spezifischen Verhaltens, welches für diese Forschungsarbeit von Interesse ist, zu haben scheinen. Auch wenn sich die Familienverhältnisse, in denen die Interviewpersonen ihre Kindheit erleben, stark voneinander unterscheiden, weisen sie in ihrer Sozialisation doch einige Gemeinsamkeiten auf. Denn in ihrem Lebenslauf zeichnet sich bei allen Interviewpersonen durch mindestens eine wichtige Bezugsperson aus, welche als wichtigste Autoritätsperson größtenteils für das Aufwachsen der jeweiligen Person verantwortlich ist. Bei dieser Person handelt es sich im Regelfall um die Mutter, die Großmutter oder im Falle der Personen, welche in einem harmonischeren Umfeld aufgewachsen sind, um beide Elternteile. Auf Basis der Erzählungen der Interviewpersonen scheint es, als würden diese Bezugspersonen in ihrer Präsenz einem

Kompensationsmechanismus unterliegen. Gemeint ist damit, dass ihr Verhalten auf eine Form von Kompensation hin ausgerichtet zu sein scheint, welche in ihrem Wert der Erziehung und dem Aufwachsen der jeweiligen Interviewperson dienlich sein soll. Dieses Verhalten der Bezugspersonen führt oft dazu, dass die Interviewpersonen in dieser Hinsicht überbehütet aufwachsen, eine Tatsache welche sie auch selbst in dieser Form artikulieren. Im Folgenden werden die einzelnen Fälle nun beispielhaft dargestellt. Eine Interviewperson wächst beispielsweise in einer harmonischen Familie auf, in welcher die Eltern jedoch beide Berufstätig sind. Die Beziehung zu den Eltern beschreibt die Interviewperson wie folgt: *„Ahm ja, eigentlich haben wir so daneben her gelebt, es war zwar immer die Liebe da oder so und es hat alles gepasst, und im Endeffekt hat jeder seins gemacht“*. Es scheint in diesem Fall ein Stück weit so zu sein, dass die Eltern die fehlende Zeit, die sie für ihr Kind aufgrund der Berufstätigkeit nicht aufwenden können, mit einem Verhalten von Überbehütung und einem antiautoritären Erziehungsstil zu kompensieren versuchen. Aus dieser Erfahrung heraus kann die Interviewperson oft schwer mit Grenzen umgehen. Der Kompensationsmechanismus der Eltern bewirkt auch, dass Zuneigung und auch Anerkennung oft als Belohnung aus falschen Gründen eingesetzt wird, in diesem konkreten Fall aus einem schlechten Gewissen auf Basis eines mangelnden Zeitvermögens für das eigene Kind. Dies führt wahrscheinlich zu einem falschen Assoziationsvermögen zwischen dem eigenen Verhalten und der Belohnung mit Anerkennung. Um einen ähnlichen Fall handelt es sich bei der nächsten Interviewperson. Auch diese wächst nach eigenen Angaben in einem harmonischen Familienumfeld auf. Diese Interviewperson reflektiert ihre eigene Erziehung wie bereits angedeutet:

„Und ich glaub bei mir ist das irgendwie das Gegenteil, ich war vielleicht überbehütet, ja“. Auch in diesem Fall sind beide Eltern berufstätig, scheinen Anerkennung als Belohnung im Sinne von Kompensation zu vergeben und pflegen einen antiautoritären Erziehungsstil der kaum Grenzen aufzeigt: *„Ahm, die haben mich immer, wenn ich irgendwie was vorgehabt hab, dann haben sie mich das auch irgendwie durchziehen lassen, haben mich unterstützt, ja. Sie haben mir zwar nicht alles reingeschoben, mit Geld oder sonst irgendwas, oder materialistischen Sachen, nie. Aber, sie habe mich nie behindert in dem was ich machen will. Und da war nie Widerstand, also, nicht großartig zumindest“*. Auch bei dieser Person zeichnet sich im späteren Berufsleben ein Problem mit Anweisungen und Grenzen von Anderen aus. In folgendem Zitat, welches hier wiederholt verwendet wird, wird auch das Gefühl eines Defizits der Anerkennung durch Andere deutlich: *„ Ich hab dann mit Niederlagen vielleicht nicht umgehen können, ja, oder mit Missgunst oder sonst was“*. Auch

diese Interpretation von Anerkennung kann auf ein mögliches falsch erlerntes Assoziationsvermögen aus der Kindheit zurückgeführt werden. Die dritte Interviewperson präsentiert ihre Kindheit als nicht durchgehend harmonisch und positiv. In ihrer Kindheit erlebt sie die Übersiedelung in ein anderes Land und ist auch einige Jahre von ihrem Vater aufgrund dessen beruflichen Auslandstätigkeit getrennt. In diesem Fall scheint es so, als würde die Mutter versuchen die Abwesenheit des Vaters durch ein Übermaß an Zuneigung zu kompensieren: *„Ich mein ich war ah, nachdem ich ein Einzelkind war, also keinen Bruder gehabt hab, hat sich sozusagen meine Mutter immer auf mich komplett fokussiert, ja. Und hat mich an und für sich sozusagen, ist mir schon ein bisschen auf den Keks gegangen mit dem Fokus, nicht halt, sie war schon übervorsorglich“*. Interessant ist an dieser Aussage auch, dass die Interviewperson die Tatsache dass sie ein Einzelkind ist mit der Tatsache gleichsetzt dass er keinen Bruder hat, von einer Schwester ist in diesem Fall keine Rede. Für die Analyse dieser Fragestellung scheint dies jedoch keinen Wert zu haben. Die Interviewperson resümiert weiter: *„Also vielleicht hat mir der Vater ein bisschen gefehlt, also die letzten, letzten 5 Jahre, wo ich sozusagen, wo ich nur mit meiner Mutter gewohnt hab, hat mir wahrscheinlich sozusagen der männliche Teil gefehlt einfach“*. Gleichzeitig beschreibt sie das Verhältnis zu ihrer Mutter wiederholt wie folgt: *„Teilweise durch meine umsorgliche Mutter und umsorgliche Oma, die hinter mir andauernd hin und her, nachgerannt sind“*. Es scheint sich in diesem Fall sogar um zwei Personen im Leben der Interviewperson zu handeln, von welchen sie sich überdurchschnittlich umsorgt fühlte.

Sie selbst verneint zwar den Zusammenhang zwischen der Bevormundung durch die Mutter und der Anerkennungsanforderung im Arbeitsleben: *„Also mit, also ich glaub letztendlich mit der Kindheit hat das eigentlich wenig zu tun. Es ist einfach wirklich dieser antrainierte Standardkreislauf quasi, ah, wie viel Mühe man sich irgendwie gibt, also wie viel Energie man reinsteckt, will man zumindest ein bisschen was wieder zurück haben“*. Auffallend ist an dieser Passage, dass die Person trotzdem von einem antrainierten Standardkreislauf spricht, was bestätigen würde das es sich hierbei um erlerntes Verhalten handelt. Der Entstehungszeitpunkt wird nur um einiges später als im Kindesalter datiert. Bei der Beziehung zur Mutter und vermutlich auch zur Großmutter scheint es sich jedoch auch um ein überbehütetes Verhältnis handeln, welches durch ein Übermaß an Zuneigung und Anerkennung gekennzeichnet ist. Die nächste Interviewperson unterscheidet sich insbesondere einmal grundsätzlich von den bisher aufgezeigten, da sie in einer anderen Generation und somit auch mit einer anderen Generation von Eltern aufgewachsen ist. Sie

wurde 1951, in der Nachkriegszeit, geboren. Ihre Eltern erlebten folglich als junge Erwachsene den 2. Weltkrieg. Diese Generation zeichnet sich grundsätzlich weniger durch einen antiautoritären Erziehungsstil aus, sondern findet sich noch eher als Befürworter einer traditionell konservativen Erziehung wieder. Die Interviewperson unterscheidet jedoch folgende familiäre Begebenheiten von einem großen Rest ihrer Generation: Beide Eltern sind berufstätig und ihr Vater verstirbt als sie 15 Jahre alt ist. Vor und auch nach dem Tod des Vaters verbringt diese Person relativ viel Zeit bei ihrer Großmutter, welche sich während der Erzählungen als Haupt-Bezugsperson heraus kristallisiert: *„Meine Oma war so eine kugelrunde, ganz mütterliche, kluge Frau. Und ich hab ihr's auch gesagt, wobei sie immer gesagt hat, Pscht, dass darfst du der Mama nie sagen, das kränkt sie. Ich hab immer gesagt, ich hab sie viel lieber als die Mama. Also es war immer ein bisschen eine gestörte Beziehung zu unserer Mutter, vielleicht liegt darin der Grund für Einiges, ich weiß es nicht. Wobei sie hat ja nichts Böses gemacht zu mir, aber sie war halt einfach nicht da“*. Die Beziehung zu ihren beiden Eltern beschreibt sie ganz gegenteilig folgendermaßen: *„Sie war halt nicht wirklich für uns Kinder präsent. Mein Papa der war eben auch berufstätig und sehr ein schweigsamer Mensch, aber mit dem hab ich zumindest körperlich Beziehung gehabt, bei dem durfte ich immer auf dem Schoß sitzen und schmeicheln und so. Meine Mama hat nie Zeit für so etwas gehabt“*. Ähnlich wie bei den beiden ersten Fallbeispielen wuchs auch diese Interviewperson in einer Familie auf, in welcher die Eltern berufstätig waren und oftmals nur wenig Zeit für die Kinder hatten.

Als Bezugsperson scheint hier die Großmutter einen gewissen Kompensationsmechanismus zu übernehmen. Außer der Tatsache, dass die Beziehung zur Großmutter sehr innig war, gibt die Interviewperson jedoch nur wenig über dieses Verhältnis preis. In diesem Fall scheint sich die unbefriedigte Anforderung, auf welcher mitunter die Erschöpfung im Arbeits- und Privatleben basiert, nicht auf Anerkennung per se zu konzentrieren, sondern um eine generelle Form der Zuneigung und Aufmerksamkeit. Dies scheint aus einem großen Mangelempfinden im Bezug auf die Beziehung zur Mutter zu resultieren: *„Aber als Kind, als Jugendlicher sieht man das irgendwie anders, ich hab das als wie soll man sagen, zwar verstanden, dass sie unglücklich ist, aber dass sie das an uns beiden irgendwie ablehnt, hab ich nicht verstanden und hab mich aufgelehnt und sehr viel gestritten“* und weiter *„Meine Mutter, wie gesagt, ist ausgefallen, die ist nicht auf die Idee gekommen, dass die Kinder vielleicht Liebe bräuchten“*. Durch die Beziehung der Mutter scheint eine inadäquate Entwicklung des Selbstwertes stattgefunden zu haben. Möglicherweise resultiert die erhöhte Selbstanforderung der

Interviewperson aus dem Bedürfnis nach Zuneigung und der Erfahrung, diese durch Leistung zu erhalten. Die letzte Interviewperson zählt nach eigenen Angaben ebenso zu jener Gruppe, welche kein durchgängig harmonisches Familienleben erfahren durfte. Das Aufwachsen der Person ist geprägt durch die Scheidung der Eltern, sowie eine relativ problematische Beziehung zu ihrem Vater. Zum einen scheint die Interviewperson hier unter dem emotionslosen Vater zu leiden: *„Ja mein, vielleicht hat`s auch durch die Geschichte mit meinem Dad zu tun, ja dass ich von dem als Kind nie so die Anerkennung gekriegt hab, die ich mir vielleicht als Kleinkind erhofft hätte, ich weiß es nicht“*, zum anderen scheint in diesem Fall eine Kompensation an Zuneigung durch die Mutter statt zu finden, was die Interviewperson dazu veranlasst der Mutter in ihren Anforderungen gerecht werden zu wollen: *„Ich hab dann irgendwo so in mir das Gefühl gehabt, nein weil`s nicht sein darf, und jetzt schlecht ist, ich will nicht schlecht sein ja, und ich will der perfekte Bub für meine Mama sein und ich will einfach perfekt sein“*. Die Mutter ist während der Kindheit die Haupt-Bezugsperson und innerhalb der Familie auch die einzige Quelle um Anerkennung und Zuneigung zu erhalten. Die Interviewperson beschreibt den Sozialisationsprozess im Bezug auf Leistung und Anerkennung wie folgt: *„Ich glaub das hat mit meiner Familie zu tun. Ja seit ich, also wie ich damals in die Volksschule gegangen bin, war es sozusagen immer so, wennst brav lernst und gute Noten hast bist ein braver Bub und dann mag ich dich. Und das wird halt dann auch belohnt, einerseits mit Geld, andererseits mit Anerkennung und ah, Liebe dir gegenüber, ja“*.

Auch in diesem Fall scheint eine relativ frühe Verknüpfung zwischen Leistung und Anerkennung in der Sozialisation stattgefunden zu haben. Ähnlich wie in den vorangegangenen Fällen wird möglicherweise auch hier Anerkennung von Seiten der Mutter verwendet um das Zuneigungsdefizit des Vaters zu kompensieren. Diese Interviewperson entstammt wiederum einer ganz anderen Generation, da sie zum Interviewzeitpunkt 24 Jahre alt ist. Im Vergleich zu den anderen Personen der Erhebung wächst dieser folglich auch mit einer ganz anderen Elterngeneration und anderen für diese Generation typischen Erziehungsstilen auf. Die Welle der antiautoritären Erziehung scheint in diesem Fall nicht mehr vorrangig präsent. In diesem konkreten Fall wird innerhalb der Familie eher wieder auf einen konservativen Stil und vor allem auf das neue Leistungsdenken Wert gelegt. Obwohl die Interviewpersonen also in verschiedenen Generationen aufwachsen, weisen ihre Lebensläufe und Entwicklungsschritte trotzdem einige Gemeinsamkeiten auf, wie anhand dieses kurz dargestellten Sozialisationsvergleichs aufgezeigt werden konnte. Eine weitere

Gemeinsamkeit kann in der Tatsache verzeichnet werden, dass die Interviewpersonen von dem Gefühl berichten, relativ bald erwachsen und selbstständig haben sein zu müssen: *„ich wurde mit 15 mehr oder weniger gezwungen erwachsen zu sein, weil meine Mutter ist dann auch total ausgefallen, ich hab praktisch beide Eltern als Stütze verloren“*. Eine andere Interviewperson berichtet über diese Erfahrung wie folgt: *„aber ja ich hab einfach deswegen halt immer schon erwachsen und vernünftig sein müssen, da hab ich zumindest selbst den Anspruch gehabt das zu sein“*, in diesem Zusammenhang erzählt diese Person weiter: *„Aber ich hab immer schon viel mit Erwachsenen gemacht, mir hat das immer schon getaugt, das Kind am Tisch von den Erwachsenen, ich hab einfach nur zugehört, aber das hat mir getaugt“*. Und wiederum eine andere Person resümiert diese Zeit mit diesen Worten: *„Aber ich kann nicht sagen das es eine schlechte Beziehung war oder Erziehung. In gewisser Weise bin ich selbstständig geworden“*. Die Kindheit der Interviewpersonen ist folglich geprägt durch relativ hohe Anforderungen. Sie müssen aufgrund der Berufstätigkeit oder Abwesenheit aus anderen Gründen der Eltern bald eine führende Rolle im Haushalt übernehmen und entwickeln auch daraus ein bestimmtes Leistungsverständnis. Auf Basis dieser Lebenserfahrung könnte jedoch grundsätzlich davon ausgegangen werden, dass sie aufgrund der frühen selbstständigen Tätigkeit und Eigenversorgung ein hohes Maß an Selbstwirksamkeit aus der Kindheit mitbringen. Das Gegenteil ist der Fall. Sie erleben sich selbst nur als wirksam, wenn diese Tatsachen in Form von Anerkennung durch Andere bestätigt wird.

Welcher Schritt in der Entwicklung dieser Personen führt also schlussendlich zu einem höheren Bedarf an Anerkennung ? Eine mögliche plausible Erklärung scheint hier also die Kompensationstheorie zu sein. Die Eltern oder zumindest eine Bezugsperson versucht die Abwesenheit der anderen Autoritätspersonen mit zusätzlicher Anerkennung und Zuneigung zu kompensieren. Eingesetzt wird diese Anerkennung jedoch oft auf Basis nicht durchgängiger und sozial oft nicht nachvollziehbarer Muster für die Kinder. Der Konnex zwischen der Zuerkennung von Anerkennung und dem eigenen Verhalten wird folglich bereits in der Kindheit falsch eingelernt.

6. Das gesellschaftliche Unbehagen –

Ein Verknüpfungsversuch der Theorie mit den empirischen Ergebnissen

Die vorangegangene empirische Analyse hat nun einige Themenschwerpunkte hervorgebracht, welche im Zusammenhang mit den psychischen Erkrankungen des Burnout und auch Erschöpfungsdepressionen im Lebenslauf der Personen eine maßgebliche Rolle spielen. Christopher Lasch kommt in seinem Werk „Das Zeitalter des Narzißmus“ (1986) zu folgender Erkenntnis: *„Das Charakterstörungen zum wichtigsten Gebiet der psychiatrischen Pathologie geworden sind und daß sich, wie daran erkennbar, die Persönlichkeitsstruktur gewandelt hat, hängt mit ganz spezifischen Veränderungen in unserer Gesellschaft und Kultur zusammen – mit der Verbürokratisierung, mit dem Überfluß von Eindrücken und Bildern, therapeutischen Ideologien, der Rationalisierung des Innenlebens, dem Konsumkult und, in letzter Instanz, mit Wandlung des Familienlebens und veränderten Sozialisationsmustern“* (Lasch 1986: 50f). Dazu ist zu sagen, dass es nicht notwendigerweise der Charakterstörungen bedarf, um die Veränderungen in Gesellschaft und Kultur wahrzunehmen. Die hier fokussierten Erschöpfungs- und Überforderungserkrankungen dürften dies auch ausreichend belegen. Notwendig ist diese Einsicht Lasch's jedoch insofern, als sie für die Zusammenführung von Theorie und der erworbenen Empirie wegleitend sein soll. In diesem Verknüpfungsverfahren scheint es sinnig den Weg der Analyse rückwärts zu gehen. Dafür sollen die Ergebnisse aus der biographischen Erhebung betreffend das Individuum als Grundlage dienen. Sie stellen den Beginn des Analyseweges dar, da sie die momentane Befindlichkeit des Individuums abbilden.

Speziell Lasch weist auch in seinem Zitat darauf hin, dass die Sozialisationsmuster und das Familienleben einen wesentlichen Aufschluss über gesellschaftliche Veränderungen bieten können und von diesen stark beeinflusst werden. Da diese theoretische Erkenntnis sich als sehr gut vereinbar mit der empirisch entstandenen Kategorie »Sozialisation« aus der Erhebung darstellt, wird sich der zweite Schritt der Analyse mit der Meta-Ebene der Sozialisation beschäftigen, um für den Abschluss der Analyse die Verbindung, zwischen Individuum und Gesellschaft herzustellen. Gelingt diese theoretische Verbindung, erschließen sich hoffentlich abschließend neue Erkenntnisse des Gesellschaftsgefüges und ihr vice versa - Einfluss auf die Entstehung und Kultivierung von Erschöpfungs- und Überforderungserkrankungen.

6.1 Das Bedürfnis nach Anerkennung

Sighard Neckel nähert sich der Burnouterkrankung, angelehnt an Pines et al. (1983) mit folgendem Definitionsvorschlag: *„Burnout sei eine reaktive Depression, die der Enttäuschung folge, für den Einsatz der gesamten Person nicht belohnt worden zu sein“* (Neckel 2013: 12). Auch die bereits präsentierten Forschungsergebnisse lassen ähnliche Schlüsse zu. Aber um welche Art von Belohnung handelt es sich hier und wie kann diese ausreichend erfahren werden? Interessant ist hier auch die Formulierung der »ganzen Person«, welche darauf schließen lässt, dass es sich hierbei nicht ausschließlich um ein Phänomen des Arbeitsalltages handelt, sondern tatsächlich um das Individuum in seiner Gesamtheit. Sennett präzisiert diese Art von Belohnung, indem er ihre Darstellung mit den gesellschaftlichen Entwicklungen der verloren gegangenen Religiosität und dem damit verbundenen neuen Bild des Individuums verknüpft: *„Der getriebene Mensch paßt nicht in die alten katholischen Bilder der Laster des Reichtums wie Völlerei oder Genußsucht; er konkurriert ständig mit anderen, kann aber seinen Gewinn nicht genießen. Die Lebensgeschichte des getriebenen Menschen wird eine endlose Suche nach Anerkennung durch andere und nach Selbstachtung“* (Sennett 2008: 141). Auf Basis dieser Definition und der Tatsache entsprechend, dass wir alle Menschen der Moderne, also Getriebene sind, müsste man an dieser Stelle davon ausgehen, dass wir im Laufe unseres Lebenslaufes durchwegs alle an einer Erschöpfungs- und Überforderungserkrankung leiden müssten. Warum ist dem dann nicht so?

Werden jene Menschen, die in ihrem Lebenslauf nicht an Burnout oder Erschöpfungsdepression leiden nur schlichtweg mit weniger anspruchsvollen und traumatisierenden Lebenssituationen konfrontiert? *„Ungeachtet der gelegentlichen Illusion über ihre Allmacht ist die narzißtische Persönlichkeit zur Bestätigung ihrer Selbstachtung auf andere angewiesen“* (Lasch 1986: 26), betont Lasch in seinen Ausführungen zum Zeitalter des Narzissmus und ermöglicht damit folgenden Schluss: im modernen Zeitalter, in welchem durchwegs eine narzisstische Persönlichkeitsstruktur vorherrscht sind wir wahrscheinlich alle vermehrt auf die Bestätigung unseres Selbstwertes von außen, also von den Anderen angewiesen, den Unterschied schafft aber wahrscheinlich das Ausmaß dieses Bedarfs an Bestätigung. Ist ein erhöhter Bedarf an Anerkennung ein Indiz für die gleichsam erhöhte Wahrscheinlichkeit einer psychischen Erkrankung? Um diesen Gedanken weiter zu verfolgen, muss davor noch folgende Definition geleistet werden, die innerhalb der Ausführungen bisher vernachlässigt wurde. Diese Arbeit dreht sich zu einem großen Teil um die Psyche des

Menschen – wie sich diese durch gesellschaftliche Gegebenheiten verändert und ab wann sie als ungesund oder krank gilt. Es wurde jedoch noch nicht klar dargelegt was eigentlich mit der Begrifflichkeit der Psyche gemeint ist. Für diesen Fall möchte ich auf die Definition nach Honneth (2012) zurückgreifen: *„das »Psychische« ist gewissermaßen die Erfahrung, die ein Subjekt mit sich selber macht, wenn es durch ein praktisch auftretendes Problem an der gewohnheitsmäßigen Erfüllung seiner Tätigkeiten gehindert wird“* (Honneth 2012: 115). Nach dieser Definition wäre die Psyche als etwas aufzufassen, das in Erscheinung tritt, wenn wir aus unserem normierten Verhaltensrepertoire für eine Situation keine angemessene Reaktion entnehmen können. Wir reagieren dann möglicherweise intuitiv. Verknüpft mit den Ergebnissen aus den Interviews könnte dies folgendermaßen interpretiert werden: Keine Anerkennung zu erhalten scheint für die Interviewpersonen das Gegenteil von dem Erfahrungswert zu bedeuten, mit welchem sie bisher in ihrem Lebenslauf konfrontiert waren. Da sie für diese Erfahrung über kein erlerntes Verhaltensrepertoire verfügen, scheitern sie folglich an der sozialen Bearbeitung dieser Erfahrung. Dieser Erfahrungswert basiert jedoch ausschließlich auf dem sozialen Feedback der Anderen. Den Erklärungshintergrund zu diesem Phänomen versucht Honneth darzustellen und bezieht sich an dieser Stelle auf Hegels Anerkennungstheorie welche *„die Entwicklung des Selbstbewußtseins von der Existenz eines zweiten Subjekts abhängig macht: ohne die Erfahrung eines auf ihn reagierenden Interaktionspartner wäre ein Individuum nicht dazu in der Lage, auf sich selber mit Hilfe selbstwahrnehmbarer Äußerungen in der Weise einzuwirken, daß es dabei seine Reaktion als die Hervorbringung der eigenen Person zu verstehen lernt“* (ebd.: 121). Diese Definition schließt allerdings wiederum ein jedes Individuum ein, da das Bild, welches wir von uns selbst haben, natürlich nur in sozialer Interaktion mit Anderen entstehen kann und auf dessen Feedback angewiesen ist. Um dieses Deutungsangebot der Anerkennung adäquat auffassen zu können, ist es notwendig einen kurzen vertiefenden Blick auf das Hegelsche Anerkennungsmodell zu werfen. Honneth versucht in seinem Werk *„Das ich im Wir“* (2010) die Entstehung des Selbstbewusstseins, welches Hegel auf Basis der Anerkennung durch Andere konzipiert, in seiner theoretischen Entwicklung darzustellen. In ihrer Vorstufe definiert sich das Selbstbewusstsein nach Hegel vorerst noch nicht durch die Anerkennung, sondern durch die Begierde und scheitert jedoch mit diesem Anspruch an der Herausbildung eines passenden Bewusstseins für sich Selbst. Der Grund dafür ist nach der Interpretation Honneths folgender: *„Die Insuffizienz der Erfahrung der »Begierde« besteht also genau genommen, in etwas Doppeltem, nämlich, daß sie das Subjekt erstens mit der*

Allmachtsphantasie ausstattet, alle Wirklichkeit sei ein Produkt seiner eigenen, individuellen Bewusstseinsaktivität, und diesem zweitens dadurch verwehrt, sich als Glied einer Gattung begreifen zu können“ (Honneth 2010: 26). In dem Scheitern der Begierde ergibt sich für Hegel der notwendige Übergang zur Anerkennung durch Andere als notwendige Determinante für das Selbstbewusstsein. Warum die logische Konsequenz aus der Insuffizienz der Begierde die Anerkennung ist begründet Hegel mit folgendem Satz: *„Um der Selbstständigkeit des Gegenstandes willen kann es daher zur Befriedigung nur gelangen, indem dieser selbst die Negation an ihm vollzieht; und er muß diese Negation seiner selbst an sich vollziehen, denn er ist an sich das Negative, und muß für das Andere sein, was er ist“* (ebd.: 28 nach Hegel 1986: 144). Die Deutung dieser Erklärung Hegels für den Übergang der Begierde auf die Anerkennung gestaltet sich auch für Honneth als überaus schwierig. Im Zusammenhang dieser Arbeit soll nun versucht werden eine kurze Deutungsmöglichkeit zu skizzieren. Hegel gibt mit seiner Definition zu verstehen, dass in diesem Szenario der Andere letztendlich die maßgebende Rolle für die Ausbildung des Selbstbewusstsein spielt. Im Unterschied zum Stadium der Begierde trifft hier das Individuum zum ersten Mal in der Entwicklung des Selbst auf den Anderen und merkt gleichermaßen das sein eigenes Bewusstsein auf den Anderen angewiesen ist. Spannend ist an diesem Erklärungsversuch jedoch der Terminus »Negation«. Hegel spart die Definition dieser verwendeten Begrifflichkeit gänzlich aus, insofern kann nur der Versuch einer möglichen Interpretation gewagt werden. Der dementsprechende Versuch Honneths gestaltet sich wie folgt:

„Wenn nämlich jenes zweite Subjekt eine Selbstnegation, eine Dezentrierung nur deswegen vollzieht, weil es des ersten Subjekts gewahr wird, dann tut sich diesem darin ein Element der Wirklichkeit auf, welches nur aufgrund seiner Präsenz den eigenen Zustand verändert“ (Honneth 2010: 29). Meint Hegel also mit dem Begriff der Negation die Erfahrung, dass die Begierde vom auftretenden Anderen nicht permanent erfüllt wird? Handelt es sich hierbei um die normierten Grenzen der Gesellschaft, welche das Zusammenleben soweit regeln sollen, dass alle gleich aber keiner gleicher ist? Wird Ego hier mit den Grenzen des Individuellen zu Gunsten der Masse bekannt gemacht? Und wenn ja, kann es sein, dass dieser Mechanismus sich nicht an jedem Individuum auf gleiche Weise vollzieht? Was passiert wenn wir die Erfahrung der Negation nicht machen? Honneth subsumiert die These Hegels zur Entstehung des Selbstbewusstseins folgendermaßen: *„Nur in der moralischen Selbsteinschränkung des Anderen können wir die Aktivität erkennen, in der unser Selbst in der Weise tätig ist, daß es instantan an der Welt eine nachhaltige Veränderung bewirkt, ja eine neue Wirklichkeit*

erzeugt“ (ebd.: 32). Wenn aber eben diese Einschränkung, in Form der Negation, niemals stattgefunden hat, dann ist auf Basis dieser Definition anzunehmen, dass sich das Individuum nicht aus der Phase der Begierde weiterentwickeln konnte. Unter Einbindung der Ergebnisse der Forschung wäre jedoch auch folgendes Szenario denkbar: Durch die Präsenz des Anderen ist die grundsätzliche Existenz der Negation bereits gegeben. Wenn diese Negation durch den Anderen und hierbei handelt es sich um einen Anderen, welcher mehrmals in einer Lebensgeschichte prägend für diese Negation war, in einer Form geschah, welche sich ambivalent zu den generellen gesellschaftlichen Rahmenbedingungen verhalten hat, könnte man sie dementsprechend für die Normierung als inadäquat bezeichnen. Insofern mag die Negation zwar existenziell, jedoch konflikthaft besetzt durch die Anomalie mit den Normen der besagten Gesellschaft, sein. Das Individuum würde sich dann schlussendlich zwischen Begierde und Anerkennung befinden. Ein Zustand der sich vermutlich zwangsläufig als unbefriedigend darstellen würde, da er der restlichen Begierde-Haltung unter Determination einer falsch besetzten Anerkennungs-Anforderung nur schwerlich stand halten könnte. Im konkreten Fall stellt sich also die Frage, ob sich die Negationserfahrung der Interviewpersonen anders gestaltet hat als bei Personen die in ihrem Lebenslauf nicht an einer Erschöpfungs- und Überforderungserkrankung leiden? Kombiniert oder ergänzend zu dem bereits beschriebenen Selbstbewusstsein, stellt Honneth auch noch die Frage nach der Selbstachtung:

„Daraus ergibt sich für die Frage nach den Bedingungen der Selbstachtung, daß ein Individuum sich nur dann in einer vollständigen Weise selber zu achten vermag, wenn es im Rahmen der objektive vorgegebenen Funktionsverteilung den positiven Beitrag identifizieren kann, den es für die Reproduktion des Gemeinwesens erbringt“ (Honneth 2012: 142f). Theoretisch behandelt er hier die Verknüpfung des Selbstbewusstseins mit der Erfahrung einer positiv konnotierten Funktionsleistung. Es kann hier angenommen werden, dass eine inadäquate Entwicklung des Selbstbewusstseins auch die Verknüpfung mit der Funktionsleistung auf bestimmte Art und Weise beeinflusst. Die Kategorisierung, ab wann eine Funktion als positiver Beitrag bewertet werden kann, variiert mit der Deutung des eigenen Selbstbewusstseins. Aus diesem theoretischen Erklärungszusammenhang mag es auch nachvollziehbar erscheinen, warum die Interviewpersonen eine derart starke Verknüpfung zwischen Leistungsanforderungen und der Bewertung durch die Anerkennung der Anderen empfinden. Aufgrund eines Selbstbewusstseins, welches zwischen den Stadien der Begierde und der Anerkennung gefangen ist, fällt es ihnen schwer, ohne Zutun der

Anderen, ihren eigenen Beitrag als funktionell und wirksam für die Gemeinschaft zu bewerten. In seinen Ausführungen stellt Honneth jedoch weiterführend fest: *„die Subjekte sind, weil sie ein Bewußtsein ihrer individuellen Besonderheit bereits mit dem Wissen um eine verlässliche Erfüllung ihrer Berufspflichten besitzen können, von allen standardisierten Mustern der Selbstverwirklichung freigesetzt, wie sie in traditionellen Gesellschaften etwa durch Ehrbegriffe festgelegt werden“* (ebd.: 143). Diese Annahme Honneths widerspricht jedoch zum Einen den Ergebnissen aus dem Forschungsprozess und muss zudem auch theoretisch hinterfragt werden. Es ist hier in Frage zu stellen, ob der Wert der Arbeit und vor allem der Einfluss den sie auf den Selbstwert nimmt, tatsächlich einer so großen Veränderung unterliegt, dass sie in der modernen Gesellschaft die einzige und ausschließliche Grundlage eines Selbstwertes bilden. Es handelt sich zwar in der Moderne mit Sicherheit nicht mehr um standardisierte Muster im Sinne der Ehrbegriffe, jedoch sind an ihre Stelle standardisierte Muster des Individualismus und der Selbstvermarktung des Individuums getreten, welche eine große Rolle in der Herausbildung des Selbstwertes spielen. Christopher Lasch beschreibt dieses Dilemma des Selbstbewusstseins der modernen Menschen wie folgt: *„In seinem Selbst-Bewußtsein gefangen wie in einem Kerker, sehnt sich der moderne Mensch nach der verlorenen Unschuld des spontanen Empfindens. Unfähig seine Gefühle auszudrücken, ohne ihre Wirkungen auf andere zu berechnen, zweifelt er daran, daß die Gefühlsäußerungen seiner Mitmenschen echt sind, und erfährt wenig Unterstützung durch die Reaktion Dritter auf sein eigenes Rollenspiel, selbst wenn sein Publikum tief bewegt zu sein vorgibt“* (Lasch 1986: 114). Diese Erkenntnis wird uns verstärkt zu Ende diese Ausführungen erneut beschäftigen. Wir haben also festgestellt, dass mit großer Wahrscheinlichkeit die Herausbildung des Selbstbewusstseins bei den Personen der empirischen Analyse einen differenzierten Prozess durchlaufen hat, welcher dazu geführt hat, dass die Negationserfahrung nicht vollständig erreicht wurde und sich das Stadium der Anerkennung nicht gänzlich entwickeln konnte. Dementsprechend basieren viele der sozialen Interaktionen auf einer fehlerhaften oder non-konformen Interpretation und Wahrnehmung der Anerkennung Anderer. Ergänzend dazu besteht die Wahrscheinlichkeit, dass sich aufgrund der differenzierten Ausprägung des Selbstbewusstseins auch der Selbstwert im Sinne einer befriedigenden Leistungserbringung für die Interviewpersonen anders charakterisiert als für viele andere Personen. Um die theoretische Analyse nun einen Schritt voran zu treiben, wird es notwendig zu hinterfragen, aus welchem Grund oder durch welche Einflussnahme sich der Prozess der Bewusstwerdung des Selbst anders ausgestaltet. Welche Bedingungen ihres

Lebenslaufes sind den Interviewpersonen inhärent? Wo liegen ihre Gemeinsamkeiten? Im folgenden Kapitel soll nun theoretisch versucht werden, das Verhalten des Individuums auf einer Meta-Ebene zu abstrahieren und jene soziale Mechanismen heraus zu filtern, welche auf die Entwicklung des Individuums maßgeblich Einfluss genommen haben.

6.2 Die Sozialisation

Bereits innerhalb der Auswertungen zum empirischen Teil wurde die Definition für die Begrifflichkeit der Sozialisation festgelegt und gleichsam festgehalten, dass sich sowohl die empirischen Ergebnisse als auch die anschließende Theorie auf die Primärsozialisation durch die Familie konzentriert. Um der Thematik der Sozialisation für diese Ausführungen jedoch zusätzlich noch einen soziologisch- theoretischen Nährboden zu unterlegen, muss auf zwei entgegengesetzte , aber nicht unvereinbare Theoriekonstrukte zurückgegriffen werden. Zum einen handelt es sich hierbei um den handlungstheoretischen Ansatz zur Entstehung der Persönlichkeit nach George Herbert Mead, welcher benötigt wird um, angelehnt an die Ausführungen Honneths zur Anerkennung, den Bereich des Individuums theoretisch greifbar zu machen.

Um die Sozialisation jedoch in weiterer Folge wortwörtlich »gesellschaftstauglich« zu machen, wird an dieser Stelle auf die strukturfunktionale Systemtheorie von Talcott Parsons zurückgegriffen. Auch hier wird wiederum deutlich, dass das Kapitel zur Sozialisation einen Versuch darstellt, die Brücke zwischen dem Individuum und der Gesellschaft zu schlagen. Beginnen wir also an dieser Stelle beim Individuum im Sinne des symbolischen Interaktionismus. Die Persönlichkeitstheorie von Mead basiert hauptsächlich auf zwei Komponenten: Dem Me (Mich) und dem I (Ich). Das Me stellt in dieser Theorie das Konstrukt der Erwartungshaltung der Anderen und die dementsprechende Reaktion und Implementierung dieser Haltung in das Verhalten des Individuums dar. Die Erwartungen der Anderen gestalten sich als Leitlinien der Orientierung für das Individuum. Diese Leitlinien werden eben im Sozialisationsprozess erlernt. Die Theorie Meads weist mittels der Konzeption des Me gewisse Ähnlichkeit mit der Hegelschen Anerkennungstheorie, im Sinne der Vorstellung der Negation, auf. Das I hingegen wird als ein impulsives Inneres dargestellt. Die Aufgabe des normierten Me ist es hierbei auch die Energien des I zu zügeln (vgl: Hurrelmann 2006: 92). Theoretisch kann das I an dieser Stelle auch ein Stück weit mit der

Vorstellung des Psychischen nach Honneth (2012), welche im Kapitel der Anerkennung bereits kurz diskutiert wurde, verglichen werden. Die Verbindung zwischen Me und I bildet im Individuum den Selbstwert und das Bewusstsein für sich selbst heraus. Für ein Sozialisationsverständnis im Sinne von Mead bedarf es vor allem der theoretischen Implementierung der Interaktion auf Basis welcher soziale Beziehungen und in diesem Sinne auch ein Rollenverständnis und eben ein Selbstwert herausgebildet werden. „*Jeder Mensch muss sich selbst mit den Augen des anderen sehen und dessen Handlungen quasi als eigene vorwegnehmen können [»Rollenübernahme«]. Hierdurch kann er sich selbst zum Objekt werden, was Voraussetzung dafür ist, um subjektiv sinnhaft handeln zu können*“ (Hurrelmann 2006: 93). Im Kontext der Mikro Ebene, nämlich der Herausbildung des Individuums durch die Bezugspersonen, wird die Theorie Meads für diese Arbeit als geeignete theoretische Basis betrachtet. Warum in diesem Fall, wie bereits theoretisch angekündigt auch der Strukturfunktionalismus nach Parsons als Erklärungsgrundlage herangezogen wird, ergibt sich aus folgendem Hintergrund: Im Kontext der Verbindung des Individuums mit der jeweiligen Gesellschaft widerspricht sich die Meadsche Annahme mit dem theoretischen Hintergrundkonzept dieser Forschungsarbeit. Während Mead davon ausgeht, dass das Handeln und die Interaktion der Individuen kein Ausdruck der gesellschaftlichen Strukturen ist, welche auf sie einwirken, sondern ein Resultat der sozialen Beziehungen zwischen den Individuen ist (vgl. ebd.: 94). Diese Arbeit basiert auf der Grundannahme, dass soziale Strukturen sehr wohl großen Einfluss auf die Handlung und gleichermaßen auf die Sozialisation des Einzelnen nehmen. An dieser Stelle kommt die strukturfunktionale Systemtheorie nach Parsons ins Spiel. Dieser geht innerhalb seiner Theorie davon aus, dass die Gesellschaft als Ganzes in drei Systeme eingeteilt werden kann: ein organisches, ein psychisches und ein soziales System. Beim organischen System handelt es sich vorwiegend um körperliche Funktionen, es bildet somit die Basis jeglicher körperlicher und psychischer Energieversorgung. Im psychischen System findet sich bei Parsons die Persönlichkeit des Individuums wieder, wobei an dieser Stelle auch bereits der gravierende Unterschied zur Theorie Meads aufzufinden ist, welchen Hurrelmann wie folgt beschreibt: „*Die Persönlichkeit ist wesentlich durch diese Struktur der kontrollierten Bedürfnispositionen charakterisiert, die sich im Zuge der gesellschaftlichen Verinnerlichung der gesellschaftlichen Kontrollen herausbilden*“ (ebd.: 84). Parsons verknüpft hier die Entstehung und Formung einer Persönlichkeit mit der Verinnerlichung von gesellschaftlicher Normierung und Kontrolle. Ein theoretischer Schritt, welchen Mead in seinen Ausführungen eben nicht

setzt. Der letzte Teilbereich, das soziale System bildet sich aus den sozialen Beziehungen der Individuen und ihren sozialen Rollen heraus. Es stellt somit die übergeordnete gesellschaftliche Struktur dar. Die Sozialisation im Sinne dieser Theorie vollzieht sich insofern, als dass die strukturellen Vorgaben des sozialen Systems im psychischen System schrittweise implementiert werden. Die ersten gesellschaftlichen Vorgaben begegnen dem Kind in Form von Bezugspersonen wie Eltern, Geschwistern und Großeltern. Es handelt sich hierbei um eine der prägendsten Phasen der Sozialisation, wobei diese im Sinne der Parsonsen Theorie niemals als abgeschlossen gilt, also sich auch im weiteren Verlauf des Lebens an neue gesellschaftliche Strukturverhältnisse und Veränderungen anpasst (vgl. ebd.: 84). Im Sozialisationsprozess wird das Individuum jedoch nicht nur zum Teil der gesellschaftlichen Struktur, sondern entwickelt je nach Herkunft und Bezugspersonen ein eigenes Wertverständnis aus. Parsons schafft hierfür ein grundsätzliches Wertverständnis, welches er als typisch für moderne Gesellschaften definiert und als »universalistisches Wertemuster« (Parsons 1951) betitelt. *„Als universalistisch versteht Parsons die alleinige Ausrichtung des Handelns an der individuellen Leistung. Dazu gehört eine affektive Neutralität durch die rein sachliche Berücksichtigung von Interessen in Beziehungen, die Wahrnehmung anderer Menschen nicht nach ihrer Persönlichkeit, sondern nach ihrer sozialen Position und ein hohes Ausmaß von Selbstorientierung im Sinne einer Wahrnehmung des eigenen Vorteils in beruflichen und persönlichen Beziehungen“* (Hurrelmann 2006: 86 nach Parsons 1951: 219). Nach dieser Definition geht der modernen Sozialisation grundsätzlich bereits ein gesteigertes Leistungsdenken einher. Die konkrete Ausbildung dieses Leistungsdenkens wird jedoch noch zusätzlich durch die spezielle Determinierung der Herkunftsfamilie verstärkt. Diese äußert sich nicht nur in bewusst gewählten Erziehungsstilen, sondern auch im beobachtbaren Verhalten der Bezugspersonen, welche vom Kind interpretiert und anschließend in das eigene Verhaltensrepertoire eingeordnet wird. Speziell in den 1960er und 70er Jahren entwickelte sich, im Bezug auf die gewählten Erziehungsstile, neben dem bisher gelebten autoritären- der permissive oder auch Laissez faire- Erziehungsstil. Dieser neue Stil vertrat den Hintergrund, dass der Eingriff auf die Entwicklung der Persönlichkeit durch Erziehung nicht zulässig und eine selbstständige Entwicklung für das Kind am Besten war. Geprägt durch die grundsätzliche veränderte Gesellschaftshaltung, im Sinne der Liberalisierung, ging man von der Annahme aus, dass sich der eigene Wille des Kindes frei entfalten sollte. Dieser Erziehungsstil findet sich speziell im Lebenslauf der drei Interviewpersonen wieder, welche in diesem Zeitabschnitt ihre Kindheit

und ihr Aufwachsen erlebten. Gekoppelt mit einer relativ häufigen Abwesenheit der Eltern durch ihre Berufstätigkeit erleben die Kinder oft eine relativ grenzenlose Kindheit. Obwohl keine der beiden Erziehungsrichtungen, weder autoritär noch Laissez faire einen optimalen Stil darstellt, zeigen Forschungsergebnisse im Bezug auf den Laissez faire-Erziehungsstil noch Fogendes: *„Der permissives Stil hat den Nachteil, dass keine klaren Regeln für das Umgehen zwischen Eltern und Kindern existieren. Ein Zusammenleben ohne eine Setzung von Normen führt zu Irritierungen und Verwirrungen der Kinder. Regellosigkeit wird Ihnen oft als Lieblosigkeit und Mangel an Aufmerksamkeit und Zuwendung empfunden“* (Hurrelmann 2006: 160). Neben den drei Interviewpersonen, welche die Erlebnisse dieses Erziehungsstils ganz im Sinne ihrer Generation genossen, scheinen die anderen Beiden, obwohl unterschiedlichem Alters, auch auf eine Art und Weise von den Auswirkungen dieser Erziehung betroffen. Obwohl die eine Person, aufgrund ihres Geburtsjahres in die Generation der autoritären Erziehung fallen würde, erfährt sie von der alleinerziehenden, berufstätigen Mutter und deren häufiger Abwesenheit, die selbe Struktur wie Kinder die bewusst im Sinne von Laissez faire erzogen werden. *„Eltern, die gut zuhören und überaus verständnisvoll sind, statt Regeln durchzusetzen. Als Resultat haben sie zu viele orientierungslose Kinder“* (Sennett 2008: 30).

Die jüngste Person wächst grundsätzlich bereits innerhalb einer liberalisierten Gesellschaft auf, kommt jedoch durch die Mutter in Berührung mit einer permissiven Erziehung, da diese mit eben diesem Verhalten versucht die autoritäre Erziehung des Vaters zu kompensieren. Aus der kritischen Analyse Hurrelmanns zum Laissez faire- Erziehungsstil ist zu entnehmen, dass das Verhalten der Bezugspersonen diesbezüglich oft als Mangel an Aufmerksamkeit und Lieblosigkeit empfunden wird. Gleichzeitig wird aus den Biographischen Interviews jedoch deutlich, dass Anerkennung seitens der Bezugspersonen aus Kompensationsgründen oft inadäquat angewendet wird und sich außerdem oft auf Leistungserbringung im Kindesalter bezieht. Die wichtige Phase der Entwicklung des Selbstbewusstseins, welches wir bereits im vorangegangenen Kapitel im Sinne der Theorie von George Herbert Mead diskutiert haben, ist in ihrer Phase zwischen Begierde und Anerkennung folglich stark betroffen von dem Sozialisationsakt nach dem Verständnis von Parsons, welcher im Sinne des universalistischen Wertemusters, das Leistungsverständnis und die damit verbundene Wahrnehmung durch Andere, nennt. Anhand der Erkenntnisse der Interviews könnte hier geschlussfolgert werden, dass der Erziehungsstil des Laissez faire tatsächlich negative Auswirkungen auf die Bedürfnisbefriedigung der Aufmerksamkeit und Zuneigung im Kindesalter hat. Durch das

Verhalten der Eltern jedoch, welche Anerkennung als Belohnung und Kompensation verwenden, wird das Erlangen von Anerkennung in der Wahrnehmung der Kinder dauerhaft falsch konnotiert. Speziell unter Anbetracht der modernen Gesellschaft und ihres Leistungsverständnisses wird Anerkennung im Verhalten der Kinder zusätzlich mit dem Erbringen von Leistung in Verbindung gebracht. In der Ausbildung ihres Selbstbewusstseins sind sie nun geprägt durch eine abweichende Form der Anerkennung, welche sie jedoch aufgrund der Sozialisation für das Aufrechterhalten ihres Selbstwertes benötigen. Während der Loslösung aus dem Elternhaus und ihren ersten Schritten in der Welt außerhalb dieses geschützten sozialen Rahmens, machen sie jedoch die Erfahrung, dass diese Art der Anerkennung nicht in jedem sozialen Setting erfahrbar ist. Christopher Lasch beschreibt diese Entwicklung folgendermaßen: *„Daß moderne Eltern sich anstrengen, ihren Kindern das Gefühl zu vermitteln, erwünscht und geliebt zu sein, vermag die innere Kälte kaum zu verbergen – die Ferne derer, die der kommenden Generation wenig zu überliefern haben und jedenfalls den Anspruch auf Selbsterfüllung voranstellen. Die Kombination von emotionaler Distanzierung und Versuchen, ein Kind von seiner Vorstellung innerhalb der Familie zu überzeugen, ist ein gutes Rezept für die Entwicklung einer narzißtischen Persönlichkeitsstruktur“* (Lasch 1986: 67).

Um hier nun die Möglichkeit für einen gesamtgesellschaftlichen Blicks auf die Problemstellung zu schaffen, muss dieses Phänomen, welches seine Anwendung durch die Sozialisation erfährt und Ausdruck im Anerkennungsverständnis des Individuums findet, in seinem gesellschaftlichen Entstehungsrahmen begriffen werden. Hierzu gilt es die sozialen Bedingungen zu eruieren, welche dieses Verhalten in Form der Sozialisation bedingen und auf welchen neuen Entwicklungen der Gesellschaft diese basieren, denn: *„Über die Familie reproduzieren sich gesellschaftliche Strukturen in er Einzelpersönlichkeit“* (ebd.: 69).

6.3 Willkommen im Zeitalter des Narzissmus?

Das beschriebene Phänomen der veränderten Situation betitelt Lasch in seinen Ausführungen etwas harsch als »Verfall der Kindererziehung«. Ohne mich dieser Wertung anzuschließen, soll hier trotzdem kurz erklärt werden, was Lasch mit dieser Betitelung zu erklären versucht. Der besagte Verfall *„ist bereits seit langen im Gange und viele ihrer Konsequenzen scheinen irreversibel zu sein. Der erste Schritt auf diesem Wege, der in manchen Gesellschaften bereits*

gegen Ende des 18. Jahrhunderts unternommen wurde, war die Trennung der Kinder von der Welt der Erwachsenen, was zum Teil eine bewußte Maßnahme war, zum anderen Teil aber auch das unvermeidliche Resultat der Herauslösung vieler Arbeitsprozesse aus der Familie. [...] Die Wandlung, die von der gesamten Entwicklung der modernen Industrie nicht zu trennen sind, haben es den Kindern immer schwerer gemacht, stabile psychologische Identifikationen mit ihren Eltern auszubilden. Die Invasion der Familie durch Industrie, Massenmedien und die Organe der sozialisierten Elternschaft hat die Qualität der Eltern-Kind-Beziehung unmerklich verändert. Sie hat ein Ideal der perfekten Elternschaft hervorgebracht, während sie zugleich das Vertrauen der Eltern in ihre Fähigkeiten zerstörte, auch nur die elementarsten Aufgaben der Kindererziehung erfüllen zu können“ (Lasch 1986: 192f). Dieses überdurchschnittlich lange Zitat ist begründet auf der Tatsache, dass Christopher Lasch in seinen Beschreibungen sehr präzise die gesellschaftlichen Entwicklungen aufgreift, welche uns zum heutigen Status quo geführt haben. Verstärkt werden diese Entwicklungsansätze durch die Liberalisierung jeglicher sozialer Strukturen ab der Zeit des Zweiten Weltkrieges. Verbunden damit ist die Entwicklungstendenz der Individualisierung und dem gleichzeitigen Aufbruch der Gemeinschaft per se.

Alain Ehrenberg beschreibt diese Entwicklung in seinen Ausführungen zum Unbehagen in der Gesellschaft: *„Im Gegensatz zum geregelten Verhalten in der selbstverwalteten Stadt haben die aus der Gemeinschaft herausgerissenen Individuen keine andere Wahl, als eine neue eigenständige Anstrengung zu entwickeln. Genauer geht es darum, sich eine Persönlichkeit zu schmieden, und dieser Zwang ist mit neuen Wahlmöglichkeiten verbunden, die der Massenkonsum und die Großstadt durch ihre vielen Begegnungen mit Unbekannten eröffnet die verschiedenartigen Lebensweisen und Ursprünge aufweisen“ (Ehrenberg 2012: 67f). Die Erbringung einer derart anspruchsvollen Identitätsleistung oder grundsätzlich die Idee einer Persönlichkeit, die gehegt und gepflegt werden muss, entspringt jenem Ideal, welches die moderne Gesellschaft dem einzelnen Individuum abverlangt. Mit dieser Entwicklung verstärkt sich natürlich der Bedarf an Anerkennung und Resonanz durch die Anderen. Es gilt die neu erworbene Persönlichkeit zu füttern. Die Gesellschaft ist hier vermutlich einer Täuschung ganz im Sinne des liberalisierten Kapitalismus aufgesessen – durch ein Mehr an Freiheit erwartete man sich einen Profit für das Individuum. Offensichtlich ist nun das Gegenteil der Fall. „Die Emanzipation von traditionellen institutionellen Zwängen verschafft dem Individuum nicht » die Freiheit autonom zu sein und Gefallen an seiner Individualität zu finden«. Ganz im Gegenteil, sie trägt zu einer persönlichen Unsicherheit bei,*

die es nur dadurch beherrschen kann, daß es sein Selbst in der Aufmerksamkeit reflektiert sieht, die ihm die anderen zuwenden“ (ebd.: 161). Das Leben in der Moderne charakterisiert sich also hier durch zwei Entwicklungsstränge, die in ihrer praktischen Ausformung gar nicht anders können als miteinander zu kollidieren: Zum Einen der Aufbruch des traditionellen Normengefüges, das Aufweichen sozialer Strukturen. Abbild und gleichsam Reproduzent dieser neuen Verhältnisse ist die familiäre Sozialisation. Mit folgender logischen Konsequenz: *„Wenn objektivierbare Kriterien für richtig und schlecht fehlen, dann wird das Selbst und sein Empfinden zu unserer einzigen moralischen Orientierung“* (ebd.: 170 nach Bellah et al. 1987: 104). Den anderen Entwicklungsstrang bildet die Idee der Identität ab. Der Mensch und seine Persönlichkeit werden individualisiert. Dies ergänzt sich zugleich im Sinne eines traditionellen Aufbrechens der Werte der Gemeinschaft und der traditionellen Herkunft. Im Sinne des »self-made men« hat jeder die Möglichkeit alles zu sein und alles zu werden. War der Lebenslauf früher determiniert durch die familiäre und kulturelle Herkunft, befinden wir uns nun in einem Zeitalter in dem beinahe jeder die Chance hat aus unendlich vielen Möglichkeiten zu wählen.

Diese Wahl muss zudem nicht nur sehr reflektiert durchdacht, sondern auch permanent verkauft und präsentiert werden, denn diese Entscheidungen betreffen nicht bloß das Individuum, sondern auch seine gesamte Darstellungspalette der eigenen Identität. Das Individuum muss heute nicht nur die richtigen Entscheidungen treffen, sondern es muss Entscheidungen treffen für welche es der Anerkennung und Aufmerksamkeit der Anderen würdig ist. Dies wird ergänzt durch den permanenten Präsentationsdruck des medialen Zeitalters. Dass die Thematik des Selbstbewusstseins aber auch jene der Identität aus diesen Gründen stark überbelastet ist und auf Dauer nur scheitern kann, steht außer Frage. *„Jeder muss sich beständig an eine Welt anpassen, die eben ihre Beständigkeit verliert, an eine instabile, provisorische Welt mit hin und her verlaufenden Strömungen und Bahnen. Die Klarheit des sozialen und politischen Spiels hat sich verloren. Diese institutionellen Transformationen vermitteln den Eindruck, dass jeder auch der Einfachste und Zerbrechlichste, die Aufgabe alles zu wählen und alles zu entscheiden, auf sich nehmen muss“* (Ehrenberg 2008: 247). Unter Umständen müssen wir uns eingestehen, dass die neuen Anforderungen an unsere Identität nicht erfüllbar sind und dass die gesunde Aufrechterhaltung des Individuums eines gewissen Normenkonstruktes bedarf, welches als Wegweiser und Orientierungshilfe dienen soll. Vielleicht führt die Wahl aus unzähligen Konstruktionsmöglichkeiten der eignen Identität auch nicht zu mehr Freiheit sondern nur zur

Überforderung des Einzelnen. Die Loslösung traditioneller Normen steht zwangsläufig im Konflikt mit der Herausbildung einer Identität und eines Selbstbewusstseins, denn *„Wie kann ein Mensch in einer Gesellschaft, die aus Episoden und Fragmenten besteht, seine Identität und Lebensgeschichte zu einer Erzählung bündeln?“* (Sennett 2008: 31). Kann davon ausgegangen werden, dass es unter den momentan herrschenden Bedingungen der Moderne immer schwerer oder gar ganz unrealistisch wird eine sozial verträgliche Identität aufzubauen? Denn bei all den neuen Anforderungen, mit denen die moderne Identität konfrontiert wird, muss man sich auch die Frage stellen: *„Gibt es Grenzen wie weit Menschen verbogen werden dürfen?“* (ebd.: 66). Ist der momentane Existenzstatus der psychischen Erschöpfungserkrankungen und die Häufigkeit ihres Auftretens ein Indiz dafür das wir zu weit gegangen sind? Die westliche Menschheit scheint also momentan auf einer großen Suche zu sein, nämlich wie diese neuen Anforderungen der Identität, mit welchen wir in all unseren sozialen Situationen und Strukturen konfrontiert werden, passend gemacht werden können. Der Prozess des Passend-machens ist begleitet von vielen individuellen Geschichten die innerhalb dieser Entwicklung versagen.

Geschichten von Menschen, die vorwiegend aufgrund ihrer Sozialisation nicht befähigt wurden, dieser überdurchschnittlich hohen Norm gerecht zu werden und mit dem schnellen Gang einer befreiten Gesellschaft Schritt halten können. Im Fachjargon spricht man an dieser Stelle von Menschen mit psychischen Erkrankungen. Die Phänomene Burnout und Erschöpfungsdepression stellen hier keine Ausnahme dar.

7. Zusammenfassung und Ausblick

Der empirische Schritt zurück scheint in diesem Fall sinnig gewesen zu sein, oder zumindest hat er die Möglichkeit geschaffen, die Problemstellung rund um das Phänomen Burnout aus einem größeren Kontext zu betrachten und ein wenig den Horizont zu öffnen. Die Thematik der Anerkennung scheint in diesem Zusammenhang eine wesentliche Rolle im Entstehungshintergrund des Phänomens und vor allem im Sinne der Notwendigkeit einer Identität zu spielen. Über die Sozialisation implementiert sie sich im Individuum und macht uns deutlich, woran unsere Gesellschaft momentan zu scheitern droht. Jene Personen, welche sich im Zusammenhang dieser Forschungsarbeit bereit erklärt haben ihre ganz persönliche

Lebensgeschichte preis zu geben, haben es somit ermöglicht einen Blick hinter medizinische Indikationen und soziodemographische Daten zu werfen und die tatsächliche Lebenswelt von Betroffenen zu sehen. Wir alle sind abhängig von der Gesellschaft und ihrer Systematik. Betrachtet man also die Ergebnisse dieser Arbeit muss man sich die berechtigte Frage stellen, ob nicht bald der Zeitpunkt erreicht sein wird, an welchem wir alle vom Leben in dieser einen Gesellschaft erschöpft und müde sind. Der Blick hinter die Fassade einer psychischen Diagnose soll an dieser Stelle also nicht nur wissenschaftliche Erkenntnisse ergänzen, sondern auch aufmerksam machen, wo die Tendenz der Entwicklung im Bezug auf dieses Phänomen liegt und mögliche Risiken aufzuzeigen. Aus wissenschaftlicher Perspektive können diese Ergebnisse verwendet werden, um in größerem Umfang Studien zum Thema der Anerkennung und zum Entstehungshintergrund des Selbstbewusstseins durchzuführen. Im qualitativen Setting würde sich vermutlich eine zusätzliche narrative Erhebung der Lebensgeschichten der Bezugspersonen anbieten, um den Sozialisationsaspekt detaillierter beleuchten zu können.

Ich möchte diese Betrachtung zur Erschöpfung der gesellschaftlichen Individuen an ihrer eigenen Identität mit folgendem Zitat von Sigmund Freud abschließen, welches hoffentlich auch weiterführend zum Nachdenken anregt: *„Der Barbar, erkennen wir, hat es leicht gesund zu sein, für den Kulturmenschen ist es eine schwere Aufgabe“* (Freud 1986: 43).

II. Literaturverzeichnis

Anderson, V. L.; Levinson, E. M.; Barker, W.; Kiewra, K. R. (1999): The effects of meditation on teacher perceived occupational stress, state and trait anxiety, and burnout. In: *School Psychology Quarterly* 14/1. S. 3-25.

Beard, G. M. (188a): *Die Nervenschwäche (Neurasthenia). Ihre Symptome, Natur, Folgezustände und Behandlung.* Leipzig: F.C.W. Vogel.

Bellah, N.R.; Madsen, R.; Sullivan, W.M.; Swidler, A.; Tipton S.M. (1987): *Gewohnheiten des Herzens. Individualismus und Gemeinsinn in der amerikanischen Gesellschaft.* Köln: Bund-Verlag.

Bröckling, U. (2013): *Der Mensch als Akku, die Welt als Hamsterrad. Konturen einer Zeitkrankheit.* In: Neckel, S./Wagner, G. (Hrsg.) (2013): *Leistung und Erschöpfung. Burnout in der Wettbewerbsgesellschaft.* Berlin :Suhrkamp Verlag. S.179-200.

Burisch, M. (1989): *Das Burnout-Syndrom. Theorie der inneren Erschöpfung.* Berlin und Heidelberg: Springer Verlag.

Burisch, M. (1993): In search of theory: Some ruminations on the nature and etiology of burnout. In: Schaufeli, W. B./Maslach, C./ Marek, T. (Hrsg.): *Professional Burnout: Recent Developments in Theory and Research.* Washington, DC: Taylor & Francis. S.75-93.

Deutsches Institut für Medizinische Dokumentation und Information: www.icd-code.de – Version 2014.

DGPPN (2012): *Positionspapier der Deutschen Gesellschaft für Psychiatrie, Psychotherapie und Nervenheilkunde (DGPPN) zum Thema Burnout.* Berlin.

Dilling, H.; Mombour, W.; Schmidt M. H.; Schulte-Markwort, E. (Hrsg.) (2011): *Internationale Klassifikation psychischer Störungen. ICD-10 Kapitel V (F). Diagnostische Kriterien für Forschung und Praxis.* 5. Aufl. Bern: Hans Huber Verlag.

Ehrenberg, A. (2008): *Das erschöpfte Selbst. Depression und Gesellschaft in der Gegenwart.* Frankfurt am Main: Campus Verlag.

Ehrenberg, A. (2012): *Das Unbehagen in der Gesellschaft.* Berlin: Suhrkamp Verlag.

Freud, S. (1986): Abriss einer Psychoanalyse. 8.Aufl. Frankfurt am Main: Fischer.

Freudenberger, H. (1974): Staff Burn-Out. In: Journal of Social Issues. Vol. 30, Nr. 1, S. 159 – 165.

Gana, K.; Boblique, C. (2000): Coping and burnout among police officers and teachers: Test of a model. European Review of Applied Psychology/Revue Européenne de Psychologie Appliquée 50/4. S. 423-430.

Glass, D.C. ; McKnight, J.D. (1996) : Perceived control, depressive symptomatology, and professional burnout: A review of the evidence. In: Psychology and Health 11. S. 23-48.

Goffmann, E. (2010): Wir alles spielen Theater. 8. Aufl. München: Piper Verlag GmbH.

Gorter, R. C.; Eijkman, M. A. J.; Hoogstraten, J. (2001): A career counseling program for dentists: Effects on burnout. In: Patient Education & Counseling 43/1. S. 23-30.

Haubl, R. (2013): Burnout – Diskurs und Metaphorik. In: Neckel, S./Wagner, G. (Hrsg.) (2013): Leistung und Erschöpfung. Burnout in der Wettbewerbsgesellschaft. Berlin :Suhrkamp Verlag. S. 165 – 178.

Hegel, G.W.F. (1986): Die Phänomenologie des Geistes. Berlin: Suhrkamp Verlag.

Heinemann, L. V./Heinemann, T. (2013): Die Etablierung einer Krankheit? Wie Burnout in den modernen Lebenswissenschaften untersucht wird. In: Neckel, S./Wagner, G. (Hrsg.) (2013): Leistung und Erschöpfung. Burnout in der Wettbewerbsgesellschaft. Berlin :Suhrkamp Verlag. S. 129 – 146.. S. 31-38.

Hills, H.; Norvell, N. (1991): An examination of hardiness and neuroticism as potential moderators of stress outcomes. In: Behavioral Medicine 17.

Honneth, A. (2012): Kampf um Anerkennung. Zur moralischen Grammatik sozialer Konflikte. 7.Aufl. Frankfurt am Main: Suhrkamp Verlag.

Hurrelmann, K. (2006): Einführung in die Sozialisationstheorie. 9. Aufl., Weinheim und Basel: Beltz Verlag.

Illouz, E. (2011): Die Errettung der modernen Seele. Frankfurt am Main: Suhrkamp Verlag.

Ingenkamp, K. (2012): Depression und Gesellschaft. Zur Erfindung einer Volkskrankheit. Bielefeld: transcript Verlag.

Janssen, P. M.; Schaufeli, W. B.; Houkes, I. (1999): Work-related and individual determinants of three burnout dimensions. In: *Work&Stress* 13/1. S. 74-86.

Kilpatrick, A. O. (1986): Burnout: An Empirical Assesment. Unpublished doctoral dissertation. Athen: University of Georgia.

Kleiber, D.; Enzmann, D. (1990): Burnout. Eine internationale Bibliographie. An International Bibliography. Göttingen: Verlag für Psychologie; Dr. C.J. Hogrefe.

Kury, P. (2013): Von der Neurasthenie zum Burnout – eine kurze Geschichte von Belastung und Anpassung. In: Neckel, S./Wagner, G. (Hrsg.) (2013): Leistung und Erschöpfung. Burnout in der Wettbewerbsgesellschaft. Berlin :Suhrkamp Verlag. S. 107 – 128.

Langner, D. E. (2002): Burnout and Leadership Styles in Residential Mental Health Workers. Ann Arbor, MI: University Microfilms International.

Lasch, C. (1986): Das Zeitalter des Narzißmus. München: Deutscher Taschenbuch Verlag GmbH & Co.

Malkinson, R.; Kushnir, T.; Weisberg, E. (1997): Stress management and burnout prevention in female blue-collar workers: Theoretical and practical implications. In: *International Journal of Stress Management* Nr.4. S. 183-197.

Maslach, C.; Jackson, S. E. (1981a): The measurement of experienced burnout. In: *Journal of Occupatiponal Behavior* 2: S. 99-113.

Maslach, C.; Jackson, S. E. (1981b): The Maslach Burnout Inventory. Research Edition. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.

Maslach, C. (1998): A multidimensional theory of burnout. In: Cooper, C. L. (Hrsg.): *Theories of Organizational Stress*. Oxford: Oxford University Press. S. 68-85.

Mead, G.H. (1968): Geist, Identität und Gesellschaft. Frankfurt am Main: Suhrkamp Verlag.

Meichenbaum, D. H. (1985): Stress inoculation training. New York: Pergamon Press.

Neckel, S./Wagner, G. (2013): Einleitung: Leistung und Erschöpfung. In: Neckel, S./Wagner, G. (Hrsg.) (2013): Leistung und Erschöpfung. Burnout in der Wettbewerbsgesellschaft. Berlin: Suhrkamp Verlag. S. 7-25.

Oevermann, U.; Allert, T.; Konau, E.; Krambeck, J. (1979): Die Methodologie einer objektiven Hermeneutik und ihre allgemeine forschungslogische Bedeutung in den Sozialwissenschaften. In: Soeffner H-G. (Hrsg.): Interpretative Verfahren in den Sozial- und Textwissenschaften. Stuttgart: Metzler. S. 352-434.

Parsons, T. (1951): The social system. New York: The Free Press.

Pfennig, B.; Hüsich, M. (1994): Determinanten und Korrelate des Burnout-Syndroms: Eine meta-analytische Betrachtung. (Dissertation) Berlin: Freie Universität Berlin, Psychologisches Institut.

Przyborski, A.; Wohlrab-Sahr, M. (2009): Qualitative Sozialforschung. Ein Arbeitsbuch. 2.Aufl. München: Oldenbourg Wissenschaftsverlag.

Rook, M. (1998): Theorie und Empirie der Burnout-Forschung. Eine wissenschaftstheoretische und inhaltliche Standortbestimmung. Hamburg: Verlag Dr. Kovac.

Rosenthal, G. (2002): Biographische Forschung. In: Schaefer D, Müller-Mundt G, (Hrsg.): Qualitative Gesundheits- und Pflegeforschung. Bern: Hans Huber. S. 133-147.

Rösing, I. (2011): Ist die Burnout-Forschung ausgebrannt? Analyse und Kritik der internationalen Burnout-Forschung. 3.Aufl., Czech Republic: PBTisk s.r.o.

Schaufeli, W.; Enzmann, D. (1998): The Burnout Companion to Study and Practice. A Critical Analysis. London: Taylor & Francis.

Schmitz, E. (1998): Brennt wirklich aus, wer entflammt war? Eine LISREL-Analyse zum Burnout-Prozess bei Sozialberufen. In: Psychologie in Erziehung und Unterricht 45/2. S. 129-142.

Schütze, Fritz (1983): Biographieforschung und narratives Interview. In: Neue Praxis 13/3. S. 283-293.

Scotto, J.-C. (1996): Éditorial. Les nouveaux champs de la dépression. In : L'Encéphale, Bd. XXII, Numéro spécial I.

Sennett, R. (1974): Verfall und Ende des öffentlichen Lebens. Die Tyrannei der Intimität. Frankfurt am Main: Fischer Taschenbuch Verlag.

Sennett, R. (2008): Der flexible Mensch. 5. Aufl. Berlin: BvT Berliner Taschenbuchs Verlag GmbH.

Taris, T. W.; Stoffelsen, J. M.; Bakker, A. B.; Schaufeli, W. B.; van Dierendonck, D. (2002): Verschillen in Burnoutrisico tussen functies en individuen: Wat is de rol van regel mogelijkheden? In: Gedrag & Gezondheid: Tijdschrift voor Psychologie & Gezondheid 30/1. S. 17-29.

Van Dierendonck, D.; Schaufeli, W. B.; Buunk, B. P. (2001c): Burnout and inequity among human service professionals: A longitudinal study. In: Journal of Occupational Health Psychology 6/1. S. 43-52.

Vredenburg, L. D.; Carlozzi, A. F.; Stein, L. B. (1999): Burnout in counseling psychologists: Type of practice setting and pertinent demographics. In: Counselling Psychology Quarterly 12/3. S. 293-302.

Zellars, K. L.; Perrewè P. L.; Hochwarter, W. A. (2000): Burnout in health care: The role of the five factors of personality. In: Journal of Applied Social Psychology 30/8. S. 1570-1598.

II Abstract

Burnout als Phänomen begegnet uns in den letzten Jahren verstärkt sowohl im wissenschaftlichen als auch im alltäglichen Kontext. Die Individuen scheinen noch nie so erschöpft gewesen zu sein wie im letzten Jahrzehnt. Schuld daran sollen die neuen Anforderungen der Arbeitswelt sein. Der Themenfokus liegt hier auf flexibler Arbeitszeit, erhöhter Komplexität und Leistungsdruck. Aber ist Burnout als gesamtgesellschaftliche Erkrankung damit wirklich ausreichend erklärt? Diese Arbeit macht es sich zur Aufgabe, die Thematik des Burnouts sowie ähnliche psychische Erschöpfungszustände und Überforderungsepisoden vom Entstehungshintergrund in der Arbeitswelt zu entkoppeln und mittels qualitativer Methodik in seinem Ursprung zu erfassen, sowie die Lebenswelt der Menschen zu begreifen, welche von diesen Phänomenen betroffen sind. Methodisch erfolgt die Bearbeitung dieser Fragestellung durch die Erhebung fünf biografischer Interviews mit Menschen die an Burnout oder Erschöpfungsdepressionen leiden. Die Ergebnisse lassen darauf schließen, dass die Steigerung der Burnout-Erkrankungen in den letzten Jahren auf die neuen Anforderungen an die „menschliche Identität“ zurück zu führen sind, welche sich in der Sozialisation durch den Einsatz von Anerkennung herausbilden. Die modernen Vorstellungen einer Identität wie sie ein liberales Gesellschaftssystem verlangt scheinen derzeit noch im Widerspruch mit den Mechanismen der Sozialisation durch die vorangegangene Generation zu kollidieren und bilden somit ein Anerkennungsbedürfnis heraus, das in der sozialen Welt keine ausreichende Befriedigung erfährt.

In the past few years, we encounter the phenomenon of burnout in scientific as well as non-scientific settings. It seems that individuals have never been more exhausted than in this last decade, while mainly working life is held responsible for this development. In this context, the theoretical focus is on flexible working hours, increasing complexity and pressure to perform. But are those factors really sufficient in order to explain the phenomenon of burnout? The goal of this scientific work is to degenerate the phenomenon of burnout from its connection to working life and to capture the origin and environment of people dealing with any similar disease by using qualitative methods. In this sense, five biographical interviews are used to get to the bottom of this question. The results of this research point out that the increase of burnout diseases is caused by new requirements on the modern “human identity”, which ,on the other hand, are developed through dependency of appreciation during

socialization. Modern conceptions of identity, grown in a liberal society, appear to contradict the mechanisms of socialization of the former generation, which consequently create a rising need of appreciation that cannot be satisfied in daily social life. The disappointment of this perception seems to be the main cause for an increasing feeling of exhaustion.

III Lebenslauf

Lebenslauf

Nachname	Knogler
Vorname	Verena
Akademischer Titel	Bachelor of Arts
Ausbildung	1995 – 1999 Volksschule Aschach 1999 – 2003 Hauptschule Aschach 2003 – 2008 HBLW Landwiedstraße/Linz mit Ausbildungsschwerpunkt Sozialmanagement Juni 2008 Maturaabschluss mit Auszeichnung WS 08/09 – SS 2011 Bachelorstudium Soziologie WS 11/12 – SS 2014 Masterstudium Soziologie Seit SS 2012 – Rechtswissenschaften

Praktika und Ferialarbeit

- 1 monatiges Ferialpraktikum in der Betriebsküche des bfi Linz
- 3 Monate Praktikum im Berggasthof Edelweiß am Feuerkogel
- 2 mal 1 monatiges Ferialpraktikum in der Sozialarbeit des BBRZ/bfi Linz

Berufliche Erfahrung

10/2009 – 08/2010 Büroassistentkraft BBRZ Reha

03/2010 – 08/2010 Sicherheitsdienst Albertina Wien

09/2010 – 09/2013 Leitungsassistentin BBRZ Med

Seit 10/2013 Stv. Wirtschaftliche Leitung BBRZ Med

Publikationen

Knogler, V. (2011): Der intergenerationale Scheidungstransmissionseffekt. Eine empirische Untersuchung zur sozialen Vererbung des Scheidungsrisikos. (Bachelorarbeit)

Lenz, G.; Rabenstein, R.; Kirnbauer, V.; Burger, C.; **Knogler, V.**; Malfent, D.; Weiss, J. (2013): Ambulante psychiatrische Rehabilitation: Das Zentrum für Seelische Gesundheit Wien-Leopoldau. In: Lenz, G. et al. (Hrsg.) (2013): Berufsbezogene Herausforderungen in der psychiatrischen Rehabilitation. Wien: Facultas Verlag. S. 118 – 135.